Cuando eres tú mismo

Guía para niños que se sienten diferentes

por Susan Heyboer O'keefe
Ilustraciones de R.W. Alley



SAN PABLO

Para Michael y Daniel

Centro Iberoamericano de Editores Paulinos (CIDEP):
Barcelona, Bogotá, Buenos Aires, Caracas, Lima, Lisboa,
Los Ángeles, Madrid, México, Miami, Nueva York, Panamá, Quito,
Santiago de Chile, San José de Costa Rica, São Paulo, Sevilla.

© SAN PABLO 2005 (Protasio Gómez, 11-15. 28027 Madrid)
Tel. 917 425 113 - Fax 917 425 723 - secretaria.edit@sanpablo.es
© Abbey Press - St. Meinrad, Indiana 2005

Título original: *Be the star that you are!*
Traducido por *María Jesús García González*

Distribución: SAN PABLO. División Comercial
Resina, 1. 28021 Madrid * Tel. 917 987 375 - Fax 915 052 050 - ventas@sanpablo.es

ISBN: 84-285-2799-7
Depósito legal: M. 27.059-2005
Impreso en Artes Gráficas Gar.Vi. 28970 Humanes (Madrid)
Printed in Spain. Impreso en España

Mensaje a los padres, profesores y otros educadores

Imagina que asistes a un acto social. Te presentas en pantalón corto y camiseta, pensando que es un picnic, y resulta que se exigía traje y corbata. Te sientes tan diferente, que por unas horas no puedes pensar en otra cosa.

Los niños pueden sentirse diferentes por muchas razones. Algunas son importantes, y otras no. Algunas son obvias, y otras sólo están en el corazón del niño que se siente así.

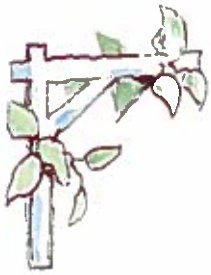
En cualquier caso, el niño necesita saber que lo que siente es real. No podemos encogernos de hombros y decir: «Qué bobo eres» o «Ya lo superarás». El niño necesita saber que la emoción –y quien la siente– no es ni mala ni estúpida.

Los niños necesitan honestidad. Decirles: «Nadie se dará cuenta» o «No le importa a nadie» les parecerá un engaño. Ignorar el asunto puede ser tan dañino como darle demasiada importancia. Tanto una como otra actitud pueden hacer que el niño crea que la diferencia es algo de lo que avergonzarse.

Lo mejor para alcanzar la justa medida es dar amor al niño. Los niños necesitan que se les ame por lo que son. También necesitan que se les diga –en voz alta– cuánto se les quiere. Los adultos estamos acostumbrados a manejar sentimientos de los que no se habla. Los niños no tienen la capacidad de «leer» ese lenguaje oculto. Necesitan escuchar las palabras y sentir los abrazos todos los días.

Cuando se ha fortalecido a los niños con amor, les es mucho más fácil ver que las diferencias son sólo una pequeña parte de lo que son. Los niños enraizados en el amor también tienen suficiente seguridad como para encontrar a los demás en sus diferencias. Y pueden así ofrecer al mundo todos sus dones y talentos, que les hacen ser lo que son en realidad.

Susan Heyboer O'Keefe



¡Eres diferente!

¡No hay nadie en el mundo exactamente igual que tú!

Ser diferente parece algo bueno si eres inteligente o divertido, muy fuerte o muy valiente, si tu caligrafía es magnífica o eres un artista que gana premios. Tus talentos y dones son parte de lo que te hacen ser esa persona especial que eres tú.

Pero puede que a veces no seas tan listo o gracioso, fuerte o valiente como los demás. O incluso puede que te sientas «demasiado listo» o «demasiado gracioso». Esto puede hacer que te sientas diferente pero en sentido negativo.




GIMNASIO
TU FOTO DE EQUIPO

Diferente en tu aspecto

Quizá pienses que eres demasiado gordo o demasiado flaco, demasiado alto o demasiado bajo. A lo mejor crees que tienes demasiadas pecas, que tus orejas son demasiado grandes o que tu pelo es demasiado rizado.

