



COUNSELING GAZETTE

Volume VI

Learning Responsible Decision Making

January 2021

No child is perfect. Responsible decision making is a life-long process that involves learning and making mistakes. As a parent, the best way you can instill responsible decision making in your child is by modeling that behavior yourself. Children naturally gravitate to their caregivers for guidance and advice. Therefore, being aware of your own behavior is imperative in your interactions with your child as well as those around you.

In school, students have opportunities to practice making responsible decisions in the classroom as well as on the playground. Setting values of responsibility at a young age with your child will help them become responsible and productive citizens. **Here are several ways you can support your child to learn and practice responsible decision making:**

1. Use a Pro/Con List

If your student likes structure and is more of a visual learner using a pro and con list is a helpful way to decide what is the best decision for your child. Often, children struggle making decisions and need help from adults that care in their lives. Helping your child look at all possibilities allows them to make better decisions. Writing out a pro and con list before starting a project will allow your child to see the positives of getting work done ahead of time and any struggles that may come from waiting too long.

2. Connect Choices Now with Future Goals

Ask your child to make a list of their favorite subjects, hobbies, and other activities they enjoy. Based on what your child shares with you, explore possible career opportunities of interest that

align with their lists. With more time at home, your child can research a wide variety of interests, making it a fun activity to do at home. The idea is to have conversations with your child on how the effort they are putting into today will impact their future goals.

3. Reflect and Use Empathy

We don't always make the right decisions. In fact, oftentimes the biggest lessons we learn are when we make mistakes. Make sure you give your child freedom to make mistakes and create an open and safe space for them to reflect on those mistakes. Decision-making skills grow stronger when a child can navigate challenging situations on their own, with the support of a loving caregiver.

Another useful skill is to teach your child to practice empathy skills. It allows your child to take the opposing viewpoint in the decision-making process, so that your child can have a better understanding of another person's perspective. For example, you can ask your child "What advice would you give a friend?" which is a great way to tap into their "inner wisdom" on any given topic.

4. Would You Rather...?

This is an easy and fun activity that gets your child's neurons firing around decision making. It gives them a chance to look at two choices and decide what is their preference on a certain topic. To go further, you can ask your child why they made that choice to spark some inner reflection. This can be an entertaining activity that can be played at the dinner table or a family night. You can ask questions such as: *Do you prefer dogs or cats? Why?*

Would you rather fly or be invisible? Would you rather give a present or receive a present? Why?

5. Decision Tree

For children that are more visual learners, use a decision tree, which is a flowchart-like graphic that allows a child to see a visual representation of the different possibilities for their decisions. Ask your child about a real-life example that has been challenging recently—for example, school refusal. If your child hasn't been going to school (or showing up on zoom) you can use a decision tree to show options and likely outcomes for attending or not attending class. The biggest box at the top would be "Class," and the two branches below would be "not going to class" and "going to class." Under each box you would fill out the likely consequences of going to class and not going to class. By reflecting on the benefits and consequences it allows your child to make more responsible decisions.

In summary, responsible decision making is a lifelong skill but everyday interactions with others teaches your child to make better decision and learn how they impact themselves and others around them.

Book Recommendations



Aprendiendo a Tomar Decisiones Responsables

Ningún niño puede ser perfecto. La habilidad de hacer decisiones responsable es un proceso de por vida que implica aprender y cometer errores. Como padre, la mejor manera de inculcar la toma de decisiones responsable en su hijo es modelando ese comportamiento usted mismo. Los niños naturalmente gravitan hacia sus cuidadores en busca de orientación y consejo. Por lo tanto, ser consciente de su propio comportamiento es imperativo en sus interacciones diarias con su hijo y con cualquier persona con la que interactúe.

