

¡NO DEJES de

SOÑAR!



MARTA BECKER

No dejes de soñar

Una maravillosa historia inspiradora y motivadora para niños únicos y especiales, que les inculca valor y autoestima para creer en sus sueños.



Marta Becker

Índice

[Capítulo 1 Mudarse a Estados Unidos](#)

[Capítulo 2 Liam y sus emociones](#)

[Capítulo 3 Liam y la ayuda de su abuela](#)

[Capítulo 4 ¿Qué deben hacer los padres?](#)

[Conclusión](#)

Capítulo 1

Mudarse a Estados Unidos



Los fríos días de invierno empezaban a ser sólo un recuerdo. Los árboles empezaban a formar sus primeras yemas. La temporada de primavera en Nueva York acababa de empezar. Después de un duro invierno, todo parecía volver a la vida. Mientras tanto, Liam estaba sentado frente a la ventana de su habitación, mirando un cielo azul claro.

Liam tenía siete años cuando se trasladó a Manhattan desde Italia. Todo sucedió tan rápido que ni siquiera pudo despedirse de su mejor amigo. La madre de Liam trabajaba en una organización internacional y, debido a su traslado a Nueva York, la familia no tuvo más remedio que instalarse en Estados Unidos. De niño siempre fue un poco reservado, pero nunca más que en este último periodo.

Cuando nació Liam, sus padres estaban muy contentos; habían estado esperando este día toda su vida. Desde una edad temprana, Liam demostró ser un niño enérgico, lleno de vida y con ganas de jugar. Sin embargo, sus padres no tardaron en darse cuenta de que, en cuanto Liam llegó a Estados Unidos, se volvió callado y retraído. La felicidad que antes resonaba en su casa había desaparecido. Comenzó a pasar mucho tiempo en su habitación, sin apenas salir. Los padres de Liam no podían entender lo que le estaba sucediendo.

Liam era muy brillante e inteligente, estudiaba mucho y siempre era el mejor de su clase, pero cuando empezó a ir a la escuela en Estados Unidos, empezó a mostrar un comportamiento extraño, como gritar y contestar. Su madre trató de preguntarle qué le pasaba una y otra vez, pero Liam siempre se mostraba indiferente y prefería guardárselo para sí mismo. Varias veces Liam se negó a ir a la escuela.

La razón de este comportamiento era probablemente que había cambiado de escuela y de ciudad y no podía adaptarse fácilmente a un nuevo entorno. Los padres de Liam estaban sorprendidos y disgustados, ya que esperaban que su hijo les confiara y les

explicara todo lo que le preocupaba. Estaban tan preocupados por su salud que decidieron hablar con él. No querían precipitarse como en situaciones anteriores, así que decidieron esperar el mejor momento para hablar con él. Un día su madre fue a recogerlo a la escuela. Antes de que Liam se marchara, decidió hablar con los profesores sobre el cambio que se había producido en el niño; sospechaba que algo andaba mal con sus compañeros de clase.

Una vez que terminó, la madre de Liam esperó en la puerta de la escuela a que llegara el pequeño:

"Hola, mamá", exclamó Liam, dirigiéndose al coche sin mirar a su madre. "Hola, cariño, ¿cómo estás?", le preguntó su madre, pero Liam no respondió. "¿Liam, cariño?"

Liam estaba inmerso en pensamientos muy intensos, hasta el punto de que ni siquiera podía oír la voz de su madre. No dejaba de mirarse las rodillas. Estaban llenas de polvo, parecía que Liam se había sentado en algún lugar.

"¿Cómo te has manchado tanto de polvo en la ropa?"

"No sé, mamá". Liam miró por el parabrisas. "Tal vez me ensucié en el recreo".

"Liam, hijo mío", dijo su madre, sonriendo, "¿estás seguro de que todo está bien? ¿Me estás ocultando algo?"

Liam comenzó a sonreír, pero era obvio que estaba tratando de ocultar algo a su madre. Detrás de esa sonrisa, estaba claro que Liam escondía secretos.

Los padres suelen preocuparse por el crecimiento de sus hijos. Pase lo que pase, siempre saben si algo va mal. Sí, es cierto, no es fácil entrar en la mente de los niños, ipero no es tan difícil no intentarlo!

Así que la madre de Liam decidió tomar cartas en el asunto: "¿Sabes lo que solía hacer de niña cuando estaba triste o descontenta por algo?"; "No, mamá", respondió Liam, que la miró

con curiosidad mezclada con desconcierto mientras esperaba ansiosamente su respuesta.

Liam sonrió mientras intentaba desviar el tema: "Mamá, no es nada. Estoy bien, es sólo que estoy agotado".

"Liam, ¿sabes que antes de que nacieras, siempre sentí que me faltaba algo? Mi vida estaba vacía, ir a la oficina, comer, cenar, ver la televisión, eso es lo que hacía entonces. Nada tenía sentido hasta que llegaste tú. Verte nacer fue una emoción muy fuerte para mí y para tu padre; explicar lo que siente un padre cuando nace su hijo es algo indescriptible. Quería darte todo de mí, porque eres mi mundo, mi razón de vivir...". La madre de Liam le miró sonriendo y añadió: "Dicen que los hombres no hablan de sus emociones y sentimientos, que tienen una coraza, pero no es así, los hombres también pueden expresar sus sentimientos, pueden llorar y contar sus problemas".

