



ALGUNAS PREGUNTAS FRECUENTES PARA LOS PADRES SOBRE CÓMO FOMENTAR LA TOMA RESPONSABLE DE DECISIONES

¿POR QUÉ DEBERÍA DARLES OPCIONES A MIS HIJOS?

Dar a los niños oportunidades de tomar decisiones desarrolla:

- Su capacidad de identificar lo que les gusta y les disgusta
- Su conciencia de las recompensas que acarrea la toma responsable de decisiones
- Su conciencia de las consecuencias de tomar decisiones poco sabias o poco saludables
- Su capacidad de predecir y evaluar las ventajas y las desventajas en situaciones de la vida real
- Su autoconfianza
- Su autocontrol
- Sus aptitudes de pensamiento crítico

¿QUÉ HABILIDADES ESTÁN IMPLICADAS EN LA TOMA RESPONSABLE DE DECISIONES?

LA CONCIENCIA DE UNO MISMO

- Puedo identificar mis sentimientos.
- Puedo contar mis sentimientos para buscar contención y comprensión.
- Puedo notar mis impulsos.

EL AUTOCONTROL

- Sé que todas las acciones tienen consecuencias o resultados.
- Entiendo que mis elecciones afectan las consecuencias o los resultados que enfrento.
- Actúo con voluntad para fijar y alcanzar las metas.
- Pongo en práctica estrategias para regular mis emociones.
- No actúo impulsivamente porque mi primera reacción no es necesariamente la mejor.

LAS HABILIDADES PARA LAS RELACIONES Y LA CONCIENCIA SOCIAL

- Sé que mis elecciones afectan a otras personas.
- Puedo entender los códigos sociales a través de la comunicación verbal y el lenguaje corporal.
- Puedo empatizar y ver las cosas desde una perspectiva ajena para tomar mi decisión.
- Puedo respetar las perspectivas diversas y reconocer las injusticias.
- Puedo manejar mis relaciones de un modo saludable y resolver los conflictos.



LA TOMA DE DECISIONES

- Tomo decisiones bien fundadas dentro de los límites necesarios (dos o tres opciones o parámetros).
- Tomo medidas para obtener resultados y trabajo en función de mis metas.
- Aprendo de mis elecciones y uso lo aprendido en mi forma de actuar en el futuro.
- Tomo en cuenta mis valores y creencias y cómo se alinean con mis acciones.

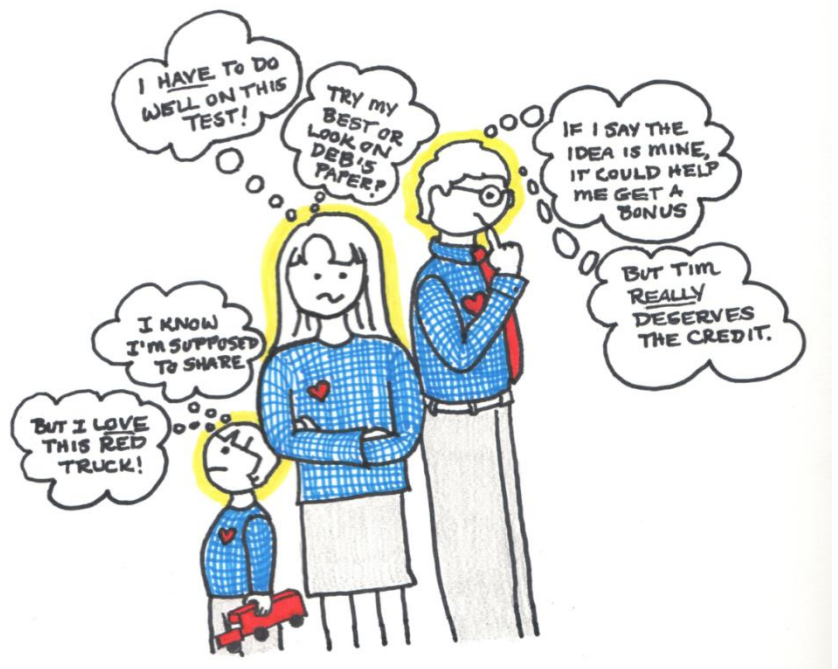
EL PENSAMIENTO CRÍTICO

- Hago preguntas relevantes.
- Identifico soluciones creativas para los problemas.
- Pienso analítica y reflexivamente sobre mis acciones y comportamientos.
- Identifico mis elecciones y sus resultados/impacto/consecuencias.

