

LA INFLUENCIA DE OTROS EN LAS DECISIONES DEL ADOLESCENTE

“¿Yo?, jamás me dejo influenciar por los demás, siempre tomo mis propias decisiones y lo que piensen los demás no me importa. Yo decido lo que quiero y cuándo lo quiero”.

Esta es la respuesta que la mayoría de adolescentes ofrecen cuando se les pregunta: *¿Consideras que otras personas puedan influenciar sobre tus decisiones?*. Sin embargo, esto no refleja verdaderamente lo cotidiano, ya que niños, adolescentes y adultos nos sometemos, de alguna manera, a la influencia de otros.

El tema es aclarar si ese dominio sobre nuestras decisiones es positivo o negativo, si abarca situaciones simples como salir al cine, comprar ropa, o sobre coyunturas más complejas: iniciar una relación, elegir una carrera profesional, *¿consumir drogas?*

¿Realmente a los jóvenes y adolescentes les cuesta tomar decisiones?, ¿son vulnerables a ser influenciados por otros, eso es inevitable?

Como padres, *podemos preparar o enseñar* a nuestros hijos a decidir, solucionar problemas o reflexionar sobre ellos, porque son habilidades que aprendemos durante nuestro crecimiento (nadie nace con ellas). Los adolescentes están expuestos a modelos adecuados e inadecuados y es en la familia donde adoptan hábitos, costumbres y actitudes. Lo importante es conservar la capacidad de decidir y elegir. Ofrecerles a nuestros hijos estrategias de *autocuestionamiento* y *autocrítica*. A continuación algunos alcances:

- Conversemos con nuestros hijos diariamente sobre un tema cualquiera.
- Alentemos la crítica o reflexión sobre un hecho ocurrido, por ejemplo: *¿qué piensas u opinas acerca de...?*
- Si esta persona hubiera tomado esta decisión *¿qué hubiera ocurrido hijo/a?, en tu caso: ¿qué hubieras hecho tú?*
- Compartamos con ellos experiencias propias de las cuales hayamos obtenido resultados positivos o negativos en nuestra vida.
- Incidir en que las decisiones que tomamos en la vida, desde las más simples a las más complejas, tendrán siempre alguna consecuencia.
- Señalemos la importancia de pedir ayuda (lo cual no es signo de vulnerabilidad o debilidad) y escuchar opiniones distintas a las nuestras lo que podría ofrecernos diversas alternativas.