**Ayudando a los hijos a tomar buenas decisiones**

Como padres siempre se quiere lo mejor para los hijos, para que crezcan y se conviertan en personas independientes y autosuficientes de tal manera que puedan tomar decisiones saludables para ellos y sus entornos a lo largo de su vida. El principio de la habilidad para tomar buenas decisiones empieza a los dos años de edad. Es importante hablar a los hijos acerca de tomar buenas decisiones.

**Tomando decisiones**

Todos los adultos que rodean a los niños en sus vidas, y en especial los de sus familias, deberían conocer estrategias para ayudar a los niños en el desarrollo de esta habilidad. Expertos mencionan que los niños entre 2 y 5 años necesitan experimentar el sentirse “autónomos” o tener la sensación de que controlan algo en su mundo. Por esta razón, a los niños de dos años les encanta decir NO pues empiezan a darse cuenta que tienen la capacidad de controlar su entorno a través de una decisión.

Es importante que el mundo adulto respete el “no” del niño de tal manera que su habilidad de tomar decisiones vaya fortaleciéndose. Los niños que pudieron ser respetados en sus decisiones, cuando sean adolescentes podrán decir que no a situaciones de riesgo que nacen en la presión del grupo.

Por otro lado, la sociedad contemporánea pone en evidencia muchos padres que quieren ser “amigos” de sus hijos y nunca les dicen que no. Esto ocasionará que los niños tengan una percepción de sí mismos como de “todopoderosos” y que siempre están en lo correcto perdiendo el respeto a las personas que son mayores a ellos. Expertos del desarrollo, así como los abuelos y las abuelas, saben y recomiendan que los niños tengan límites establecidos por los adultos significativos quienes, se entiende que conocen mejor cómo funciona el mundo.

Algunos padres podrían sentirse culpables o tristes si los niños no entienden o no están de acuerdo con sus límites y las decisiones de los adultos, pero esto no debería normar las decisiones que se tomen como adultos responsables de los niños. La parentalidad efectiva debería siempre buscar un balance saludable entre las decisiones que se toma y el bienestar de los niños.

Algunas sugerencias para dar opciones a los niños, y por ende un sentido de poder saludable, podrían ser:

- Preguntarle que zapato le gustaría ponerse primero o que camiseta le gustaría usar.

- Incluir su opinión en decisiones familiares como por ejemplo las vacaciones.

- Permitirles ayudar a decidir qué podrían comer en la cena.

- Permitirles escoger qué cuento desean leer antes de dormir (sin importar que escojan el mismo que han leído un millón de veces).

**Tomando BUENAS decisiones**

Dar a los niños la oportunidad de tomar de decisiones es importante, pero es necesario avanzar al otro nivel: que tomen buenas decisiones.

**1. Permitir al niño tomar decisiones aun cuando pienses que se están equivocando:** Está bien permitirle al niño equivocarse a veces. Esta es la manera en que cómo humanos aprendemos a hacer las cosas mejor. No podríamos aprender correctamente si no experimentamos los resultados de una decisión equivocada. Hacer algo sólo porque “el adulto dice que es así” no ayuda a ser autosuficiente. Por amor, siempre queremos protegerlos de los fracasos, pero esta acción no siempre es lo mejor para ellos. Los fracasos tienen muchas lecciones que dar a la familia.

**2. Ayuda al niño a ser el “científico” en el laboratorio de su vida:** Los científicos hacen predicciones, las prueban y reflexionan en los resultados para ver si estuvieron en lo correcto. Ayuda a los niños a pensar acerca de los posibles resultados de sus decisiones sin decirles cuál sería la decisión que deberían tomar. Posterior a eso, sin decir “te lo dije” ayúdalos a reflexionar sobre qué hubiera pasado si hubiesen tomado una decisión diferente lo cual ayudará para una siguiente oportunidad. El secreto es propiciar el espacio de reflexión.

**3. Sé ejemplo de toma de buenas decisiones:** Toma buenas decisiones en tu vida y puntualízalo a tu hijo. Por ejemplo, podrías decir “iba a comer este snack pero mejor no porque me va a arruinar el apetito que necesito para el almuerzo” o “iba a decir una mala palabra al otro auto que casi nos choca, pero decidí no hacerlo”.

La filosofía de los nativos americanos decía que los padres, hablando de parentalidad, no deberían basar sus decisiones en lo que creen que es mejor para sus hijos, sino lo que será mejor para los hijos de sus hijos. Criar con una visión amplia del futuro.

**Fuente:**<https://www.childtime.com/parent-resource-center/parenting-articles/help-your-child-make-good-choices/>

**Traducción**: Andrea Carrera P. – Counsellor BSQ.