Liam comenzó a mirar hacia sus pies, sus ojos estaban hinchados y brillantes por las lágrimas que inexorablemente comenzaban a caer de su rostro.

"Vamos a comprar un refresco y unos bocadillos en la tienda de al lado para poder hablar en casa como si estuviéramos entre amigos", dijo su madre y entró en la tienda. Liam estaba sentado en el coche con un aspecto bastante molesto, no estaba dispuesto a retomar el tema con su madre.

Mamá y Liam estaban sentados en el salón viendo una película. Mamá quería que Liam se sintiera cómodo. Ambos disfrutaron de su tiempo juntos. Liam se había olvidado completamente de todo. Su madre le dio unos bocadillos y le dijo: "Escucha, hijo mío, estás creciendo y te estás convirtiendo en una persona muy responsable, pero me gustaría que lo compartieras todo conmigo. No pienses en mí como en tu madre, piensa en mí como en tu amiga, y hazte también amigo mío para poder compartirlo todo conmigo.

Liam no se atrevía a hablar de sus sentimientos, pero su madre lo tranquilizó. En cuanto el niño abrió la boca para contarle a su

madre lo que tanto le molestaba, estalló en un torrente de lágrimas liberadoras.

"Cuando era más joven e iba a la guardería era más fácil, mamá. Mis amigos y yo sólo jugábamos, pero ahora en la escuela primaria todo parece un poco diferente. Todos compiten entre sí. Ahora mis compañeros sólo quieren quedar bien delante de sus profesores, y muchos de ellos se burlan de mí llamándome "empollón" porque me gusta leer cómics. Al principio no le presté mucha atención, mamá, pero ahora me siento muy triste. Ayer, por ejemplo, en el recreo me llevé las canicas al colegio y Marco me dijo que era un "perdedor" y que él sólo juega con la Playstation. Me sentí inútil porque me gustan las cosas que no le gustan a nadie".

La madre de Liam se sentía culpable; pensaba que era responsable de la infelicidad del niño porque, debido a diversas vicisitudes, primero el traslado a Estados Unidos y luego la separación de su padre, no pudo comprar el último modelo de Playstation. No tenía intención de interrumpirle, le dejó desahogarse, Liam tenía los ojos hinchados de tanto llorar, y cuando terminó le preguntó: "Liam, ¿hay algo que te falta? ¿Quieres algo que los otros niños tienen y que tú no tienes?".

"No mamá, no es eso", dijo el niño secándose las lágrimas.

"Trabajas incansablemente para mí y tengo todo lo que quiero. Estoy muy feliz. Tú también quieres cosas, mamá, pero siempre piensas en mí. No me importa tener la última PlayStation... Sólo quiero ser yo mismo sin que los otros niños se burlen de mí".

La madre de Liam valoró la charla con su hijo, comprendiendo sus sentimientos y aceptando su velada petición de ayuda. Liam, por su parte, se sintió muy feliz y aliviado después de confiar en su madre. Se resistía a confiar porque estaba convencido de que la charla con su madre saldría mal; haber descubierto lo contrario le dio una agradable sensación de serenidad.

"¿Es mi culpa, mamá, que no sea como ellos?" Los ojos de Liam estaban vidriosos. Llevaba mucho tiempo sintiéndose "mal".

La madre de Liam se acercó, lo abrazó y le dijo: "No estás solo, cariño; estoy contigo y no eres diferente, sino especial y único. Eres un niño extraordinario con un talento increíble. Nos enfrentaremos juntos a esos matones que se burlan de ti". "¿Soy realmente increíble y especial?", dijo Liam mirando a los ojos de su madre, y añadió: "¿Cómo vamos a lidiar con los matones?".

"En primer lugar, déjame decirte que eres muy especial y sorprendente. ¿Recuerdas cuando fuimos a visitar a tu tío en las últimas vacaciones de invierno?"

Liam asintió: "Sí, claro que me acuerdo".

Mamá comenzó a contarle a Liam su encuentro con su tío: "Tu tío es mucho mayor que yo. Vive solo y no tiene a nadie más cerca, excepto a nosotros. Cuando fuimos a verlo, estaba muy contento y para demostrártelo te abrazó muy fuerte, ¿recuerdas?"

"Sí, eso lo recuerdo, madre. Adoro al tío Maurice". Liam recordaba muy bien aquellos días de despreocupación. "Me encantaría encontrarme con él más a menudo, por desgracia vive lejos de nuestra casa. ¿Lo echas de menos, mamá?", preguntó Liam.

"Por supuesto, mi amor, echo mucho de menos al tío Maurice", dijo mamá, que luego añadió: "sin embargo, lo que quería que entendieras, mi pequeño gran hombre, es que cuando te fuiste con él, hiciste de su casa un lugar de alegría y amor. Verte jugar libre por su casa le llenaba de orgullo y emoción. Piensa, Liam, que tu tío te quiere tanto que has corrido de un lado a otro de su despacho y, en lugar de reñirte, también ha corrido detrás de ti. Por no hablar de los regalos que te hace cada vez que te ve".

"He guardado hasta el último de ellos, mamá", afirmó Liam. Todavía dudando de que le llamaran especial, el chico se hizo la misma pregunta: "¿Pero por qué todo esto me haría especial? ¿Cómo es que ir a ver al tío Maurice me convierte en un niño único?"

