

A continuación encontrarás una muestra del libro
«Hijos resiliente» del autor Kathy Koch.

Puedes adquirir el libro aquí:
<https://www.editorialunilit.com/hijos-resilientes>

Para mayor información puedes comunicarte con nosotros
por el correo info@editorialunilit.com



Dra. Kathy Koch

HIJOS

Resilientes

*Críalos para que conozcan a Dios
y afronten la vida con confianza*



Contenido



Prólogo	01
1. ¿Qué es la resiliencia y por qué es importante?..	03
2. ¿Qué creen los niños resilientes y por qué es importante?	17
3. ¿Qué piensan los niños acerca de lo que pasó y por qué es importante?	27
4. Cómo las luchas nos ayudan	39
5. Sí, pero... ..	51
6. Qué hacer: Conversaciones que generan resiliencia	61
7. Qué decir: Conversaciones que generan resiliencia	71
8. Sal del atasco: Convierte un contratiempo en una oportunidad	89
9. La resiliencia espiritual	107
Una última reflexión	129
Apéndice: creencias que los niños resilientes tienen acerca de ellos mismos y de sus padres	131
Reconocimientos	135
Notas	137
Acerca de la Dra. Kathy Koch y <i>Celebrate Kids, Inc.</i> ...	147

Prólogo



Una amiga mía que era atleta en la universidad estaba practicando una maniobra específica para su deporte. La intentó repetidas veces sin éxito alguno. Al final, su entrenador le dijo: «Solo haz *algo* diferente. *Lo que sea*». Este sabio entrenador sabía que mi amiga necesitaba arriesgarse a fracasar de maneras diferentes para aprender lo que necesitaba aprender y que por fin logró.

Arriesgarse a fracasar y aprender a mejorar es lo que llamamos *resiliencia*. Es una característica esencial para una vida exitosa. La resiliencia es lo opuesto a la *fragilidad*, que prioriza la seguridad sobre el riesgo.

Permanecer seguros mientras evitamos el fracaso parece una buena estrategia en tiempos inciertos. Sin embargo, si no corremos riesgos, no podemos mejorar. Si no mejoramos, no podemos crecer. Sin crecimiento no hay otro camino que no sea la desesperanza y la ansiedad.

Como presidente de *Summit Ministries*, una organización que prepara a líderes jóvenes, me preocupa mucho la fragilidad que veo en las nuevas generaciones. Así que te podrás imaginar lo mucho que me entusiasmó ver a mi amiga, la Dra. Kathy Koch, tratar este tema con valentía en *Hijos resilientes*. No puedo imaginar un libro más oportuno.

A los estudiantes que asisten a nuestras conferencias estudiantiles en *Summit Ministries* les encanta la Dra. Kathy. Les

habla sobre verdades difíciles en una forma amorosa que los ayuda a crecer. Por eso la aman.

En *Hijos resilientes*, la Dra. Kathy ofrece consejos prácticos y específicos para criar hijos resilientes desde el punto de vista físico, intelectual, espiritual, emocional y social. Sabe por qué algunos enfoques dan mejores resultados que otros, y hasta provee formas de iniciar conversaciones para vencer la apatía y edificar relaciones.

Como señala la Dra. Kathy, nos diseñaron para ser resilientes. Los niños aprenden a caminar cayéndose y levantándose. Eso no es fracaso. Es progreso.

Gran parte de los consejos de la Dra. Kathy provienen de la Biblia, lo que alienta mi corazón. Los héroes de la Biblia experimentan ansiedad, desesperación, injusticia y decepción. Fracasan de manera desmedida. No obstante, la Biblia es un libro de crecimiento. Nos muestra cómo podemos florecer en la plenitud de lo que nos diseñaron para ser. El apóstol Pablo nos dice que «nos regocijamos en los sufrimientos, porque sabemos que los sufrimientos producen resistencia, la resistencia produce un carácter aprobado, y el carácter aprobado produce esperanza» (Romanos 5:3-4, RVC).

Por supuesto, queremos que los niños se sientan seguros. Sin embargo, hay dos clases de seguridad: la seguridad *de* crecer y la seguridad *para* crecer. Esta segunda clase de seguridad es un objetivo que vale la pena para una buena vida. John A. Shedd dijo: «Un barco en el puerto es seguro, pero no es para eso que se construyen los barcos»¹.