¡Eso es como decir que las líneas son demasiado rectas o que los puntos son demasiado redondos! En realidad, no eres DEMASIADO nada. Tú eres tú, y ese es el aspecto que tienes tú. Ahora eres así, y cuando seas mayor, a lo mejor, eres de otra manera.

Pídeles a algunos adultos que te enseñen fotos de cuando tenían tu edad. ¡Te sorprenderá ver cómo han cambiado con los años! Tú también cambiarás.






COMPRE
50%
TALLA XXL



Un superhéroe secreto

Imagina cómo se siente el dedo gordo del pie. Es grande y rechoncho. A veces suda y huele mal. No es bonito como el cabello ni brillante como los ojos. No puede escuchar música ni saborear la comida. Nadie dirá nunca de él: «¡Qué maravilloso, precioso, inteligente dedo gordo!».

Pero sin dedo gordo del pie no podrías correr. Incluso tendrías problemas para caminar. ¡El dedo gordo es muy importante! Es como un superhéroe secreto.

No es malo ser rechoncho o maloliente. Es sólo lo que es un dedo gordo. Y esto no influye en lo importante que es.





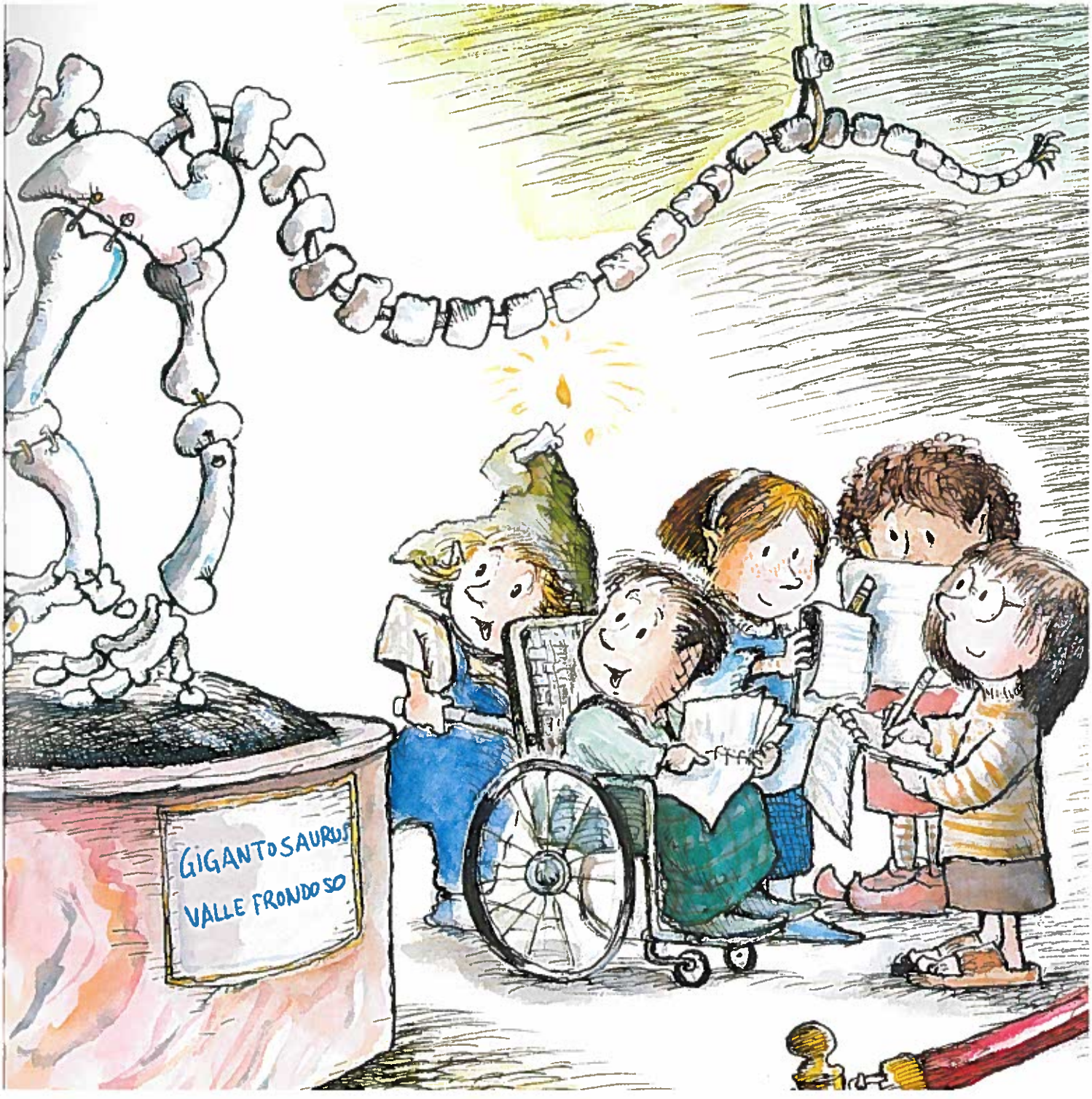
Parecer diferente

Hay otras formas de ser diferente que quizá hagan que te sientas distinto de manera negativa.

Quizá una parte de tu cuerpo necesite ayuda temporalmente, como aparato dental o peluca. O a lo mejor la necesita siempre, como gafas, inhalador o silla de ruedas.

Pero tú no eres tu pelo. No eres tus piernas. Eres mucho más. Mucho más de lo que hayas imaginado nunca. Ni siquiera uniendo todas tus partes por separado serías TÚ.




GIGANTOSAURUS
VALLE FRONDOSO

Un mundo de diferencias

A lo mejor no eres igual que los niños que conoces. Tal vez vengas de muy lejos y hables un idioma distinto, comas otro tipo de comida, lleves otro tipo de ropa y reces otras oraciones.