"Lo hiciste feliz, le diste una sonrisa. Gracias a ti se sintió realmente feliz y apreciado", dijo la madre de Liam y añadió:

"Cuando eres capaz de regalar una sonrisa a alguien eres una persona especial".

"¿Yo?" preguntó Liam.

"Sí, mi niño". Dijo mamá. "¿Sabes qué es lo más difícil de hacer?"

Liam lo pensó, pero aún no había llegado a una conclusión: "No, mamá".

"Es para hacer sonreír a alguien" dijo mamá sonriendo. "Ves, lo has hecho de nuevo". Ambos comenzaron a reírse.

"¿Sabes qué es lo peor que puede hacer una persona?", dijo mamá.

"¿No?", respondió Liam, "es herir a un ser vivo o hacer llorar a alguien".

"¿Cómo los matones?", preguntó Liam.

"Sí, como los matones. Cuando era pequeña, mi abuela me llamó y me contó una bonita historia que te ayudará a entender mejor la situación. Había una vez en este mundo una persona muy cercana y querida por Dios. Era querida y respetada por todos, incluso los animales y los árboles la querían. Dios realmente quería conocerla; la amaba tanto que le pidió a su ángel que fuera a buscarla y se la trajera. El ángel se dirigió al hombre y le dijo que Dios deseaba reunirse con él. El hombre subió a su caballo y cabalgó hacia Dios. Realizó un largo y sorprendente viaje, disfrutando realmente de lo que vio y pasó, y cuando volvió al mundo de los hombres, toda la gente se interesó por lo que Dios le había revelado, pero nadie tuvo el valor de preguntarle. Entonces, el suegro del hombre le pidió a su hija que fuera a pedirle a su querido esposo que investigara y averiguara lo que Dios le había revelado, cualquier cosa.

La mujer se dirigió a su amado esposo y le preguntó lo que Dios le había confiado. El marido dijo: "Dios me dijo que quien en este mundo sea capaz de curar un corazón roto irá al cielo sin preguntas ni nada. La mujer estaba muy contenta y decidió compartir su alegría con su madre, pero esta, al escuchar la noticia de su hija,

rompió a llorar. La mujer le preguntó a su padre por qué lloraba su madre, y el padre le dijo: "Si una persona sólo puede ir al cielo si cura el corazón roto de otra persona, ¿qué pasará con aquellos cuyos corazones están rotos en lugar de ser reparados?"

Más tarde mi abuela me aconsejó que nunca rompiera el corazón de alguien.

Liam se sumergió tanto en la historia que olvidó por completo de qué estaban hablando.

"Eso es lo que te hace especial y sorprendente. No eres como los matones, eres especial. Tú eres el que sana los corazones de la gente. Le regalas sonrisas a todo el mundo", dijo la madre de Liam.

Los ojos de Liam brillaban porque su autoestima y su conciencia habían vuelto. Había empezado a pensar que era una mala persona que no era aceptada por nadie. Gracias a su madre, Liam comenzó a sonreír de nuevo.

"Ahora vamos a jugar a un juego, Liam", dijo mamá, "¿qué juego, mamá?", dijo el niño.

"Te lo voy a decir ahora", dijo mamá y continuó, "vamos a hacer un juego de rol en el que tú vas a ser el matón y me vas a decir todo lo que dice el matón, en definitiva me vas a intimidar, y yo te voy a contestar y te voy a plantar cara". Vamos a empezar, yo soy Liam y tú eres el matón", dijo mamá.

"¡Está bien!" Liam soltó una risita, "eso suena divertido mamá".

Liam comenzó a actuar como un matón.

"¡Eh, empollón comepizza!", dijo Liam con una extraña expresión facial. "Mamá, te pido disculpas si te ofendo, aunque sea por diversión pero... ¿no te importa?".

"No, cariño, de hecho, repítelo", dijo la madre de Liam. Liam repitió la broma.

En ese momento, la madre que lo suplantaba respondió: "En primer

lugar, no siempre como pizza y, en segundo lugar, prefiero el sushi... y sí, isoy un empollón!", dijo la madre de Liam.

"¿Por casualidad estás llorando? ¿El pequeño bebé come pizza?", afirmó Liam.

"No, ¿por qué habría de serlo? Tengo un poco de sueño. ¿Sabes por qué?", dijo la madre de Liam.

"Tienes sueño porque eres un vago", dijo Liam.

"¿De verdad? No lo sabía. Gracias". Dijo la madre de Liam.

"Eres feo, triste y estúpido", dijo Liam.

"Gracias por tu preocupación, pero lo que me dices no me molesta en absoluto". añadió la madre de Liam con una sonrisa en el rostro.

Liam estaba realmente impresionado por cómo su madre no reaccionó en absoluto y cómo fue capaz de permanecer fría e impasible.

"Los matones siempre buscan tu reacción. Les encanta burlarse de ti, eso es lo que hacen. Nunca les des una reacción. Ve directamente al profesor y cuéntaselo todo sin vergüenza", afirmó su madre de forma convencida.

Liam sacudió la cabeza con entusiasmo mientras asimilaba cada uno de los conceptos que su madre expresaba. Se sintió ligero y feliz; como si una pesada roca en su pecho hubiera desaparecido.