La Dra. Kathy es una sabia guía para ayudar a los niños a triunfar en tiempos como estos. A medida que leas *Hijos resilientes*, te animo a que subrayes, tomes nota y practiques las estrategias recomendadas. A ti y a mí nos crearon para este momento. Dios permita que este libro te ayude a cambiar el temor y la indiferencia por la confianza y la empatía, por ti y los hijos que amas.

Dr. Jeff Myers

Presidente, Summit Ministries



1

¿Qué es la RESILIENCIA y por qué es IMPORTANTE?

«¡¡Mamiiii!!!!!!!».

Mi grito alertó a todas las madres en el lugar de que una niña pequeña estaba en peligro. Debido a que nadaba cuando grité y el sonido se transmite por el agua, es posible que a otras madres se les helara el corazón.

«¡¡Mamiiii!!!!!!!».

Mi mamá estaba conversando con su hermana cerca de nuestra cabaña del lago mientras mis primos y yo nadábamos después de la cena. Cuando escucharon el segundo grito, ambas miraron al agua. Mi mamá más tarde dijo que había pensado que mis primos y yo solo jugábamos y queríamos que vieran algo.

Ya no estábamos jugando.

Estaba nadando debajo del agua y sentí que algo me golpeó la frente. Cuando salí del agua, me toqué la frente con la mano. Pensé que no tenía nada, pero cuando me miré la mano, grité otra vez. Estaba cubierta de sangre.

Mi mamá y mi tía también vieron la sangre y entonces vinieron corriendo. La sangre me cubría toda la cara. (Parecía peor de lo que era en realidad).

Mis primos me ayudaron a llegar al muelle y mi mamá vio el corte en mi frente y dedujo que debía haberme golpeado con una roca. Antes de que mis gritos les hicieran salir corriendo, los niños de la propiedad al lado de la nuestra estaban tirando piedras al agua. Nosotros también hacíamos eso, pero no cuando había personas nadando cerca.

Mi papá y mi hermano estaban pescando en el medio del lago. Mi mamá logró captar su atención y regresaron a la orilla. Debido a que el sangramiento no paraba, mi mamá, mi papá y yo nos dirigimos a un hospital cercano, donde me pusieron mis primeros puntos.

Puedo recordar el temor que me llenaba el corazón. Tenía siete u ocho años y no me gustaba el dolor ni la sangre. También puedo recordar lo bien que mi mamá y mi papá cuidaban de mí. Recuerdo todos los días divertidos y libres de accidentes mientras nadábamos, pescábamos, tirábamos piedras al agua, montábamos a caballo y nos sentábamos a comer alrededor de la fogata.

Seguí nadando en esas vacaciones. Durante algún tiempo después de eso, solía revisar para ver si había alguien tirando piedras al agua cerca de donde yo estaba, pero mi mamá y mi papá nunca pensaron que me golpearía una. Mi mamá no me dijo que me mantuviera cerca de ella ni insistió en que nadara solo si estaba allí para protegerme. Mi papá sacaba el bote después de la cena para pescar la cena del siguiente día; no pensó que necesitaba estar cerca porque algo terrible iba a pasar.

Así es que viven las personas resilientes. No niegan lo que sucedió, pero no permiten que eso las controle. Procesan su

dolor, su temor y su arrepentimiento de manera que puedan aprender de todos estos. Luego continúan avanzando mejores gracias a la experiencia. Algo negativo puede conducir a algo positivo.

¿QUÉ ES LA RESILIENCIA?

La resiliencia es nadar otra vez después de un atemorizante y frustrante accidente. Es leer en voz alta delante de tus compañeros a pesar de que algunos se rieron de errores que cometiste el día anterior. La resiliencia es salir de nuevo con otra persona a pesar de que la persona con la que salías antes terminó contigo de mala manera. Es intentar otra vez entrar en un equipo de deporte después que no te escogieron la última vez.

La resiliencia es asistir a tu consulta con el médico y esperar buenas noticias con respecto a los resultados de las últimas pruebas, a pesar de haber recibido noticias devastadoras en el pasado. Es confiar en que tu papá no va a gritar si derramas la leche de nuevo, pues se disculpó por su reacción la última vez que la derramaste. La resiliencia es amar mucho a tu abuela, a pesar de que tu otra abuela acaba de morir y sabes que te va a doler cuando pierdas a otro abuelo.

Así es que viven las personas resilientes. No niegan lo que sucedió, pero no permiten que eso las controle.

