



Emociones



**Adriana
Gutiérrez
Arévalo**

Psicóloga

**Aunque en ocasiones nos cueste,
debemos dejar a nuestros hijos que
se equivoquen**

La tarea de enseñar autonomía a nuestros hijos, y darles la libertad para elegir y la seguridad para afrontar las consecuencias, requiere una dedicación y constancia. Y es que la capacidad para razonar y analizar las decisiones se va haciendo cada vez más necesaria a medida que nuestros hijos crecen.

La toma de decisiones se basa en aspectos muy diversos. La experiencia es uno al que

se suele recurrir con frecuencia. Nos orientamos por acontecimientos o vivencias similares que hemos vivido o nos han contado para buscar la mejor alternativa. Pero los jóvenes apenas cuentan aún con esta guía en forma de experiencia. De ahí la importancia de enseñarles y prepararles para poder abordar posibles coyunturas y, sobre todo, afrontar los resultados inesperados con una actitud constructiva.

Algunas recomendaciones para trabajar la toma de decisiones de tu hijo son:

Trabajar la elección de alternativas y establecer prioridades. Ante una situación en la que tu hijo deba decidir entre varias opciones, anímale a contemplar la elección como un reto que requiere atención y tiempo. Cuando veas que tiene dudas respecto a alguna situación, puedes animarle -e incluso sentarte con él- a hacer una lista de pros y contras. Si, por ejemplo, dos amigos van a celebrar distintos cumpleaños al mismo tiempo, aliéntale a considerar diferentes variables: la relación con cada uno, el plan que más le apetece? para basar su decisión. **Conceder responsabilidad.** Realizar un reparto de deberes y cometidos acordes a su edad es de vital importancia en su aprendizaje. Con la práctica y los problemas que surgirán se da una enseñanza enfocada al abordaje y resolución de problemas. Puedes dejar que tu hijo organice el plan de un día de vacaciones teniendo en cuenta condicionantes como el presupuesto, el tiempo del que disponéis? Podéis hacerlo de forma conjunta o, si le ves capaz, incluso dejarle al mando. **Evitar la sobreprotección.** En ocasiones, y sobre todo ante decisiones que pueden ser complicadas, podemos tender a sobreproteger a nuestros hijos, lo que muchas veces les lleva a no decidir por sí mismos. Este hecho puede llevarle a no equivocarse, pero también le privará del aprendizaje que implica el error. Si, por ejemplo, ves que tu hijo no llega a tiempo a entregar una tarea escolar, deja que se enfrente a las consecuencias. Solo de esa manera aprenderá a corregir lo que le llevó a eso. **Valorar el error.** Cuando ante una determinada decisión el niño falle en su elección, los reproches o castigos deben evitarse. Hay que tener siempre presente el valor educativo de los errores, pues éstos implican no sólo aprendizajes nuevos, sino que suponen útiles enseñanzas que, más adelante, podrán tener presentes ante situaciones similares. Puede que tu hijo se matriculara en una asignatura que luego odia, o esté agotado después de haberse pasado la noche sin dormir. Anímale a que piense qué le llevó a esa situación y a cómo evitarla en el futuro.

Hacer hincapié en su capacidad de tomar decisiones y de aprendizaje de los errores desde una edad temprana le ayudará a convertirse en un adulto con herramientas y recursos para enfrentarse a los múltiples dilemas con los que se encontrará a lo largo de su vida.

EXPERTO:

Adriana Gutiérrez Arévalo
Psicóloga

Psicóloga Clínica, egresada de la Universidad Nacional Autónoma de México.