"Ahora, descansa un poco. Voy a bajar a trabajar. Mañana, cuando venga a buscarte, me contarás cuál fue la reacción de los matones y cómo te enfrentaste a ellos".

Mamá bajó las escaleras mientras Liam, tumbado en la cama, seguía pensando en todo lo que mamá le había enseñado.

Al día siguiente fue al colegio y habló con los profesores y los padres de los acosadores. Mientras tanto, Liam hizo lo que su madre le aconsejó y, desde ese momento, los matones dejaron de burlarse de él.

Capítulo 2

Liam y sus emociones

Liam era muy aficionado a los deportes y le encantaba jugar al fútbol. Su madre le había regalado un balón de fútbol que deseaba desde hacía mucho tiempo. Liam era uno de los mejores futbolistas de la escuela. Era famoso en toda la escuela.

Todos, jóvenes y mayores, conocían sus habilidades, porque venía de Italia. La escuela organiza a menudo torneos de fútbol escolar, pero este año se han superado. La escuela decidió organizar una verdadera competición de fútbol interurbano y muchos equipos grandes, con fines benéficos, vinieron a jugar contra la escuela de Liam. El entrenador le nombró capitán y le pidió que dirigiera el equipo.

Liam estaba eufórico, y practicó todo el día y la noche para el "New York Junior Team". Jugaba en casa, después del colegio, cualquier lugar era perfecto para practicar. Todo el mundo, incluyendo su escuela, el profesor y el público, esperaba tanto de él que Liam se sentía a menudo presionado. También se dijo que los equipos que iban a competir pronto eran de los más fuertes y rara vez perdían.

Los días pasaron rápidamente y finalmente llegó el momento tan esperado: el concurso. Liam y su equipo estaban muy motivados. Estaban haciendo un gran torneo lleno de jugadas y giros con goles en la línea y en los minutos finales. Liam y sus compañeros de equipo ganaron todos los partidos y llegaron a ganar la final.

La madre de Liam estaba encantada y orgullosa. Liam estaba en el jardín entrenando cuando vio llegar a su madre y le dijo: "Liam, ¿necesito un momento para hablar contigo?".

Liam alcanzó a su madre: "¿Sí, mamá?".

"Mañana es tu último partido", dijo la mujer "...y entiendo que tienes mucha presión encima. Pero, ¿qué pasa si pierdes?"

Liam dio un pequeño paso atrás al sentir un frío que le invadía la espalda. "No voy a perder a mamá. Voy a ganar", afirmó Liam con convicción.

"Tendrás éxito, cariño, sólo digo que en la vida puedes perder, no importa. Lo único que importa es volver a levantarse después de un contratiempo y no detenerse por nada del mundo, ¡recuérdalo!"

Liam no prestó mucha atención a lo que su madre trataba de decirle, centrándose en sí mismo y en ganar.

Llegó el día de la carrera y la tensión en el aire era palpable.

"¡Pasa, pasa!", gritó Liam, pero su compañero estaba completamente rodeado por el equipo contrario y no sabía cómo barrer el balón desde esa distancia, finalmente el otro equipo consiguió robar el balón y dirigirse hacia la portería.

El portero del equipo de Liam intentó detenerlos, pero fue en vano. Todos jugaron bien, pero al final el equipo de Liam perdió.

Liam lloró en un banco tras la derrota. Su madre fue a abrazarlo. El pequeño se esforzó al máximo, pero a veces ocurre que puedes perder. Los fracasos forman parte de la vida.

A partir de ese momento, Liam comenzó a pasar más tiempo en su habitación y rara vez salía. En algún lugar de su mente, se culpaba de todo lo que le había ocurrido a su equipo y a la escuela. La madre de Liam, preocupada, habló con su abuela y le pidió que fuera a verlo.

Capítulo 3

Liam y la ayuda de su abuela

Liam era un chico muy brillante e inteligente, pero era la primera vez que sentía tanta presión después de lo que consideraba el mayor fracaso de su vida.

La abuela llegó a Liam lo antes posible con el único propósito de animarlos.

"¿Liam?", dijo la abuela llamando a la puerta del pequeño.

Liam abrió la puerta porque no esperaba su llegada. "¿Abuela?", dijo Liam abrazándola con fuerza. "¿Cuándo has llegado aquí?"

"En cuanto me enteré de lo ocurrido, ¿cómo iba a quedarme en casa, cariño?", dijo la abuela abrazándole con fuerza.

Ambos pasaron todo el día juntos hablando de todo tipo de cosas nuevas. La abuela le pidió a Liam que fuera a dar un paseo con ella para que pudieran hablar más de otras cosas y no sólo de fútbol.

"Liam, ¿sabes lo que hace a una persona mejor?", le preguntó su abuela a Liam.

"¿No hay abuela?", dijo el niño.

"Los fracasos, porque son un motivo más para volver a levantarse; los verdaderos valientes siempre se enfrentan a los retos y en lugar de huir, se superan. Los fracasos son simplemente etapas de nuestra vida. Siempre nos dicen en qué nos falta o en qué podemos mejorar y cuando eso ocurra, que es cuando mejoramos, ¿sabéis qué pasará?"

Liam escuchó a su abuela con gran curiosidad. "¿No lo sabes?!"

Liam seguía mirando a su abuela con cara de desconcierto.