Forma de pensar y proceso

La resiliencia es una forma de pensar¹ y un proceso de adaptación adecuado cuando enfrentamos fuentes de estrés significativas². Es una forma de pensar, de sentir y de vivir. Por ejemplo, las personas resilientes entienden que los problemas y los desafíos son oportunidades para aprender y madurar.

Recuperación

La resiliencia es recuperarse rápido de la decepción, del fracaso, de la adversidad y del trauma. Debido a que es un proceso, esta recuperación no siempre es instantánea, como cuando golpeas un muñeco inflable y enseguida vuelve a su forma original como si nada hubiera sucedido. Los niños resilientes casi nunca tienen que esforzarse mucho para recuperarse. Se recuperan rápido. Cuando las situaciones son más complejas y desafiantes, puede que «un regreso» sea una mejor descripción del proceso que «una recuperación»³.

Elección, habilidad y carácter

La resiliencia comienza como una elección, se transforma en una habilidad aprendida y luego puede convertirse en parte del niño: su carácter⁴. Los niños experimentan decepciones, estrés y una variedad de retos. Pueden elegir levantarse y salir del lodo y del fango. Pueden aprender a sortear con éxito el caos. Con suficientes experiencias positivas, se vuelven resilientes. Ese es el objetivo final, que los niños no tengan que pensar en ser o no resilientes. Solo lo son.

LA RESILIENCIA Y LAS CINCO IDENTIDADES

Desde una perspectiva que considera el cuadro completo, la resiliencia conduce al crecimiento, al progreso y al éxito. En dependencia de los intereses, de las fortalezas y de las debilidades del niño y de tus prioridades, el niño puede desarrollar resiliencia en sus cinco identidades: física, intelectual, social, emocional y espiritual⁵. La resiliencia no es una proposición de todo o nada. Los niños tendrán momentos más fuertes y más débiles con esta cualidad de la misma manera que sucede con el resto de sus cualidades.

Por ejemplo, si disfrutas las actividades *físicas*, es probable que quieras que tus hijos desarrollen resiliencia en ese ámbito. Si no logran entrar al equipo, quieres que lo intenten de nuevo. Puede que tu hija se recupere del fracaso enseguida, pero tal vez tu hijo no. Tal vez sea perfeccionista o tenga miedo. Eso no significa que no puede desarrollar sus habilidades, y tampoco significa que será perfeccionista o miedoso con respecto a todas las cosas. ¿Cómo respondes a sus errores?

La resiliencia *intelectual* significa que los niños no dudarán en apuntarse al equipo de debate, hacer proyectos adicionales, aunque los profesores les expliquen que eso les pondrá a prueba, y pedirte ayuda con una tarea escrita. Recuerda, tus reacciones a sus desafíos y a sus fracasos expandirán o disminuirán sus recursos internos y su apoyo externo. ¡Eres importante y puedes hacer esto! ¿Cómo respondes a sus errores?

La resiliencia *social* es necesaria, pues no quieres que tu hijo se aísle o evada actividades con los amigos y la familia. Hace posible que el niño maneje la burla, los rumores y la crítica mejor que otros. No se sentirá triste por mucho tiempo ni asumirá que todas las personas lo van a tratar mal solo porque unos pocos lo hagan. ¿Cómo respondes a sus conflictos?

El niño que lidia bien con sus sentimientos tiene resiliencia *emocional*. No tendrá miedo de reír ni de llorar con la gente. La depresión, el estrés y la ansiedad casi nunca lo abrumarán ni durará mucho tiempo. No permitirá que las experiencias o las interacciones negativas lo definan. La resiliencia es una protección fuerte contra las batallas de salud mental⁶. ¿Cómo respondes a sus lágrimas?

Si quieres que tu hijo tenga una relación dinámica y creciente con Dios y con la iglesia, puede que la resiliencia *espiritual* sea la más importante que debas priorizar. Cuando el niño es resiliente en esta esfera, le da el crédito a Dios, como es debido, por los buenos tiempos y entiende que Él permite los «malos tiempos». Es más probable que ese niño no se dé por vencido cuando las cosas se pongan difíciles, sino que, por el contrario,

aprenda a perseverar en oración⁷. ¿Cómo respondes a sus dudas?

