

#ORGULLO

Carta de orgullo

Plantilla para decirle a tus hijos lo que siempre quisiste decirles

El orgullo que no se dice no deja huella. El que sí se dice puede cambiarlo todo. Esta plantilla te guía para escribir esa carta.

Frases de apertura (elige la que más te salga natural)

- > "Hay algo que quiero que sepas y que llevo tiempo queriendo decirte..."
- > "Cuando pienso en ti, hay una cosa que siempre me viene..."
- > "Nunca te dije esto bien dicho, pero ya es hora..."
- > "Si pudiera darte solo una cosa, te daría esta certeza..."

Sección 1 · Lo que vi

Describe algo concreto que observaste en él/ella – una acción, un momento, una cualidad que mostró.

No: 'Eres muy bueno/a en todo.' (demasiado vago)

Sí: 'Vi cómo manejaste [situación específica]. Eso me dijo algo sobre quién eres.'

Sección 2 · Lo que sentí

Nombra la emoción que ese momento o esa cualidad te genera.

No: 'Estoy orgulloso/a de ti.' (lo saben – pero necesitan saber el porqué)

Sí: 'Cuando vi eso, sentí [emoción] porque [razón específica].'

Sección 3 · Lo que quiero que sepas

Un deseo, una certeza, o una verdad sobre cómo los ves que quieres que nunca olviden.

Ejemplos: 'Quiero que sepas que no necesitas mi aprobación para saber que eres valioso/a.' / 'Quiero que sepas que el mundo es mejor con la forma en que eres.'

Cómo entregar la carta

- **En persona, leyéndola en voz alta:** el más poderoso. El más difícil. Vale la pena.
- **Enviada por correo (físico):** llega cuando no se espera. Sorprende.
- **Dejada en su cuarto:** para que la lean en privado, sin presión.
- **En una celebración o momento especial:** cumpleaños, graduación, antes de un cambio grande.

No esperes el momento perfecto. El momento perfecto es ahora — o la próxima vez que los veas. Las palabras que no se dicen se pierden.



¿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 →](#)