

Guía para abuelas: tu lugar sin perder a tus hijos

Roles, límites y reparación

Mantener tu lugar en la familia sin que genere conflicto es un arte. Esta guía te da las herramientas para lograrlo.

La diferencia entre tu rol de abuela y tu rol de madre

Como madre, tu tarea era **formar**. Como abuela, tu tarea es **acompañar**. Esa diferencia lo cambia todo.

La abuela que forma en la casa de sus hijos adultos genera resistencia, aunque tenga razón. La abuela que acompaña genera gratitud, aunque diga cosas difíciles.

Cuándo hablar y cuándo callar — árbol de decisión

Antes de dar una opinión no pedida, pregúntate:

- ¿Hay riesgo real para el niño? → Habla.
- ¿Es solo diferente a como yo lo haría? → Calla.
- ¿Te pidieron tu opinión? → Habla con cuidado.
- ¿Estás enojada o cansada ahora mismo? → Espera.
- ¿Lo puedes decir una vez, con amor, sin repetirlo? → Habla.
- ¿Lo has dicho antes y no cambió nada? → Calla.

Frases que abren el diálogo — y frases que lo cierran (aunque salgan con amor)

✓ Frases que abren	✗ Frases que cierran
"¿Cómo puedo ayudarte esta semana?"	"Cuando yo crié a mis hijos..."
"¿Qué necesitan ustedes de mí?"	"Es que los niños de ahora..."
"Cuéntame cómo lo están manejando."	"Yo haría..." (sin que te pregunten)
"Me alegra que los cuiden así."	"¿No crees que sería mejor...?"

Cómo reparar si ya hubo conflicto

Paso 1: Reconoce lo que pasó sin condiciones. No: 'Si te molestó, lo siento.' Sí: 'Me metí en algo que no me correspondía. Eso estuvo mal.'

Paso 2: Pregunta cómo puedes ayudar a reconstruir la confianza. '¿Qué necesitas de mí para que esto no vuelva a pasar?'

Paso 3: Cambia un comportamiento concreto — no solo las palabras. Ese cambio es lo que repara.



¿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 →](#)