Además del valor de la resiliencia en estas importantes categorías de la identidad, estos beneficios específicos te animarán a priorizar la crianza de hijos resilientes:

- Conduce al crecimiento, y evita el perfeccionismo.
- Conduce a la esperanza, y evita la mentalidad de víctima.
- Conduce al aprendizaje, y evita el estancamiento y la mediocridad.
- Conduce a la creatividad en la solución de problemas, y evita que los niños se den por vencidos.
- Conduce al carácter saludable, lo que incluye la educabilidad, y evita la desobediencia.
- Conduce a la confianza, y evita el temor y la conducta quejosa.
- Conduce a las relaciones saludables, y evita el enojo, el culpar a otros y el orgullo.
- Conduce a la franqueza y la conexión, y evita la depresión y la ansiedad a largo plazo.
- Conduce a una dependencia e independencia saludables, y evita la apatía y el aislamiento.

¿QUÉ HACE POSIBLE LA RESILIENCIA?

Tú haces posible la resiliencia. ¿Eso te entusiasma o te intimida? Tal vez un poco de ambas cosas. Es comprensible. Los padres son la clave absoluta. ¿Por qué?

La resiliencia requiere que los niños tengan tanto recursos internos como apoyo externo⁸. Necesitan descubrir y desarrollar esta resistencia emocional, la esperanza y el carácter positivo. Sin embargo, no harán uso de sus recursos internos ni

desarrollarán más de estos si no esperas que lo hagan y les das oportunidades para usarlos. Necesitan oportunidades para utilizar lo que tienen y ser quienes son.

Tú eres el apoyo esencial

La fortaleza interna no es suficiente. No importa lo fuerte que cualquiera de nosotros sea, necesitamos saber que tenemos el apoyo de personas cercanas a nosotros que están de nuestro lado. Esto es especialmente cierto en el caso de los niños. Si tus hijos hicieran una lista de personas dignas de su confianza, es mi oración que estés en el primer lugar de esa lista. Puede que tal vez no hayas estado antes en ese lugar y eso te motivó a leer este libro. ¡Me siento orgullosa de ti por dejarte enseñar!

**No importa lo fuerte
que cualquiera
de nosotros sea,
necesitamos saber
que tenemos el apoyo
de personas cercanas
a nosotros que están
de nuestro lado.**

Nunca es demasiado tarde para aprender nuevas creencias y conductas. Puedes aprender cuándo correr hacia ellos cuando gritan «¡¡Mami!!», y cuándo esperar y discernir si de veras te necesitan.

Tus hijos necesitan saber que estás ahí para ellos. Es posible ganarte su confianza. Diles la verdad, enséñales en vez de regañarlos y gritarles, entra a propósito en su dolor, y háblales de Jesús y sus caminos. ¡Eres su principal apoyo! Esa es una razón por la cual Dios te dio a esos hijos para que los criaras.

A fin de que tus hijos aprendan a descubrir y a aprender que pueden confiar en su fortaleza interna y en el apoyo externo, necesitas darles espacio para que libren sus batallas. No los puedes envolver en un plástico de burbujas ni sobrevolar como un helicóptero por encima de ellos. Necesitas confiar en que saldrán más fuertes de su trauma. Y necesitas confiar en Dios y en ti mismo.

Eres el andamio que sostiene a tus hijos mientras trabajan para reparar sus debilidades. Eres el fundamento sólido bajo su pie tambaleante, sus ruedas de entrenamiento que permiten

que se mueva en la dirección adecuada y el trabajador de redes que los presenta a otras personas que pueden apoyarlos bien. Eres su estrategia que les enseña cómo humillarse a sí mismos, y confiar en estrategias inteligentes y en sistemas que dan resultado.

El desarrollo de recursos internos y de apoyo externo les permite a los niños enfrentar las dificultades y llevar a cabo acciones intencionales de modo que puedan enfrentar momentos difíciles⁹. La acción es el objetivo. Habla sobre eso. Espéralo. Búscalo. ¡Celébralo!

Ámalos de manera incondicional

Amar a tus hijos incondicionalmente es una de las mejores formas de estar presente para ellos. Tal vez hayas pensado en eso cuando leíste la sección anterior. Es una respuesta popular cuando les pregunto a los padres qué piensan que puede ayudar a sus hijos a volverse resilientes. ¿Pero qué es con exactitud?