Todas estas diferencias –y muchas más– son sólo algunas de las cosas que te hacen uno entre un millón, y eso está muy bien.

¿Qué hace que un dibujo sea mejor que otro? ¿Pintarlo de un solo color o con muchos colores? Para crear el mundo, Dios abrió la caja de colores más grande: ¡y los usó todos!


ZAPATOS
TROMPETA
COMIDA
CASA
CIUDAD





Diferente en tu interior

A lo mejor no eres diferente en tu aspecto, sino que te sientes diferente en tu interior: que eres tonto o torpe, que siempre te equivocas o que no eres bueno en nada.

Puede que no seas tan listo o ágil como los demás. Pero hay muchas cosas que puedes hacer y otras que te gusta hacer. Aun cuando cometas un error, y aunque los niños se rían, ¡tienes derecho a intentarlo! ¿Cómo puedes saber lo que te gusta y qué se te da bien hacer si no pruebas a hacer las cosas?

El talento no siempre es un árbol muy alto en medio de un campo vacío, fácil de ver desde lejos. A veces el talento es como el oro, y tienes que cavar mucho tiempo y con gran empeño, como si fueras un minero, para encontrarlo.




CONCURSO
DE
PIRUETAS
SOBRE HIELO
Duendes
sobre
Hielo
GRAN
ESPECTAL
UN MONTÓN
DE AGUA
CLASES
DE
PATINAJE
aprende
a
patinar
CHOCOLATE
CALIENTE

Tesoro escondido

Aun cuando sepas qué se te da bien, puede que te dé vergüenza decírselo a los demás. Quizá no te resulte fácil hacer amigos nuevos. A lo mejor nunca levantas la mano en clase. Puede que incluso no le digas a tu familia lo que pasa dentro de ti.

Tus padres quieren saber cómo te sientes, así que haz un esfuerzo por hablar con ellos. Diles que tienes algo importante que decirles, así dejarán lo que estén haciendo para prestarte mayor atención.

Eres un tesoro, pero a veces tienes que darle a la gente un mapa para que descubra tu verdadero yo.