"Te lo explicaré mi pequeño. Cada vez que fracasamos tenemos dos opciones, podemos dejarlo todo y rendirnos y todos nuestros esfuerzos serán en vano, o podemos esforzarnos aún más hasta conseguirlo. Seguiremos así, siempre tratando de mejorar cada vez, 1 cm a la vez. Esta es la única manera de alcanzar la felicidad y el bienestar en la vida: no rendirse nunca e inspirarse en los "fracasos", aunque a mí me gusta llamarlos "accidentes en el

camino", decía mi abuela. Mejora en lo que necesites y verás que tú y tus compañeros de equipo ganaréis pronto, Liam".

Liam aceptó de buen grado el consejo de su abuela, y esta vez no sólo se mejoró a sí mismo, sino también su capacidad para trabajar en equipo. Ahora Liam ya no se entrena solo, como solía hacer antes, sino con sus compañeros de equipo para que puedan mejorarse mutuamente, además de entrenar aún más duro que antes para que todos puedan dar una buena impresión.

Al año siguiente, se encontraron los mismos equipos que llegaron a la final el año anterior, pero esta vez fueron Liam y su equipo los que salieron victoriosos. Liam consiguió superar sus fracasos sacando fuerzas de ellos, lo que al final, en lugar de desmotivarle, le ayudó a mejorar. Podríamos decir que Liam pudo ganar gracias a su fracaso.

Capítulo 4

¿Qué deben hacer los padres?

La crianza de los hijos es una fase muy importante en la vida de los padres. Se dice que los niños son como la rama plegable de un árbol, que se puede moldear a voluntad. Los padres desempeñan un papel importante en la formación de la vida de los niños. Todo su futuro depende de la educación. Por eso, la educación de los hijos no es algo que los padres deban tomar a la ligera. A menudo vemos a padres que están ocupados con su trabajo y cuando llegan a casa, se apresuran a sus teléfonos o pasiones, olvidando que tienen hijos. Esto hace que la vida de los niños se resienta.

En esta época en la que todo cambia muy rápido, especialmente las tendencias, podemos encontrar un cambio drástico que se materializa en la cultura y en todo lo que nos rodea. Es de vital importancia que los padres se tomen en serio la crianza de sus hijos para que puedan convertirlos en parte integrante de la sociedad, dándoles las enseñanzas morales y emocionales que necesitan para afrontar todos los retos futuros. Es muy recomendable que leas libros sobre paternidad y expliques a tus hijos desde pequeños lo que significa ser padre o madre, dándoles responsabilidades para que ellos también puedan guiar a las futuras generaciones de forma saludable.

La crianza de los hijos es como la herencia. Es lo mejor que puedes transmitir en este mundo, es lo mejor que puedes hacer por la humanidad. Esta sociedad necesita urgentemente personas que puedan hacer de la tierra un lugar pacífico para vivir.

1. Ayudarles a enfrentarse al acoso escolar

El acoso escolar es una de las cosas más aborrecibles que se han extendido en nuestra sociedad, extendiéndose entre los jóvenes como un incendio forestal. Existe en todas partes, en diferentes formas, a veces más sutiles y veladas, pero existe, está presente; nos rodea y está en todas partes: en nuestras oficinas, en nuestras instituciones educativas, en nuestros lugares religiosos e incluso dentro de nuestras casas. Una de las generaciones más afectadas

es la actual, la de nuestros hijos.

Es frecuente que nuestros hijos sufran acoso escolar por su aspecto físico, su forma de hablar o por cualquier otro motivo. En resumen, si no eres como los demás, te burlan y te acosan.

Es muy deprimente y degradante para los padres ver que sus hijos son acosados. Los padres deben ser lo suficientemente fuertes y sabios como para enseñar a sus hijos a lidiar con esas situaciones incómodas y estresantes. En primer lugar, es necesario comprender que el acoso puede adoptar cualquier forma. Puede ser de forma verbal, puede ser física, puede ser ciberacoso, o incluso de forma emocional.

Los niños necesitan ser empoderados. En la educación del niño todos estos conceptos deben ser absolutamente incluidos y no excluidos. Meter la cabeza en la arena no sirve de nada. Y no sólo eso, hay que hablarles del acoso escolar y enseñarles a reconocerlo, a enfrentarse a él y a solucionarlo. Hablar con tus hijos es fundamental. Háblales de sus amigos, o más generalmente de con quiénes salen, de su círculo social. Hable de su rutina en la institución o dondequiera que vaya. Debes conocer su círculo de amigos. Observa el comportamiento de tus hijos. Si no estás convencido y crees que algo no está bien, habla con ellos directamente y sé siempre amable y comprensivo. A algunos niños les resulta difícil compartir sus sentimientos con sus padres, la historia de Liam nos enseña desde este punto de vista. Por lo tanto, debe abordar esta situación con su hijo/hija de manera muy seria y responsable!

Una vez que sepas que tu hijo se comporta o se junta con acosadores, no te asustes ni te enfades. A veces, los padres intentan resolver la situación por sí mismos golpeando al acosador, golpeando al niño acosado o denunciando al acosador a los padres o al director del colegio. Algunos llegan incluso a golpear a los padres del acosador. Esta actitud es la equivocada. La violencia engendra violencia. Los matones nacen de la falta de diálogo, la violencia y la soledad. Deja que tu hijo se enfrente a ello por sí mismo (está

claro que en los casos de maltrato físico tendrás que intervenir rápidamente). Simplemente enséñale a lidiar con el acosador y dile que "yo, mi amor, siempre estaré contigo".

