

# GUÍA PARA ACOMPAÑAR EN LA TOMA DE DECISIONES

CÓMO PROTEGER DANDO AUTONOMÍA



## 01

### DISPONTE A ESCUCHAR

Parece fácil pero es lo más complicado. Escuchar para entender y no para responder es un ejercicio que requiere esfuerzo. Si oyes "es que no me entiendes", para y vuelve a empezar pasados unos minutos.

....



## 02

### REVISA TUS CREENCIAS

"Yo lo que quiero es que sea feliz" es la frase más repetida, pero a veces tenemos que revisar qué es la felicidad. Todas las personas tenemos prejuicios. Revisa los tuyos y tus expectativas y cuestionálas. El mundo está cambiando y no podemos quedarnos en nuestro aprendizaje de vida.

....



## 03

### DEJA QUE SE EMOCIONE

Si notas que tiene miedo, dale seguridad, pero seguridad en sus creencias. Dile que es capaz de tomar sus decisiones. Si notas que se ilusiona, ese es el camino, aunque creas que se equivoca. Tienes la suerte de ver cómo ha encontrado algo que le motiva.

....



## 04

### CREA UN AMBIENTE DE CALMA

Habla cuando te lo pida, y si no es el momento de poner el 100% de tu atención, acuerda cual será ese momento en el que podrás prestarle toda tu atención. Quita la tele y reserva ese espacio para la conversación. Si no lo pide, pregunta cuándo quiere hablar del tema. Respeta su espacio.

....



## 05

### OBSERVA LA REALIDAD, SU VIDA E INTERESES.

Observa qué le gusta, sus sonrisas son la brújula que va a dar en el clavo. Mira el mundo que te rodea y busca nuevos retos que antes no existían. Cuestionate todo. Observa su mundo y entiende que ahora es así.

....



## 06

### ASESÓRATE CON LAS PERSONAS CORRECTAS

Pregunta a los profesionales de orientación. En esta web tienes recursos y puedes hablar con los servicios de orientación del colegio o instituto, o acércate a los servicios públicos. No te fíes de lo que digan los demás, pregunta a profesionales.

....

