

**Hacemos decisiones todos los días,  
grandes y pequeñas.**



1. **Enseñe a niños de todas las edades las habilidades para tomar decisiones**, ayudándoles a crecer siendo independientes, responsables y con confianza.
2. **Sea un buen modelo a seguir.** Su hijo aprenderá de verlo(a) tomar decisiones.
3. **Comience temprano. Déle a sus niños pequeños decisiones** entre dos opciones, tales como escoger qué ropa ponerse o elegir los vegetales para la cena.
4. **Ayude a su niño en edad preescolar a comenzar a considerar alternativas, tomar decisiones** y ser responsable de sus opciones.
5. **Aprender de los errores.** Las opciones siempre tienen consecuencias, y no todas son severas. Siempre hay una lección valiosa que aprender de cada una para poder hacer mejores decisiones.
  - **Ejemplo:** *Un niño que no pone su ropa sucia en el cesto de ropa.* Mientras que un padre puede recordarle suavemente, el niño toma la decisión de hacerlo o no. Aunque puede ser tentador para mamá y papá recoger la ropa y ponerla en el cesto, hay algo que aprender cuando su hijo(a) quiera usar una playera o pantalones favoritos, pero no los pueda usar porque él o ella no colocaron su ropa sucia en el cesto para lavarse.
6. **Practicar tomando decisiones. Su hijo(a) no va a desarrollar las habilidades para tomar buenas decisiones de la noche a la mañana.** Hable con su hijo(a) sobre las decisiones que usted hace todos los días, tales como qué ropa ponerse, qué comer, qué hacer en la tarde. Pídale a su niño(a) que nombre algunas de las decisiones que él/ella hace todos los días.
7. **Parar, Pensar y Actuar.** A menudo, los niños toman juicios repentinos y actúan en ellos sin pensarlo. El primer paso es de enseñarle a su hijo(a) a pensar antes de actuar.
  - Enseñe a su hijo(a) a tomar una breve pausa y pensar para evitar tomar malas decisiones.
  - Ayude a su hijo(a) “agarrándolos en el acto”, es decir, cuando lo vea a punto de hacer algo sin pensar, deténgalo y guíelo a través del proceso para tomar decisiones.
  - Debido a que no siempre se puede estar presente, utilice momentos en el que su hijo(a) elija sin pensar (y las cosas no salen bien) y pregunte: “¿Qué has aprendido de esto?”
8. **Obtener la confianza para hacer decisiones pequeñas prepara el camino para después hacer decisiones más grandes.**
9. **Divida las decisiones GRANDES.** Puede ser útil dividir el proceso para tomar decisiones en pasos pequeños.
  - **Saber** cuándo una decisión necesita ser hecha.
  - **Pensar en posibles opciones**
  - **Ver** las opciones.
  - **Elegir** maneras para tomar la decisión.
  - **Revisar** cómo funciona.

*(Voltear la página para empezar los pasos para tomar decisiones y resolver problemas)*

# Use el Plan PECAS

-1-

*El Plan PECAS es una manera de resolver problemas para tomar una decisión:*

- P**roblema
- E**lecciones
- C**onsecuencias
- A**lternativas
- ¿S**alió todo como esperaba?



## Paso 1.

¿Cuál es el **problema**?

## Paso 2.

Piense en todas las opciones disponibles para **elegir**.

## Paso 3.

Decida cuales son las **consecuencias o resultados** de cada opción.

## Paso 4.

Tome una **decisión** y **asuma la responsabilidad de su decisión**.

## Paso 5.

¿Cómo le fue? **Vea lo que pasó.** ¿Fue una buena decisión?

<http://www.fulhmqdnps.sa.au/docs/policies/pooch.pdf>

**Para obtener más información sobre cómo ayudarle a su niño(a) a desarrollar mejores habilidades para tomar decisiones, vaya a:**

- Enseñe a sus hijos a tomar sus propias decisiones:  
<https://ptaourchildren.org/teach-kids-decision-making-skills/>

**Estamos aquí para ayudar.** Para aprender más sobre los programas y servicios que brinda UIC-Cuidado Especializado Para Niños, visita nuestra página de internet:

[dsccl.uic.edu](http://dsccl.uic.edu) o “me gusta” en  [facebook.com/dsccl.uic.edu](https://facebook.com/dsccl.uic.edu)

-2-