El don de ti mismo

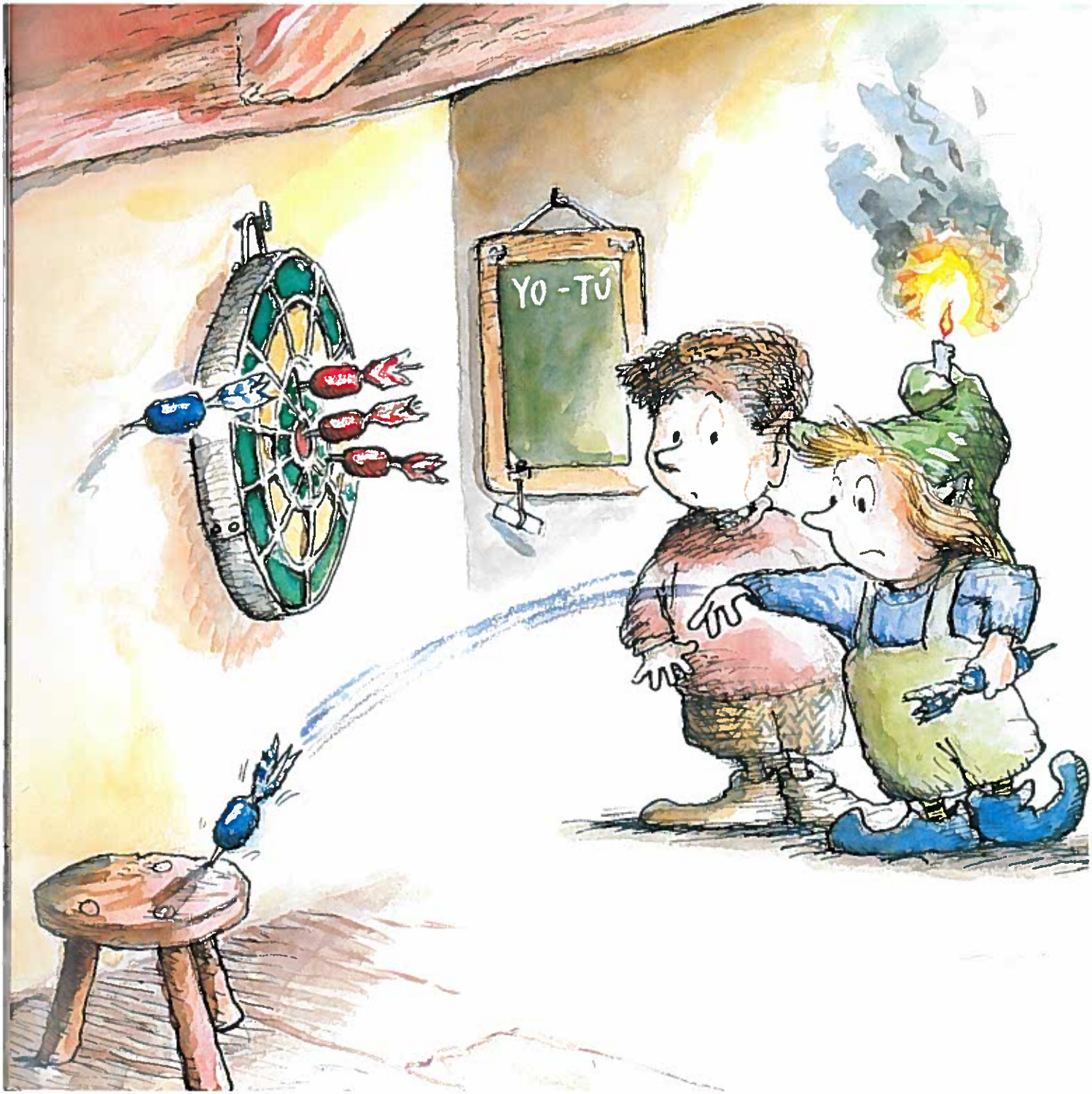
Si te sientes diferente, tal vez pienses que no caes bien a nadie. Hay niños más populares a los que siempre les escogen para hacer los equipos. Otros niños tienen más amigos.

Empezarás a pensar que, de alguna manera, es culpa tuya, y te preguntarás: «¿Por qué no soy como los demás?».

Eres un regalo de Dios. Imagina que vas a un cumpleaños y todo el mundo lleva el mismo regalo: zapatillas con forma de conejito. Seguro que al niño que cumple años le gustan las zapatillas. ¡¿Pero veintidós pares iguales?!

Dios quiso hacerle al mundo muchos regalos diferentes. Y quiso que uno fuera exactamente como tú.




YO - TÚ



Vista de rayos X

A veces algunos niños se ríen de otros que parecen diferentes. Les ponen motes o no juegan con ellos.

Si te ha pasado alguna vez, seguro que ha herido tus sentimientos. Pero eso no quiere decir que pase nada malo contigo.

