

TENDENCIAS

6 frases traumatizantes que nunca debes decirle a tus hijos si no quieres marcarlo de por vida

El Ciudadano · 17 de agosto de 2016





Como padres le hablamos a nuestros hijos con la mejor intención, pero a veces utilizamos frases que les pueden hacer daño, sobre todo cuando las decimos con cierta frecuencia. En ocasiones, por llamarles la atención decimos cosas impulsivas que les hacen sentirse mal en lugar de animarles.

“Se lo voy a decir a tu papá”

Esta frase le quita autoridad a la madre y los niños pueden acabar por sentir miedo del progenitor. El psicólogo Alexis Olivares señala que estas palabras otorgan un rol negativo al padre.

“Lo entenderás cuando seas mayor”

Lo más probable es que cuando decimos esto es porque no sabemos cómo explicarles algo, o no conocemos la respuesta. Pero estamos haciendo sentir al niño como si fuera un ignorante y solo los adultos lo saben todo, según la revista española Crecer Feliz.

«¡Apúrate!»

Presionar a un niño para que se apresure le genera estrés la coautora del libro Baby Minds sugiere suavizar el tono y decir: “apurémonos”. De esta manera les

estás enviando un mensaje de que están en el mismo equipo, no le haces sentir inferior.

“No tenemos dinero para comprar eso”

Aunque es una respuesta que decimos casi de modo automático, es mejor optar por una frase alternativa como “No podemos comprarlo ahora porque estamos ahorrando para otras cosas más importantes”, como sugiere un artículo de la revista Ser Padres. Cuando sea el momento apropiado, es importante hablarles sobre cómo manejar el dinero.

“Deja de llorar”

Lo más seguro es que empleemos esta frase con un tono fuerte, lo cual la vuelve más agresiva. Sin darnos cuenta estamos reprimiendo sus emociones y hace que los niños crezcan con necesidades que luego van a necesitar exteriorizar cuando sean adultos. Tania García, experta en educación respetuosa y asesora familiar sugiere tratemos de acompañar y guiar a los niños para que canalicen sus emociones de la manera apropiada, pero sin reprimir sus sentimientos.

“Cuando yo tenía tu edad lo hacía solo”

Con esta frase estamos bloqueando su capacidad de aprendizaje, la revista Crecer Feliz señala que al decir esto estamos subrayando la incapacidad del niño para hacer algo. En su lugar es mejor decir algo como: “No me gusta esto que haces”, ya que de esta manera estamos atacando su actitud y en lugar de mermar su autoestima le animamos a ser más obediente. Existen muchas frases que empleamos y con las cuales, sin darnos cuenta podemos afectar a nuestros hijos. Es normal perder la paciencia, pero establecer una comunicación sana es fundamental.

Fuente: [El Ciudadano](#)