

#JUSTO

Conversación completa: cómo responder al 'no es justo'

4 niveles de respuesta por edad

'No es justo' es el lenguaje de un niño que todavía está aprendiendo a distinguir entre lo que quiere y lo que necesita — y entre lo que controla y lo que no.

4-6 años

Qué están realmente diciendo: 'Quiero lo que él/ella tiene.' (No hay aún comprensión abstracta de justicia.)

Cómo validar sin ceder: 'Quieres eso. Entiendo. Ahora no es el momento.'

3 preguntas que llevan a reflexionar:

1. '¿Qué es lo que más quieres ahora mismo?'
2. '¿Qué tendrías que pasar para que estés contento/a?'
3. '¿Hay algo tuyo que él/ella no tiene?'

7-9 años

Qué están realmente diciendo: 'Siento que las reglas no se aplican igual para todos.'

Cómo validar sin ceder: 'Sientes que no recibiste lo mismo. Cuéntame qué pasó exactamente.'

3 preguntas que llevan a reflexionar:

1. '¿Qué sería justo para ti?'
2. '¿La situación de los dos era exactamente la misma?'
3. '¿Puedes controlar lo que recibió él/ella?'

10-12 años

Qué están realmente diciendo: 'El mundo no funciona como yo creo que debería.'

Cómo validar sin ceder: 'Tienes razón en que eso no fue igual. ¿Qué puedes hacer con eso?'

3 preguntas que llevan a reflexionar:

1. '¿Puedes cambiar lo que ya pasó?'
2. '¿Qué sí puedes controlar ahora mismo?'
3. '¿Qué harías diferente si pudieras?'

Adolescentes

Qué están realmente diciendo: 'La vida y la sociedad me parecen injustas.' (A menudo tienen razón.)

Cómo validar sin ceder: 'Hay cosas que sí son injustas. ¿Qué es lo que más te pesa de esto?'

3 preguntas que llevan a reflexionar:

1. '¿Qué quieres hacer con esa injusticia?'
2. '¿Dónde sí tienes agencia?'
3. '¿Hay alguien que haya enfrentado algo similar y lo haya convertido en algo útil?'



¿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 →](#)