¿DE QUÉ OTRAS MANERAS PUEDEN FOMENTAR LAS HABILIDADES PARA LA TOMA RESPONSABLE DE DECISIONES?

Reflexionar sobre noticias, las redes sociales o incidentes que escucharon nombrar en la escuela y en el vecindario puede ser una buena oportunidad para meditar y tomar decisiones significativas. Cuando se toman malas decisiones que tienen una reacción en cadena, podrían preguntar a sus familiares: "¿Cómo podríamos empatizar con lo que ella sentía cuando tomó esa decisión? ¿Qué otras opciones tenía? Si hubiera tomado otra decisión, ¿cuál podría haber sido el resultado?".

Reconocer cuando sus hijos toman buenas decisiones que producen resultados saludables es una forma importante de fomentar más de lo mismo. Ya sea el esfuerzo que produce una buena calificación o una actuación amable con un amigo que está dolido, los padres pueden fomentar las elecciones positivas mencionándolos como ejemplos de la capacidad de tomar buenas decisiones de sus hijos.



Leer juntos y reflexionar sobre las decisiones de los personajes malvados o queridos. Hagan preguntas abiertas sobre las elecciones tomadas. Pronostiquen juntos qué podría ocurrir en las próximas páginas en función de las elecciones tomadas. ¿Eran justas? ¿Qué impacto tuvieron?



Encuentren maneras de mostrar que les importa. Trabajen en su vecindario o comunidad abordando un tema que sea de interés de sus hijos. Conozcan personas que no conocerían en la vida cotidiana. Debatan sobre temas sociales, ya sea ayudar a las personas sin hogar o la necesidad de cuidar el planeta, por qué ocurren y qué pequeñas medidas puede implementar su familia para ayudar. Los niños necesitan desarrollar su sentido de influencia, de que pueden generar un cambio positivo en su comunidad con pequeñas medidas.

Usen prácticas basadas en la justicia restaurativa en lo que respecta a la disciplina. Cuando sus hijos toman una decisión que afecta a un tercero, hagan preguntas con la mente y el corazón abierto para descubrir la motivación que los llevó a eso. Podrían preguntar: "¿Cómo te sentías cuando tomaste esa decisión?". Y vean qué pueden descubrir a través de la empatía. Luego, pueden hacerles preguntas sobre qué pueden hacer para reparar el daño causado. Claro está que, si rompieron algo, tienen que repararlo. ¿Pero qué pasa si es una relación lo que rompieron? Permitan que sus hijos piensen formas de reparar una relación. ¿Pueden disculparse en persona? ¿Escribir una carta? ¿Hacer un dibujo? ¿Hacer un lindo gesto?

Separen el comportamiento del amor. Aunque nosotros sabemos que el amor que sentimos por nuestros hijos no depende de sus acciones, ellos no. En especial cuando nuestros hijos toman una mala decisión, necesitan reconfirmar que los amamos incondicionalmente, más allá de lo que hagan.

¿QUÉ PASA SI SON DEMASIADO PEQUEÑOS PARA TOMAR SUS PROPIAS DECISIONES?

Incluso los bebés están desarrollando lentamente su capacidad de manifestar sus necesidades y deseos a través de su primera forma de comunicación: el llanto. Independientemente de la edad de los niños, pueden empezar a encaminarse en la toma de decisiones con su ayuda y orientación.

¿QUÉ PASA SI TIENEN DIFICULTADES CON LAS BUENAS ELECCIONES?

Aunque cada niño es único y se desarrolla a su tiempo, es importante tener esto presente para evitarles a ellos y a ustedes un exceso de frustración:

- Empiecen de a poco. Comiencen por las decisiones cotidianas, como qué ropa ponerse o a qué jugar.
- Den pasitos de bebé. Avancen gradualmente desde las elecciones simples hasta las opciones ilimitadas.
- Eviten las comparaciones. Acepten los tiempos de desarrollo de sus hijos sin esperar que tomen decisiones al mismo ritmo que otros niños.

LOS PRÓXIMOS PASOS...

[Family Fighting? Use Peace Rose](#) [en inglés]. Ayuda a los niños a intentar el proceso para resolver problemas haciéndose responsables de su propia manera de manejar los conflictos.

[Stop, Think, Go! Problem-solving Practice for your Family](#) [en inglés]. Es un juego para practicar la resolución de problemas.

[Citizen Kid](#). Aprendan a fomentar la conexión y el servicio comunitario en su familia.