Enséñales cómo deben reaccionar ante el acoso de un acosador. Se ha estudiado que el matón se comporta de esa manera sólo con fines de entretenimiento. La forma en que la víctima reacciona, entretiene y divierte al acosador. Si la víctima deja de reaccionar, el acosador se aburrirá y buscará otra víctima. Por eso, en la medida de lo posible, ya que cada situación es diferente y siempre hay que contextualizarla, enseñe a sus hijos a reaccionar y a informar inmediatamente al profesor. Habla con ellos sobre cómo enfrentarse al acosador, nunca los dejes solos.

Algunas reglas prácticas a seguir:

- Comuníquese con su hijo.
- Comprenderlos.
- Conozca a los amigos de su hijo.
- Siempre maneja la situación de forma consciente.
- Deja que tus hijos afronten la situación por sí mismos. Ayúdales dando ideas y consejos.
- Ofrezca apoyo emocional a sus hijos.

Como hemos visto en la historia anterior, la madre de Liam se da cuenta inmediatamente de que su hijo ha cambiado y primero trata de tranquilizarlo y luego intenta investigar. Se da cuenta de lo mucho que estresa a su hijo la situación del acosador y decide ayudarlo sin interferir activamente.

Los padres deben buscar ayuda a través de libros, cursos y formación. Si notas que los síntomas de tu hijo son graves, no los ignores y busca la ayuda de un psiquiatra o especialista que pueda ayudarte a resolver el problema. Es imperativo abordar la lacra social del acoso escolar en lugar de ignorarla. Enseña a tus hijos a

liderar y ayudar a los demás. Educarles en el diálogo y nunca en la confrontación.

2. Comunicación entre padres e hijos

La comunicación es la clave de cualquier relación. Si la comunicación entre usted y sus hijos es buena, puede influir positivamente en su personalidad. Se ha estudiado que los niños que tienen una buena relación con sus padres tienden a tener más confianza en sí mismos. Recuerda que los niños siempre aprenden a comunicarse observando a sus padres.

Dedica siempre tu tiempo a tus hijos, aunque estés cansado del trabajo. El tiempo es como una inversión. Invierte en tus hijos y podrás ver los beneficios cuando crezcan. Es muy importante que no haya ningún muro entre padres e hijos. Si los padres son capaces de comunicarse mucho con sus hijos, éstos se sentirán a gusto y compartirán sus sentimientos y emociones con facilidad. De este modo, los padres se ganarán la confianza de sus hijos, lo que dará lugar a una relación más "ligera" hecha de confidencias, incluso muy personales.

Cuando te comuniques, escúchales siempre. Compórtate como si estuvieras hablando con un adulto y ten siempre presente lo que dicen tus hijos, nunca se dice al azar. Parece que la mayoría de los padres no escuchan con atención a sus hijos, lo que es una de las razones por las que muchos adultos no hablan en público o con extraños. Evitan hablar con los demás y no son capaces de hacer sugerencias, pero sobre todo son incapaces de expresar su punto de vista por miedo a ser juzgados.

Los padres no pueden dejar de escuchar los consejos de sus hijos. Esto da a los niños una gran fuerza. Creen que son importantes y que sus palabras y consejos son dignos de consideración. Así, su nivel de confianza aumentará y cuando sean adultos, podrán hablar fácilmente con cualquier persona.

Algunas reglas que debe seguir al comunicarse con sus hijos:

- Escúchalos con atención.
- Demostrar que sus palabras son importantes.
- Hablar de los sentimientos y de cómo tratar con una persona adulta.
- Prepara y calibra bien tus palabras antes de hablar con tus hijos, igual que preparas tus palabras antes de hablar con otras personas.
- Haz que se sientan cómodos y que sepan que eres su mejor amigo.
- Hable con sus hijos de una manera u otra, dependiendo de su edad, tal como hizo la madre de Liam al hablarle y tranquilizarle. Indirectamente su madre le enseña que es su mejor amigo y que puede compartir todo con él. Esto dio a Liam una sensación de confianza al permitirle abrirse.

3. ¿Cómo reconocer las pasiones de sus hijos?

Observa las pasiones de tus hijos y deja que hagan lo que quieran con sus vidas. A veces los padres se involucran erróneamente en la vida de sus hijos imponiéndoles sus propios deseos y viejas pasiones. Es muy importante saber que cada persona nace con un talento y una fuerza especial. Si eres médico, no es necesario que tus hijos también lo sean cuando crezcan. Un artista puede nacer en una casa de ingenieros y un médico puede nacer en una casa de empresarios.

Tus hijos pueden tener puntos fuertes y talentos diferentes a los tuyos. Tu trabajo debe consistir únicamente en observar su fuerza y ayudarles a perfeccionar sus talentos y puntos fuertes. No impongas nada a tus hijos. Que hagan lo que quieran en su vida. Anímeles a reconocer y descubrir sus talentos; a trabajar en ellos cultivándolos y potenciándolos, aumentando así sus puntos fuertes. Para mejorar sus puntos fuertes, puedes someterlos a ejercicios especiales. A los niños les encantan los retos. Aprenden de los

retos muy rápidamente. Aprecia los talentos de tus hijos. Esto también les dará una inmensa confianza, especialmente como padres, y hará que sus hijos sean conscientes de lo que realmente quieren en la vida. Así que el estímulo y el aprecio son la clave de la confianza en uno mismo, tanto la tuya como la de tus hijos.