Este amor poderosamente importante es el amor sin limitaciones. Es absoluto e inmutable. Cuando amas a los hijos de manera incondicional, no hay nada que puedan hacer que haga que los ames menos, y no hay nada que puedan hacer que haga que los ames más. Puede que te sientas triste, dolido y decepcionado por sus actitudes, elecciones y conducta (muchas veces puede que te sientas orgulloso de ellos y emocionado por su madurez creciente), pero debido a que amas sin condiciones, nada de esto cambia tu amor por ellos.

En 1 Corintios 13 leemos un práctico e inspirador pasaje acerca del amor. Se lee en muchas bodas. ¿Qué pasaría si les aplicaras esas verdades a tus hijos? Por ejemplo, el versículo 7 dice: «Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta». Y, por si acaso no queda claro, el comienzo del versículo 8 reafirma: «El amor nunca deja de ser». Eso es amor incondicional.

Este amor libera a los niños para arriesgarse a aprender, pues saben que si no entienden algo enseguida, tu amor por ellos no cambiará. Pueden perder un juego, cometer un error durante un recital, venir a ti en busca de un consejo con respecto a una relación difícil y ser sinceros cuando mienten porque están seguros en tu amor. Cuando estás decidido a ayudarlos, guiarlos, liderarlos y enseñarlos, ¡te escucharán! Se sentirán más seguros y más cómodos contándote su dolor, su confusión, su enojo y sus victorias.

El amor incondicional es como un buen trampolín: hay soportes laterales que evitan que los niños se caigan y se lastimen. El amor requiere límites. Cuando les dices no a tus hijos y permites que las consecuencias hagan su trabajo debido a los errores y la desobediencia, estás amando a tus hijos. Hay una buena elasticidad que hace que rebotar sea seguro, divertido y hasta necesario. El simple hecho de caminar a través de un trampolín hace que tus pasos reboten. El amor incondicional también lo hace.

Por supuesto, Dios nos ama incondicionalmente. Así es que sabemos que es un amor precioso. Lo hemos experimentado de la manera más profunda. Nos amó desde el principio, antes de que pudiéramos «actuar» para Él. Nunca necesitamos hacerlo. ¡Lo alabo por la libertad, la paz y el gozo que nacen y se mantienen en este amor! Y esto incluye límites claros de lo que es mejor para nosotros. Conocer el camino a seguir es parte del amor.

Si alguna vez dudamos del amor de Dios, leer el Salmo 136 (sobre todo en voz alta) puede cambiarnos y alimentar nuestra confianza. La frase «para siempre es su misericordia» se repite veintiséis veces. Otro de mis pasajes favoritos es Miqueas 7:18: «¿Qué Dios hay como tú, que perdona la iniquidad y pasa por alto la rebeldía del remanente de su heredad? No persistirá en su ira para siempre, porque se complace en la misericordia». Cuando estudias el significado de la palabra «misericordia», aprendes que significa devoción amorosa, bondad, amabilidad y fidelidad.

¡SÚBETE LA CREMALLERA! CÓMO LOS NIÑOS RESUELVEN LOS PROBLEMAS

Durante los días fríos y nevados, los niños de segundo grado que enseñaba llegaban forrados con sus ropas para la nieve, con los necesarios aditamentos de botas, sombreros y guantes. Algunos también tenían bufandas. Cuando llegaba la hora del receso o de irse a casa al final del día, tenía que hacer uso de todo mi autocontrol para hacerme a un lado y verlos cómo se ponían todas las cosas. O cómo *trataban* de ponérselas.

Animaba a los niños para que se ayudaran unos a otros cuando necesitaban ayuda. Estaba allí para apoyarlos, pero lo hacía permaneciendo quieta. Tal vez hubiera sido capaz de vestir a esos veintiocho niños más rápido de lo que pasaba mirándolos arreglarse, pero sabía que la lucha tendría su recompensa.

Descubrieron que ponerse primero los pantalones de nieve era inteligente. Aprendieron que ponerse las botas era más fácil si no se cerraban primero los abrigos. Y aprendieron a cerrar las cremalleras antes de ponerse los guantes.

Me encantaba mirarlos solucionar los problemas y darse cuenta de las cosas por su cuenta. Me sentí alentada cuando, con el tiempo, podían recordar la mejor secuencia y eran capaces de vestirse más rápido cada vez.

Se convirtieron en solucionadores de problemas resilientes. Aprendieron a pedirles ayuda específica a los amigos y a recibirla sin que eso los hiciera sentirse tontos. Se volvieron más confiables y menos quejosos.

