

Cinco frases positivas que debes decirle a tus hijos

Publicado: Miércoles, 21 Julio 2021 09:21
Escrito por María Alejandra Castro Arbeláez



Cualquier momento en la crianza es ideal para dar reforzamientos positivos a través de las palabras. A continuación encontrarás algunas frases muy relevantes que pueden ayudar a tus hijos en el día a día.

frases positivas que debes decirle a tus hijos

Algunos padres demuestran interés hacia sus hijos a través de acciones concretas de cuidado y protección, pero pasan de largo algo muy importante: expresar este interés a través de sus palabras. Con ellas podrían utilizar frases positivas que llegarían a causar un impacto emocional saludable en sus pequeños y en su relación.

Antes de seguir leyendo, permítenos preguntarte: ¿Sabes cuáles son las frases de mayor impacto que deberías decirle constantemente a tus hijos?

No te preocupes si tu respuesta es negativa. En este artículo te mostraremos las 5 frases positivas más importantes que debes expresarle frecuentemente a tus hijos. Ellas los ayudarán a tener más confianza y seguridad en sí mismos y en ti. Así que ponte cómoda y no dejes de leerlo.

1.- “Eres importante y especial para mí”

Es muy importante que ayudes a tu hijo a entender que cuando lo crearon fue en serio y no en serie. Hazlo sentir como lo que es: un ser único, diferente y especial. Eso es justamente lo que le hace ser

Cinco frases positivas que debes decirle a tus hijos

Publicado: Miércoles, 21 Julio 2021 09:21
Escrito por María Alejandra Castro Arbeláez

importante.

Nunca lo compares con nadie y dile a diario cuán importante y especial es para ti. Con esto lo ayudarás a desarrollar una buena autoestima y mayor confianza en sí mismo. Se dará cuenta que no está solo y que puede contar contigo para cuando se le presente cualquier alegría o inconveniente.

2.- *“Estoy orgullosa de ti”*

La mayoría de las veces podrías haber utilizado la segunda de estas frases positivas cuando tu hijo hizo algo excelente. Por ejemplo, cuando obtuvo buenas calificaciones, una mención de honor, un partido ganado, entre otras cosas.

Pero decirle a tu hijo que estás orgullosa de él no debería salir de tu boca solo cuando ha obtenido excelentes resultados en alguna prueba. Esta frase premia el esfuerzo que tú sabes que hizo para alcanzar algún objetivo, haya obtenido o no buenos resultados.

Al decirle esta frase le harías entender que es importante para ti por lo que es y no por sus éxitos.

3.- *“Tu opinión es importante”*

Para que esta frase tenga un gran impacto es necesario mantener una buena comunicación con tu hijo. No impongas tus ideas y permítele expresar las suyas. Aun si toma decisiones que a tu parecer son erradas, dale la oportunidad de ponerlas en marcha.

Si una decisión te parece equivocada puedes darle tu opinión al respecto, pero recuerda que es su decisión aceptar o no tu consejo. Presta atención cuando él hable y no solo trates de escucharte a ti misma. Así entenderá que para ti, su opinión es importante.

4.- *“Perdón”*

Es importante que reconozcas cuándo cometes un error con tu hijo y que seas capaz manifestarle tu arrepentimiento por el daño causado. Esto le enseñará a hacer lo mismo cuando el caso sea contrario.

Así que si en algún momento le gritaste y descargaste tu ira contra él, en cuanto te recuperes, ve a su encuentro y pídele perdón aunque te cueste. Esto proporcionará una reconciliación entre los dos y mejorará su relación.

5.- *“Te amo”*

Cinco frases positivas que debes decirle a tus hijos

Publicado: Miércoles, 21 Julio 2021 09:21
Escrito por María Alejandra Castro Arbeláez

Si tu hijo pudiese estar seguro de que lo amas, no haría falta expresarle cualquiera de las frases positivas anteriores. Pero, ¿cómo podría darse cuenta tu hijo de que lo quieres, si tu desaprovechas las oportunidades que tienes para expresárselo, justificándote por tu falta de tiempo?

El amor es el ingrediente esencial para que una familia sea sólida, unida y sana emocionalmente. No desaproveches la oportunidad que tienes hoy de decirle te amo a tu hijo, mañana podría ser tarde.

Di frases positivas que demuestren amor

Las frases anteriores son las que muchas veces tu hijo pide a gritos escuchar de tus labios. Este necesita de cuidados, comida, protección, regalos pero lo más importante y beneficioso para él es tu tiempo.

Siembra en él valores y dile todos los días cualquiera de estas frases positivas que hoy aprendiste. Verás que los unirán como familia. Además, tu pequeño aprenderá que hablar de sus emociones y sentimientos es algo natural y sano. Con el tiempo, será un adulto con inteligencia emocional bien desarrollada.

[María Alejandra Castro Arbeláez](#), en [eresmama.com/](#)