Hay gente que se comporta así porque no van más allá de tu apariencia externa. No ven lo que eres de verdad en tu interior.

Hay personas que tienen una especie de «visión de rayos X». Pueden mirar tu corazón y ver la bondad que encierra dentro. Si practicas la visión de rayos X, otros niños podrán aprenderla también.




YO
TÚ



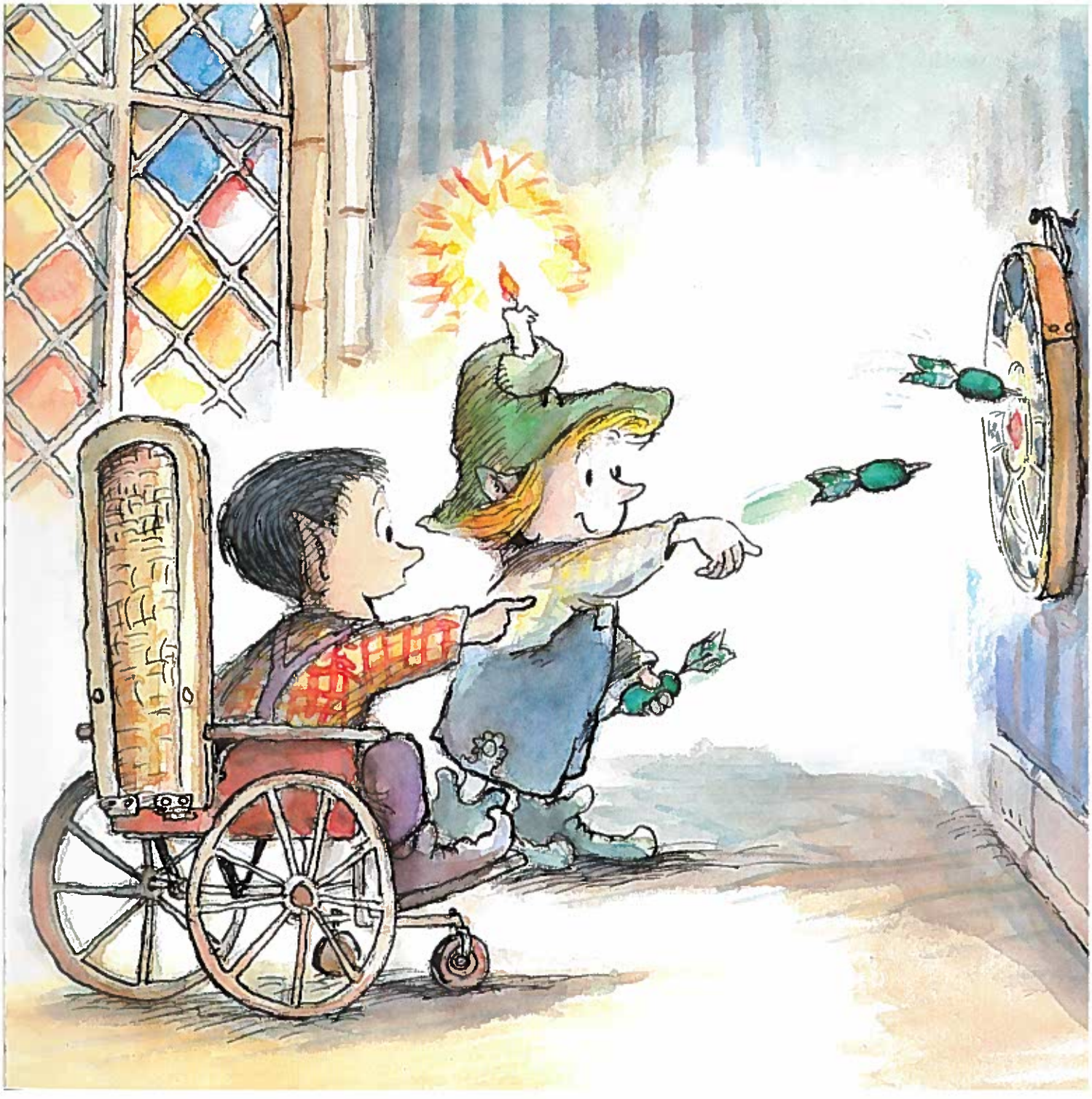
Sé un amigo

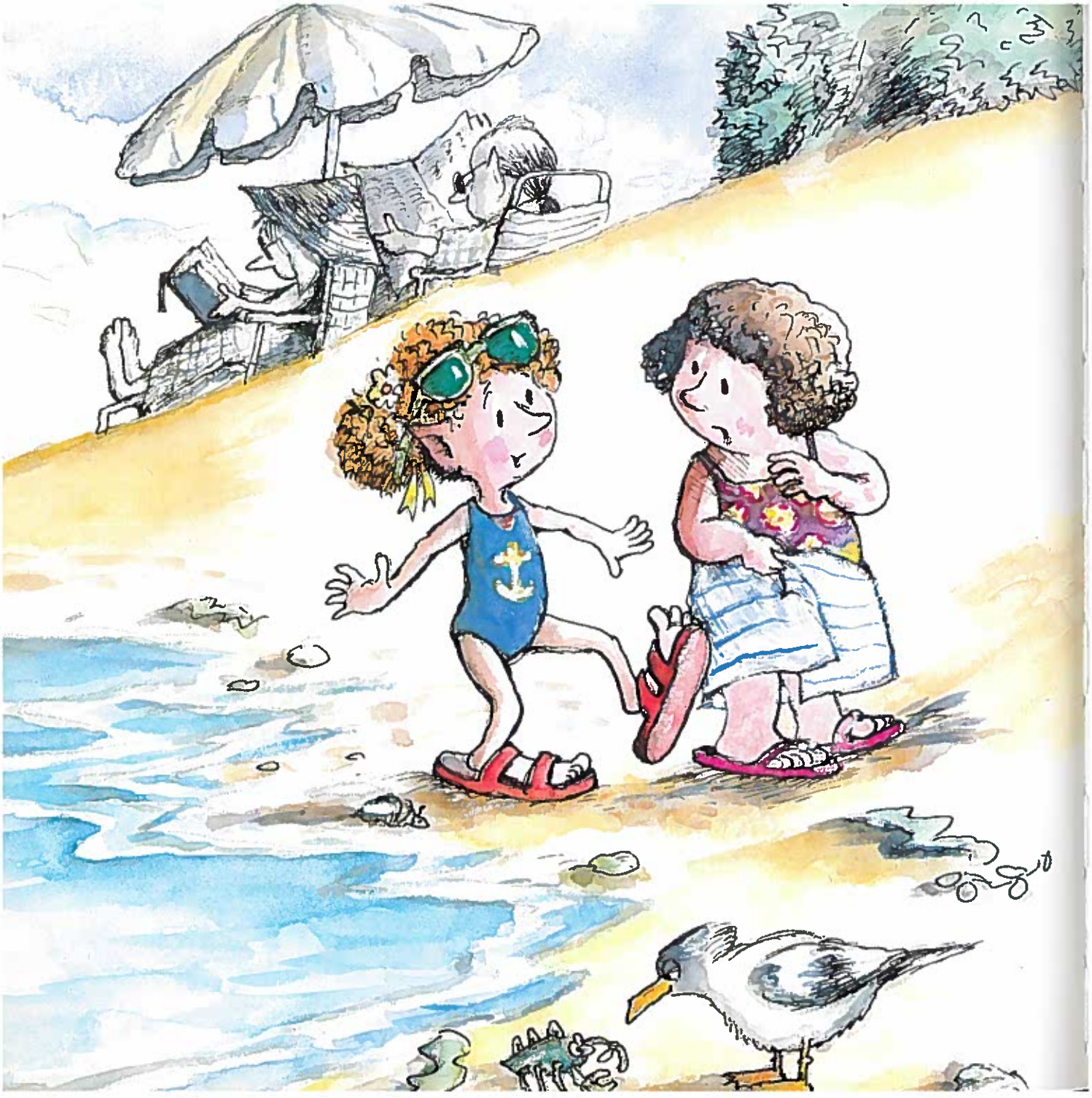
De vez en cuando verás esa mirada de «sentirse diferente» en el rostro de alguien.

Es un buen momento para que seas un amigo, aunque sólo te limites a decir hola. Pronto alguien se dará cuenta de que tú también te sientes diferente y querrá ser amigo tuyo.

