

50 Frases que hay que decirles a los niños

Infunden amor y confianza

Ocurre que además de “muy bien“, a veces no sabemos qué más decirle a nuestros hijos para expresarles nuestro apoyo y confianza en ellos. ¡y hay que hacerlo! Después de todas esas palabras les permiten comprender que los amamos, los entendemos y los aceptamos.

La psicóloga infantil y de familia Ekaterina Kes redactó una lista de frases que puedes usar para comunicarte con tu hijo. Comprende su esencia y dilas con tus propias palabras, esto es solo un bosquejo. Muy importante: No olvides decirle “Te amo“. Esa es la principal.

Mostrarle tu confianza

- “Confío en ti”.
- ”Creo en ti“.
- ”Respeto tu decisión“.
- “No es tan fácil, pero sé que podrás lograrlo”
- “Estás haciendo lo correcto“.
- ”Entiendes bien lo que pasa”
- “¿Cómo lo lograste?”
- ”¡Enséñame cómo lo haces!“.
- ”Lo haces mejor que antes, estás mejorando aún más“
- “Me parece que lo haces bien”.

Reconocer el esfuerzo y/o el sufrimiento

- ”Veo que trabajaste mucho para lograrlo“.
- ”Veo que te esforzaste mucho, sigue así“.
- “Te esforzaste y te salió muy bien”
- “Me gusta como lo haces“
- ”Me imagino cuánto tiempo tardaste en hacerlo, así se hace”
- “¡Sé cuánto te esforzaste para lograrlo!”
- “Has debido planearlo muy bien para que resultara algo tan bueno“
- ”Tus esfuerzos se recompensaron con un buen resultado, te felicito“

Agradecer por el tiempo que han pasado juntos

- “El tiempo que pasamos juntos es muy importante para mi”.
- ”Ya estoy esperando a que juguemos mañana“
- ”Eres alguien interesante”.
- “Me gustó mucho jugar contigo”.
- “Estoy feliz de tenerte cerca“.
- ”Me siento muy bien a tu lado”.

Ayudar a valorar el resultado

- “¿Y a tí qué te parece?”
- ”Me imagino que debes sentirte muy bien“
- ”¿Y qué es lo que más te gusta?“
- “¿Qué opinas de eso?”
- ”¿Te gusta cómo quedó?“
- ”¿Que piensas, te salió mejor que la vez pasada?“
- “¿Cómo te sientes respecto a eso?”

Agradecer por la ayuda o contribución

- “Muchas gracias por haber....(cuando es algo positivo)“.
- ”Gracias por lo que hiciste”.
- “Gracias por tu ayuda”.
- ”Gracias por entenderlo“.
- ”Eso me ayuda mucho, te lo agradezco“.
- “Eres un muy buen ayudante”
- ”Gracias a tu ayuda tardé menos en acabar“.
- ”Como me ayudaste ahora todo está limpio“.

Describir lo que ves

- “¡Wow, qué limpia está tu habitación!”
- “¡Que bien que la cama esté tendida!”
- ”¡Qué colores tan vivos los que usas!”
- “¡Veo que te has esforzado mucho!”
- “¡Tu mismo lo hiciste, te felicito!”

Describir lo que sientes

- "Me gusta mucho hacer esto contigo!".
- "Me siento feliz de estar en casa".
- "Creo que somos un equipo".
- "Me gusta oírte decir eso".
- "Estoy feliz de tenerte".
- "Me siento muy bien cuando me ayudas".