



Habilidades para la vida Toma de decisiones

En el trayecto de la vida, hay que tomar muchas decisiones, pero ¿Cuál es la mejor opción?

La toma de decisiones consiste en evaluar diferentes posibilidades en un momento dado, considerando, entre otros factores, necesidades, valores, motivaciones, influencias y posibles consecuencias presentes y futuras, tanto en la propia vida como en la de otras personas. Elegir una opción promueve el ejercicio de valores como responsabilidad, autonomía, convivencia social, respeto, equidad y participación.



Decidir significa hacer que las cosas sucedan en vez de simplemente dejar que ocurran como consecuencia del azar u otros factores externos. Escoger es una acción tan común y cotidiana que a veces la realizamos sin darnos cuenta, lo cierto es que gran parte de lo que nos sucede depende del camino que tomamos. De cada elección dependen muchas consecuencias importantes cuya responsabilidad se habrá de asumir.

Al observar el entorno es posible detectar diferentes formas de tomar decisiones: hay quienes lo hacen impulsivamente y actúan antes de reflexionar; en otros casos piensan tanto las cosas que dejan pasar las oportunidades; hay, también, quienes adoptan una posición rígida sin considerar otras alternativas. Ninguna de estas vías es la mejor; es fundamental aprender a elegir, prudente y reflexivamente, aquello que favorezca nuestro desarrollo, bienestar y armonía.

Escoger con autonomía dará la posibilidad de equivocarse, pero también de acertar, lo que proporciona libertad y al mismo tiempo responsabilidad. Decidir ayuda a comprender que no es posible tenerlo todo, ya que al elegir una opción, también se renuncia a las demás; incluso el hecho de no escoger nada implica un tipo de decisión pasiva, en la que no se interviene directamente, pero sí existe la obligación de asumir consecuencias.

Corte Suprema de Justicia

Los padres y madres que desean ayudar a sus hijos e hijas a crecer libres, independientes y responsables deben orientarlos para que sean capaces de tomar decisiones que produzcan los resultados esperados.

Tomar una decisión acertada implica iniciar un proceso de razonamiento lógico y creativo, en el cual se formulan ideas e hipótesis, se evalúan los probables resultados de cada una de las opciones, se elige la mejor y se ejecuta.

- Ref.- Alonso, C. Prevención de la A a la Z. España, Centro de Estudios sobre Promoción de la Salud. 2004
- Davis, M.. Técnicas de autocontrol emocional. México, Ediciones Roca. 1988
- Organización Mundial de la Salud. Guidelines: Life Skills Education Curricula for Schools. Ginebra, Suiza. 1999

San Salvador, 24 de noviembre de 2021.