



## ARTÍCULO PARA PADRES 84

# 10 frases que NO deberías decirle a tu hijo

Las palabras pueden marcar la vida de un niño más que cualquier acto que realicemos, por eso es tan importante cuidar lo que vamos a decirles, incluso cuando estamos fuera de nuestras casillas. Una palabra inadecuada hace mucho daño a un niño para toda su vida. Ciertas frases nunca deben ser dichas por los padres a sus hijos.

Todas las palabras tienen consecuencias, algunas positivas y algunas negativas, por eso queremos mostrarte cuáles son esas frases que deberías evitar al máximo a la hora de dirigirte a uno de tus hijos:

Las palabras y frases "prohibidas" para los padres de familia

### 1. "Yo lo haré por ti"

Como padre o madre, es natural que quieras tomar el control de la situación y hacer que la vida de tu hijo sea más sencilla, pero esta frase a la hora de hacer los deberes de la escuela, las tareas de la casa o cualquier actividad cotidiana, es capaz de inutilizar de alguna forma a tus hijos, es mejor que lo acompañes a hacer las cosas en vez de hacerlas por ellos.

### 2. "No llores"

En especial cuando se trata de niños varones, es bastante común escuchar esta frase por parte de algunos padres, lo cual no es nada sano para ellos porque aprenderán a tragarse sus emociones. Evita culpabilizar a tus hijos por expresar sus sentimientos de tristeza o frustración a través del llanto.

### 3. "¿Por qué no te pareces más a tu hermana o hermano?"

Las comparaciones son odiosas en cualquier momento de nuestras vidas ¿por qué usarlas para hacer sentir mal a nuestros hijos? Reemplaza este tipo de frases por otras que resalten todas sus virtudes y cualidades que lo hacen una persona única, así sentirá que lo respetas y admiras como ser humano.

### 4. "Te prometo que..."

Un error que se comete al ser padre, es el de usar estas palabras sin tener la intención o la seguridad de hacer algo. Una promesa rota para un niño, es una señal de que no puede confiar en ti tanto como creía. Usa frases como "trataré de..." o "intentaré hacerlo" para que tus hijos no se ilusionen más de lo que deberían.

### 5. Hablar mal de otros

Puedes usar muchas frases para denigrar a una persona y esto puede marcar el comportamiento futuro de tus hijos. Recuerda siempre que eres el modelo a seguir para ellos y que imitarán cualquier cosa que hagas o digas. Si quieres que los niños hablen con respeto de los otros, empieza por hacerlo tú.



### 6. “Porque yo lo digo”

Esta frase es bastante cliché y se usa para no justificar uno de tus actos. Procura no usar esta frase y dales siempre buenos argumentos que les expliquen tus acciones. Si no hay una razón válida, los niños no encontrarán por qué detener una mala conducta.

### 7. “Cállate”

Es una frase que no debería usarse con ninguna persona, y menos con uno de tus hijos. Además de ser palabras groseras, atentan con la capacidad de expresión de un niño o niña y generarán hostilidad en cualquier situación. En vez de eso, señálale previamente en qué momentos se debe guardar silencio y en cuáles puede hablar sin problema.

### 8. “Eres tan ... (cualquier adjetivo de connotación negativa)”

En momentos de ira, puedes decir frases como estas que refuerzan un sentimiento poco agradable en tus hijos. Darles calificativos negativos con frecuencia, puede hacer que empiecen a creer que son eso que dices. Usa esta frase únicamente para resaltar sus fortalezas y los talentos que poseen; esto fortalecerá su autoestima.

### 9. “Ya verás cuando tu papá (o mamá) llegue a casa”

Es una frase que se usa a menudo para anunciar un castigo que establecerá papá o mamá cuando llegue a casa, ¿por qué no se les debe decir? Simplemente es un signo de autoridad poco sólida y demuestra que no se sabe cómo controlar una situación. Cuando se deja un comportamiento sin corregir al momento en que se da, el niño olvidará qué fue lo que hizo y no significará mucho para él. Por otro lado, podrá crear una imagen negativa sobre papá o mamá llegando hasta a tener miedo de estos.

### 10. “Déjame solo”

Tal vez en algún momento tengas que decirla y eso no está mal, pero cuando la usas repetidamente, tus hijos pueden interpretar que te molestan al hablarte y eso los aleja de ti poco a poco. Si estás en medio de una situación estresante, adviérteles que tal vez no sea el mejor momento para hablar, cuando te sientas mejor acude a ellos y comparte tu tiempo en familia.