Decidí bajar mi estándar y empecé a confiar en mis estudiantes. No se trataba de perfección. Nunca habrían intentado ponerse toda esa ropa si tenían que complacerme. Se trataba de que estuvieran lo bastante abrigados para salir afuera.

Cuando priorizamos la resiliencia debido a que sabemos que los beneficia en el presente y en el futuro, el objetivo tiene que ser que los niños aprendan cómo hacer las cosas por sí mismos, no que las tareas se lleven a cabo a la perfección¹⁰. Puede que les cueste más, pero también se beneficiarán de ello.

¿CUÁL ES TU «TRAJE DE NIEVE»?

Quizá para ti sea lo bien que tus hijos limpian su cuarto. Tal vez sea acordarse de tenerlo todo listo para la clase de matemáticas. Quizá quieras que se acuerden de practicar sus piezas de piano sin que se lo recuerden mil veces. ¿Te gustaría que tus hijos jugaran bien juntos y no lloraran ni se quejaran cuando no ganan un juego? Puedes aprender a establecer expectativas justas que ellos puedan cumplir.

Debido a cómo reaccionas ante las pérdidas y el dolor de tus hijos, ellos pueden decidir que el fracaso no es fatal ni definitivo. O pueden decidir que son personas terribles, tontas y que no merecen hacerlo mejor. Tus respuestas saludables les permiten a tus hijos volver a intentar cosas nuevas y no entrar en pánico cuando cometen errores¹¹. Así crecen. Ahora es más probable que la resiliencia se convierta en parte de su carácter y no solo en algo que pueden hacer a veces.

Si las primeras dificultades de tus hijos se presentan cuando están solos, no serán resilientes. Es probable que permanezcan desanimados en el valle y que no se recuperen. Incluso pudiera ser peor; podrían atrofiarse.

Tus hijos pueden aprender a ser vencedores. Pueden convertirse en sus propios héroes. Sus experiencias y sus victorias edificarán su fortaleza interior y su confianza en el apoyo externo del que dependen. ¡Pueden hacerlo!

AFRONTA LA VIDA CON CONFIANZA

¿Entiendes mejor el título del libro ahora que cuando empezaste a leer? Los niños resilientes están mejor equipados para afrontar la vida con confianza.

Las experiencias negativas no los definen. Conocen la diferencia entre los errores y el fracaso. Para los niños resilientes, los errores son parte de la vida. Forman parte del aprendizaje, del amor y de todos los aspectos del ser y del hacer. El fracaso no es definitivo ni fatal; es aprovechar las oportunidades para aprender.

¿Y por qué es tan importante todo esto? ¡La vida es grande y gloriosa! Está llena de potencial. Cuando los niños son resilientes, caminan hacia adelante deseosos de encontrar oportunidades que los fortalezcan. No le temen a las cosas difíciles. Madurarán.

Un amigo, Alan, y yo nos enviábamos mensajes de texto sobre un amigo en común. Alan escribió: «Él es mucha persona». Cuando lo leí, me reí a carcajadas. Alan tenía razón y pienso que así es que las personas resilientes ven la vida: ¡tienen mucho!

Los niños resilientes quieren vivir... vivir de verdad. Sacarán el mayor provecho que puedan de las experiencias. Viven con valentía. Esto no significa que se arriesguen tontamente. Se conocen bien y suelen ser capaces de calcular bien el riesgo. Solo quieren estar presentes por completo en la vida que pueden vivir.

En cambio, los niños que carecen de resiliencia no sacan tanto provecho de la vida. Puede que duden de que la vida les depara algo bueno. Se darán por vencidos, se rendirán y se quedarán en el valle en vez de salir. Si son pequeños, tendrán más rabieta. Si son mayores, la depresión, el estrés, la ansiedad y los pensamientos suicidas pueden consumirlos.

Sin confianza, el crecimiento es casi imposible. El aprendizaje, la alegría y la independencia serán raros. El temor y la duda dominarán.

La confianza y la resiliencia van de la mano. Cuando empoderas a los niños para que crean en sus habilidades, los enseñas a enfrentar los desafíos y los guías a tomar decisiones sabias, ¡tendrán confianza en sí mismos!¹²



Los diamantes se forman bajo presión.

Y no nos cansemos de hacer el bien, pues a su tiempo,
si no nos cansamos, segaremos.

Gálatas 6:9