

# FRASES QUE LOS PADRES DEBIERAN DECIR A SUS HIJOS

Autora: psicóloga infantil y de familia Ekaterina Kes

## 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? Muy bien”.  
“¿Enséñame cómo lo haces!”.  
“Lo haces mejor que antes, estás mejorando”  
“Me parece que lo haces bien”.

## Reconocer el esfuerzo

“Veo que trabajaste mucho para lograrlo“.  
“Veo que te esforzaste mucho, sigue así“.  
“Te esforzaste y te salió muy bien”  
“Me gusta cómo 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 mí”.  
”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?”.  
“¿Qué 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 hermosos son los que usas!”.  
“¡Veo que te has esforzado mucho!”.  
“¡Tú 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”.