Todos somos personas. Estamos conectados unos a otros porque nos parecemos más de lo que nos diferenciamos.









No estás solo

Te sorprenderías de la cantidad de gente que se siente diferente. Exteriormente puede que parezcan los más rápidos y los más fuertes. Pero a veces se sienten solos, o asustados, o raros. Quizá no por el mismo motivo que tú, pero el sentimiento de ser diferente sí es el mismo.

Con frecuencia, pensamos que todo el mundo se da cuenta de nuestros defectos, igual que nosotros. Pero, ¿sabes?, a menudo, los demás están tan preocupados por lo diferentes que se sienten ELLOS MISMOS, que no se dan cuenta de nuestras diferencias.




HOY
CLASES DE
PATINAJE



Sólo tú

¿Cuáles son tus dones especiales, lo que te hace sentir tan especial?

Bueno, ¿qué se te da mejor? ¿Cantar, contar chistes, estudiar matemáticas, hacer malabarismos, cocinar, arreglar cosas, dibujar? Seguro que das unos abrazos muy buenos. O sabes cómo ser un buen amigo.

Puede que todo lo que te ha ocurrido en la vida te haya enseñado a ser comprensivo. Ahora estás enseñando a los demás a ser como tú.




CELEBRACIÓN
DEL DÍA DE LAS DIFERENCIAS
ANILLOS Y
PENDIENTES
EXPLOTA
GLOBOS
ACTIVIDADES
CONCURSO DE COMIDAS
Demostración de habilidades
COMIDA al aire libre



Gente y dones diferentes

Mucha gente –cada uno distinto a los demás– implica muchos dones diferentes.

Es maravilloso ser un buen pintor. Pero, ¿qué pasaría si todos fuéramos buenos pintores? ¿Quién fabricaría las pinturas? ¿Y las brochas? ¡Pintar es un trabajo muy duro! ¿Quién haría la comida, fabricaría las camas y haría la ropa para todos esos hambrientos, cansados y ateridos pintores?

No importa qué talentos tengas, ¡todos son importantes!




WAY TO GO!

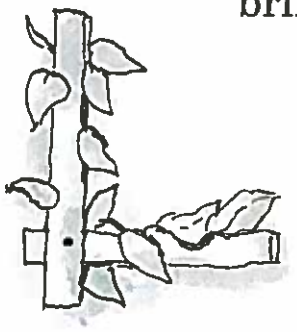


Sé tú mismo

Dios ha hecho sólo un tú, y eres perfecto tal como eres. Tu aspecto, tu forma de caminar, tu manera de pensar: todo lo que se refiere a ti está bien.

Eres un don; todo tú, tú mismo, incluso cuando estás profundamente dormido. Tu familia y tus amigos te quieren. Dios te quiere también, ahora, tal como eres.

Tienes todo lo que necesitas para ser la persona que Dios quiere que seas. Así que sé diferente y muéstrate orgulloso por ello, ¡y brilla con luz propia!





Susan Heyboer O'Keefe es autora de muchos libros infantiles de gran éxito y de algunas novelas juveniles. Vive en Nueva Jersey, con su marido, su hijo y dos loros.

R. W. Alley es el ilustrador de los populares Minilibros Autoayuda, y es también ilustrador y escritor de otros libros para niños. Vive en Rhode Island, con su esposa y sus hijos.





Los pequeños duendes que vas a encontrar en este libro son como tú, sienten y se expresan como tú lo harías. Contempla los dibujos y presta atención a los consejos que te dan. Te ayudarán a ti, a tus padres y a cualquier mayor que lea contigo este interesante y divertido Duendelibro.

Hay muchas razones por las que los niños se sienten «diferentes». Desgraciadamente, en un mundo tan centrado en la apariencia externa, en habilidades e ideales físicos, puede que los niños lleguen a avergonzarse de ser diferentes.

Los adultos debemos conocer esos sentimientos, y al mismo tiempo convencer a los niños de que lo que les hace diferentes también les hace ser únicos en el mundo.

Con la ayuda de los duendes de este libro, puedes animar a tu hijo para que acepte, valore y se alegre de las diferencias que hay entre todos nosotros, y además puedes reforzar su propia autoestima.

ISBN 842852799-7
9 788428 527996

SAN PABLO