En la escuela, los estudiantes también tienen una gran cantidad de oportunidades para practicar la toma de decisiones responsables en el salón de clases y en el patio de recreo. Establecer valores de responsabilidad a una edad temprana con su hijo los ayudará a convertirse en ciudadanos responsables y productivos. **Aquí hay varias formas en que puede ayudar a su hijo a aprender y demostrar una toma de decisiones responsable:**

1. Utilice una lista de pros y contras

Si a su estudiante le gusta la estructura y es más ágil visual, usar una lista de pros y contras es una forma útil de decidir cuál es la mejor decisión para su hijo. A menudo, los niños tienen dificultades para tomar decisiones y necesitan un poco de ayuda de los adultos que se preocupan por sus vidas. Ayudar a su hijo a ver todas las posibilidades les permite tomar mejores decisiones. Por ejemplo, hacer una lista de pros y contras de completar un proyecto por adelantado o esperar a que se complete el último minuto. Si anota los beneficios de comenzar un proyecto temprano, su hijo podrá ver los beneficios o comenzar a trabajar con anticipación.

2. Conecte opciones ahora con metas futuras

Pídale a su hijo que haga una lista de sus materias, pasatiempos y otras actividades favoritas que disfruta. Con base en lo que su hijo comparte con usted, explore posibles oportunidades profesionales de interés que se

alineen con su lista. Con más tiempo en casa, su hijo puede investigar una amplia variedad de intereses, lo que la convierte en una actividad divertida para hacer en casa. La idea es de conversar con su hijo sobre cómo el esfuerzo que están poniendo hoy afectará sus metas futuras.

3. Reflexiona y usa la empatía

No siempre tomamos las decisiones correctas. De hecho, muchas veces aprendemos las lecciones más importantes cuando no tomamos la mejor decisión. Asegúrese de darle a su hijo la libertad de cometer errores y cree un espacio abierto y seguro para que reflexione sobre esos errores. La habilidad de tomar decisiones se fortalece cuando un niño puede afrontar situaciones desafiantes por sí solo y con el apoyo de un cuidador cariñoso.

Otra práctica útil es enseñarle a su hijo a practicar la empatía. Le permite a su hijo adoptar el punto de vista opuesto en el proceso de tomar decisiones, de modo que su hijo pueda comprender mejor las diversas perspectivas. Por ejemplo, puede preguntarle a su hijo "¿Qué consejo le darías a un amigo?", Una excelente manera de explorar su "sabiduría interior" sobre un tema.

4. ¿Preferirías...?

Esta es una actividad fácil y divertida que hace que las neuronas de su hijo se activen para tomar decisiones. Les da la oportunidad de considerar dos opciones y decidir cuál es su preferencia sobre un tema determinado. Incluso, puede preguntarle a su hijo por qué tomó esa decisión para provocar una reflexión. Luego, haga que los estudiantes compartan por qué tomaron esa decisión y por qué. Esta puede ser una actividad entretenida que se puede jugar en la mesa de la cena o en una noche familiar. Puedes hacer preguntas como: ¿Prefieres perros o gatos? ¿Por qué? ¿Prefieres volar o ser invisible? ¿Prefieres dar un regalo o recibir un regalo? ¿Por qué? Estos

son algunos ejemplos de muchas preguntas que pueden provocar una excelente conversación con su hijo.

5. Árbol de decisiones

Para los niños que aprenden visualmente, un árbol de decisiones es un gráfico similar a un diagrama de flujo que le permite al niño ver una representación visual de las diferentes posibilidades para sus decisiones. Pregúntele a su hijo sobre un ejemplo de la vida real que haya sido un desafío recientemente, por ejemplo, el rechazo escolar. Si el niño no ha ido a la escuela (o no ha aparecido en el zoom), puede usar un árbol de decisiones para mostrar las opciones y los resultados probables de asistir o no asistir a clase. El cuadro más grande en la parte superior sería "Clase" y las dos ramas de abajo serían "no ir a clase" e "ir a clase". Debajo de cada casilla correspondiente, debe completar las posibles consecuencias de ir a clase y no ir a clase. Al reflexionar sobre los beneficios y las consecuencias, le permite a su hijo tomar decisiones más responsables.

La habilidad de tomar decisiones responsable es un proceso de toda la vida, pero las interacciones diarias con los demás le enseñan a su hijo a tomar mejores decisiones y a aprender cómo se impactan a sí mismos y a los que lo rodean.

Libros de Recomendación