Deja que tus hijos tengan metas y ambiciones que puedan ser diferentes a las tuyas y deja que aprendan a conocer y entender los fracasos. Nunca les regañes o critiques cuando no consigan algo. Los fracasos forman parte de la vida y aprender a lidiar con ellos es lo primero que debe aprender un niño. Que se caigan y se levanten solos. Esto les ayudará a convertirse en adultos fuertes capaces de levantarse de los fracasos. Si no, seguirán siendo débiles y siempre dependerán de ti para todo.

Estos retos que les planteas les ayudarán cuando se vean obligados a enfrentarse a las duras pruebas de la vida como adultos. Podrán afrontarlos con fuerza, valor y determinación porque están acostumbrados a ellos por ti, por sus padres y por tus enseñanzas. No tendrán miedo.

Ayúdales a fijar sus objetivos y, más aún, a alcanzarlos. Hoy en día, los niños ganan dinero utilizando sus talentos. En la era de Internet, donde nada es imposible, los niños se hacen ricos vendiendo sus talentos. También puedes enseñar a tus hijos a ganar dinero utilizando sus talentos. Dales diferentes pistas y oportunidades. Esto marcará su mentalidad futura. Serán capaces de reconocer las oportunidades y tendrán una confianza en sí mismos poco común.

Algunas reglas para recordar:

- Nunca impongas tus deseos personales a tus hijos.
- Ayudarles a reconocer y encontrar su pasión.
- Darles una forma de cultivar y entrenar sus talentos.
- Aumentar su autoestima felicitándoles.

Una cosa esencial es enseñar a tus hijos a recogerse solos. Nunca resuelve todos sus problemas. Deja que resuelvan y gestionen sus propios problemas en la medida de lo posible; esto les ayudará a desarrollar sus puntos fuertes y les beneficiará a largo plazo. Es importante que aprendan a arreglárselas solos, pues de lo contrario, cuando sean adultos, no tendrán la capacidad de "resolver problemas"; es decir, la capacidad de resolver cualquier tipo de problema, por grande o pequeño que sea. Crea siempre retos y asegúrate de que sólo los superen de forma autónoma. Se harán fuertes y crecerán como una generación sólida y fuerte.

4. Aprecie a sus hijos

A los niños les encanta que los aprecien. Cuando los padres les aprecian, su autoestima aumenta. Sienten que son importantes y que están haciendo algo especial. El aprecio es una señal inequívoca de su aceptación. Asegura que no pretenden ser aceptados. Los niños sólo deben pensar en ser ellos mismos y nada más.

Si tu hijo limpia su habitación o te ayuda con el caos doméstico, agradécelo (es su obligación, pero es justo reconocer la ayuda prestada). Esta forma de actuar dará un fuerte impulso a la autoestima de tu hijo y mejorará mucho sus relaciones sociales. La próxima vez, hará el mismo trabajo con más celo y energía. Todos los padres tienen las herramientas para enseñar a sus hijos a comportarse. El agradecimiento es una de estas herramientas. No hay nada que comprar. Tus palabras pueden hacer magia y maravillas en la vida de tus hijos. Concéntrese en el aprecio de su hijo y señale que es capaz de hacer cosas extraordinarias.

Una vez más, hay que seguir algunas reglas:

- Enseñe a su hijo el concepto de empatía.
- Prestarles atención.
- Reconocer el esfuerzo que realizan en sus acciones.

- Dígales que son especiales.
- Criticar su comportamiento, no su persona.

"Eres especial" son las palabras mágicas que darán a tus hijos mucha positividad y energía. Les encanta escuchar estas palabras. Sienten que se les quiere, apreciando su existencia. Tiene un impacto positivo en toda su personalidad. Sí, no nos equivocamos cuando pensamos que su personalidad en la edad adulta se basa en nuestros gestos y en cómo les tratamos. El verdadero aprecio que puedes dar a tus hijos es la aceptación de su personalidad, de su persona tal y como es. Nunca les pidas que sean otra persona, pues de lo contrario, cuando sean adultos, perderán de vista sus peculiaridades y se amoldarán a todos los demás, y su felicidad se resentirá.

Al contrario, aprecia a tus hijos por las pequeñas cosas que hacen. Cuando crezcan, se convertirán en perfeccionistas en su trabajo y en sus relaciones.

5. Dé a sus hijos su propio espacio

A menudo parece que los padres quieren gestionar la vida de sus hijos por sí solos, sin preguntarles. No les dan espacio quitándoles el poder de decisión sobre la base de opciones puramente "precautorias". Básicamente, cuando los padres no les dan espacio, es porque no confían en ellos, pensando que sus hijos no son capaces de elegir y tomar decisiones por sí mismos. Está claro que esto no es un buen comportamiento y tiene un mal impacto en la personalidad de los niños. Cuando se conviertan en adultos, no tendrán la confianza necesaria para creer en sí mismos y no serán capaces de tomar sus propias decisiones.

