

#PERDON

Guía de reparación real

4 pasos para que tu hijo aprenda a pedir perdón de verdad

Un perdón de verdad no se pide para calmar a los adultos — se pide porque uno siente que estuvo mal. Estos cuatro pasos enseñan la diferencia.

1 Reconocer — ¿qué hice y por qué estuvo mal?

No: 'Si te lastimé, lo siento' (condicional, no reconoce). Sí: 'Rompí tu dibujo. Eso estuvo mal porque era tuyo y era importante para ti.' La especificidad muestra que el niño entendió realmente.

2 Sentir — nombrar la emoción sin minimizar

Pregunta: '¿Cómo crees que se sintió cuando pasó eso?' Espera que el niño responda. Eso es empatía activa — no empatía actuada.

3 Reparar — ¿qué puedo hacer para arreglarlo?

Deja que el niño proponga la reparación. Si propone algo pequeño, acepta y añade: '¿Qué más podrías hacer?' La responsabilidad de reparar debe ser del niño, no tuya.

4 Aprender — ¿qué haría diferente?

Esta pregunta cierra el ciclo. No como reproche — como reflexión. '¿Qué harías distinto si volvieras a estar enojado/a?' Eso construye hábito, no solo disculpa.

Cómo presentarle el proceso al niño

No lo expliques como reglas — cuéntalo como historia. '¿Sabes qué es un perdón de verdad? No es solo decir lo siento. Es entender qué pasó y querer arreglarlo.' Después, la primera vez que sea necesario, acompáñalo por los pasos en voz alta.

Qué hacer cuando dice 'no quiero pedir perdón'

No fuerces. Di: 'Está bien que no estés listo/a. Cuando lo estés, podemos hablar.' Un perdón forzado no enseña nada — enseña que decir las palabras correctas es suficiente. La disposición tiene que venir de adentro.



¿QUIERES PROFUNDIZAR?

Este recurso es solo una muestra de las herramientas del libro *El Pequeño Estoico*. Cuentos y actividades que enseñan a los niños a ser fuertes, tranquilos y sabios. Filosofía estoica, inteligencia emocional y crianza consciente para niños de 5 a 12 años — todo en historias bellamente ilustradas.

[Comprar en Amazon →](#)