

# DEJANDO DE *compararnos*

11-14 AÑOS

La **comparación** no es solo un tema de la adolescencia: ¡es una experiencia humana! Todos, en algún momento de la vida, caemos en la trampa de compararnos con los demás. Sin embargo, en la preadolescencia esta lucha suele ser más fuerte porque los chicos están descubriendo quiénes son y cómo encajan en el mundo que los rodea.

Nuestros hijos pueden verse atrapados pensando en **quién es más popular, quién tiene mejores notas, quién juega mejor o quién tiene más cosas**. Esto puede llevar a sentimientos de celos, inseguridad y descontento. Por eso es tan importante ayudarles a descubrir que **su valor no se mide en comparación con otros, sino en cómo Dios los ve: únicos, amados y valiosos**.



La comparación roba alegría, pero cuando los preadolescentes aprenden a **celebrar lo que otros tienen y a reconocer lo que Dios ha puesto en ellos**, encuentran libertad y confianza. Y este aprendizaje no solo les servirá hoy, sino que será una herramienta vital para el futuro.

## IDEAS PRÁCTICAS PARA ACOMPAÑAR A TU HIJO:

- ✓ **Afirma su identidad en Dios:** recuérdales que no necesitan parecerse a nadie más para tener valor.
- ✓ **Hablen sobre los celos:** ayúdalos a reconocer esos sentimientos y a manejarlos sin culpa.
- ✓ **Celebren a otros:** cuando alguien más logre algo, enséñales a felicitar y alegrarse en lugar de compararse.
- ✓ **Haz una lista de fortalezas:** escribe junto a ellos las cualidades y talentos que los hacen únicos.
- ✓ **Modela con tu ejemplo:** evita compararte frente a ellos; muestra gratitud por lo que tienes.
- ✓ **Ora juntos:** pidan a Dios un corazón agradecido y ojos para verse como Él los ve.

Al final, lo que más necesitan nuestros hijos es **aprender a mirarse con los ojos de Dios**. Cuando lo hacen, no solo dejan de sentirse menos, sino que también aprenden a celebrar sinceramente lo bueno en la vida de los demás.

## JUNTOS EN *momentos cotidianos*

**VERSÍCULO A MEMORIZAR:** Sobre todas las cosas cuida tu corazón, porque este determina el rumbo de tu vida. PROVERBIOS 4:23 NTV

**HISTORIA BÍBLICA:** Romanos 12:2; Romanos 12:6 NTV

**CONCLUSIÓN:** Elige verte a ti mismo como Dios lo hace.



### HORA DE LA MAÑANA

Cuando tu hijo/a comience su día, cuéntale algo que te guste de cómo es él/ella.



### HORA DE CONDUCIR

Mientras viajan esta semana, pregúntale a tu hijo/a: "¿Qué cosa tiene otra persona (una habilidad, un talento, una posesión, etc.) que te gustaría tener a ti?". (Asegúrate de también responder).



### HORA DE DORMIR

Ora para que tú y tu hijo celebren la forma tan maravillosa en que Dios los hizo a ambos.



### HORA DE COMER

En una comida esta semana, haz que todos respondan esta pregunta: "¿Qué cosa te gusta de ti mismo? ¿Qué cosa no te gusta de ti?".



PLAY