

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

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?

(ORIGEN: <http://resources.education.tas.gov.au/item/edres/6b573b95-6c3e-5e79-12f0-f12df8b74ef0/1/MakingDecisions.zip/pooch.html>)

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

- *Fun Activities to Teach Children About Decision Making Skills:*
<http://mom.me/parenting/4887-fun-activities-teach-children-about-decision-making-skills/>
- <http://www.kidsmatter.edu.au/families/about-behaviour/making-decisions/learning-make-good-decisions-and-solve-problems>

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 o "me gusta" en  facebook.com/dsccl.uic.edu