

10 FRASES POSITIVAS PARA NUESTROS HIJOS

01 "Eres capaz de Hacerlo"

Una **buena autoestima** es la base de la salud mental de nuestros hijos. Hazle saber que es capaz de hacer todo lo que se proponga.

02 "Si necesitas algo Pídemelo"

Cuando crecen, es normal que empiecen a confiar sus cosas a los amigos y lo hagan menos con los padres, pero mantener una comunicación fluida con nuestros hijos es clave, sobre todo en la adolescencia. Hazles saber que siempre estarás disponible para lo que necesite, **incondicionalmente**.

03 "Estoy orgulloso/a de ti"

El orgullo de unos padres es la **mejor recompensa** para un hijo. De una y otra manera, buscan siempre nuestra aprobación.

04 "Sabes que te quiero mucho"

Y como no, para acabar la frase positiva más bonita que deberíamos decírsela **al menos una vez al día** todos los días del año.

05 "Puedes llegar a donde tú quieras"

Pocas frases tienen tanto poder para la autoestima de nuestros hijos como esta. Saber que **creemos en ellos** les dará confianza para cualquier decisión u objetivo que se propongan en la vida.

06 "Yo sé que eres bueno"

Cada hijo es un ser humano único y especial. Menciónale sus cualidades, **elogia sus aciertos** sin caer en la exageración y habla de sus **errores** con empatía y espíritu de superación.

07 "Sé que lo has hecho sin querer"

Es una manera de validar sus emociones. Aunque no podamos (ni debemos) impedir que sientan emociones como rabia, miedo, **tristeza**, es clave transmitirles empatía y darle valor a lo que siente.

08 "Creo lo que me dices"

Comprender el comportamiento de nuestros hijos **sin juzgarlos** es imprescindible para establecer una relación de confianza con ellos. No implica estar de acuerdo con lo que hagan ni validar malos comportamientos.

09 "Noto que cada Día eres mejor"

Solemos remarcar los errores de nuestro hijo, pero **no tanto los aciertos**. En lugar de estar todo el día remarcándoles lo que hacen mal, empieza a destacarles lo que hacen bien.

10 "Que sorpresa más linda"

Cada hijo es un ser humano único y especial. Menciónale sus cualidades, **elogia sus aciertos** sin caer en la exageración y habla de sus **errores** con empatía y espíritu de superación.

Muchas gracias por haber leído nuestro Artículo
Los invitamos a seguirnos en nuestras Redes Sociales



[@nuestroshijosprimero](https://www.facebook.com/nuestroshijosprimero)



[@primeronuestroshijos](https://www.instagram.com/primeronuestroshijos)