Deja siempre a tus hijos su espacio. Cada persona en este mundo necesita su propio espacio. Esto es absolutamente necesario para un crecimiento personal saludable. Que decidan por sí mismos, en la medida en que esto sea claramente posible. Diles que está bien

cometer errores. Los niños siempre aprenden de sus errores. No les regañes cuando se equivoquen. Si les dejas cometer errores, aprenderán de ellos; si les regañas, tendrán miedo de equivocarse y dejarán de intentarlo. Se convertirán en adultos inseguros y siempre tratarán de utilizar a otras personas para tomar decisiones.

Por lo tanto, dar a sus hijos el espacio adecuado aumentará su capacidad de decisión y le dará a usted, como padre, la capacidad de gestionar mejor su tiempo. Dentro de su "hábitat" natural tienden a explorar y alimentar la creatividad, la fuerza de voluntad y el talento. Esto les permite escuchar su voz interior, que es de importancia fundamental para vivir una vida plena. Por supuesto, existen parámetros sobre el espacio que hay que dar a los niños. Enséñales a ganarse su propio espacio.

La importancia de los sentimientos y la empatía

Los sentimientos no son fáciles de entender y comprender. En un mundo en el que ni siquiera los adultos son capaces de relacionarse y expresarse, es muy importante hablar con los niños y explicarles qué son los sentimientos y cómo expresarlos de la mejor manera posible.

La frialdad actual hacia los sentimientos aumenta cada día el número de personas infelices. La salud mental casi nunca se toma en serio. Es esencial que estos conceptos se tengan en cuenta en la educación de los niños, pues de lo contrario vivirán toda su vida con personalidades confusas que no saben expresar lo que realmente quieren.

Es difícil enseñar a los niños los sentimientos porque es un concepto completamente abstracto. Es difícil enseñar a tus hijos lo que se siente al estar enfadado, triste, emocionado o asustado. Es esencial empezar a preparar a los niños sobre los sentimientos lo antes posible, para que sus emociones influyan en sus decisiones de forma positiva y no negativa.

Enseña a los niños a tomar decisiones siempre con calma y nunca

con enfado. Ayúdales a entender cómo gestionar la ira sin dejar que sus emociones les sobrepasen, sino controlándolas. Es fundamental que los niños entiendan que controlar las emociones no significa reprimirlas. Enséñales a manejar sus sentimientos. Por ejemplo, si se sienten agresivos, enséñales técnicas de respiración para liberar toda la presión.

No te tomes sus sentimientos a la ligera. Si aprenden a conocer sus sentimientos, seguro que también sabrán gestionar su comportamiento.

Debes seguir unas sencillas reglas y hacerlas parte de tu recordatorio diario:

- Deje espacio para los sentimientos de sus hijos.
- Aceptar sus sentimientos.
- Tómase en serio sus emociones y enséñales a gestionar sus estados de ánimo.
- Enséñales lo importante que es conocer y nombrar sus emociones.
- Enriquece y nutre sus mentes con libros, cuentos y películas que les den fuerza.
- Animarles a que escriban diariamente sus sentimientos, ideas y emociones.

Sepa siempre que sus hijos sólo podrán aceptarse a sí mismos si usted los acepta primero. Un niño aceptado por los padres es un niño emocionalmente estable y feliz.

Conclusión

Como padres, debéis saber que su autoestima y confianza dependen casi exclusivamente de vosotros y de cómo os relacionéis con ellos. Nacieron para vivir en una época totalmente diferente a la que nosotros vivimos. Nunca intentes cambiarlos moldeándolos a tu imagen y semejanza. Su generación tiene otras necesidades. Pero para satisfacer esas necesidades, hay que ayudarles.

El entorno del hogar es muy importante. Supongamos que hay un ambiente tenso en casa. Si los padres se pelean entre sí, el impacto en la psique de los niños será devastador. Estarán llenos de miedos y complejos que les llevarán a tener problemas relacionales. Anímelos siempre a trabajar de forma diferente, a trabajar a su manera. Deja que descubran las cosas por sí mismos. Si tu intención es forjar su carácter y hacerlos fuertes deja que se equivoquen y enséñales que los fracasos llevan al éxito. Dales retos para mejorar sus puntos fuertes y sus pasiones. Ayúdales a visualizar los objetivos y a tener ambiciones. Deja que decidan lo que quieren ser en el futuro y nunca les regañes por ser diferentes y únicos. Acéptalos como son. Ayude a sus hijos a afrontar los retos de la sociedad.

No debe haber una brecha entre padres e hijos, lo que puede ocurrir cuando no hay comunicación. La comunicación es la clave para enseñar más a los niños. No dejes que se vuelvan fríos y materialistas. Este mundo necesita personas de buen corazón, desinteresadas y generosas. Si educamos bien a los niños de hoy, tendremos adultos responsables mañana.

Podemos hacer que nuestros hijos sean personas fuertes y conscientes, pero sólo depende de nosotros como padres. Sé con certeza que la crianza de los hijos es uno de los retos más difíciles para un adulto, pero meter la cabeza en la arena, mimarles o incluso darles una paliza y ser demasiado duro no ayuda. Aprendamos a escucharles, eduquémosles para que escuchen y respeten a los demás, sólo así serán adultos responsables, felices y decididos.