



11-14 AÑOS



# CUANDO JESÚS LLEGA,

**LLEGA LA VERDADERA ALEGRÍA**

La Navidad nos recuerda que Jesús vino a un mundo lleno de problemas, ruido, caos y dolor.

No esperó a que todo fuera perfecto.

**Vino justo al centro del desastre... y trajo alegría.**

**AQUÍ TIENES FORMAS PRÁCTICAS DE AYUDAR A TU PREADOLESCENTE A ENCONTRAR Y ELEGIR LA ALEGRÍA QUE JESÚS OFRECE:**

- ✓ **Hablen de la diferencia entre felicidad y alegría:** Explícales que la felicidad cambia según las circunstancias, pero la alegría en Jesús se mantiene incluso cuando hay presión, decepciones o cambios.
- ✓ **Conecten la historia de Jesús con sus propios “desastres”** No tengas miedo de tocar temas reales: peleas con amigos, estrés por notas, inseguridades, frustraciones familiares. Diles: “Así como Jesús vino en medio del caos, Él también aparece en tus momentos difíciles.”
- ✓ **Crea espacios para procesar emociones:** A veces los preadolescentes no necesitan respuestas rápidas, solo un adulto que los escuche sin juzgar. Esa seguridad abre espacio para hablar de la alegría de Dios.
- ✓ **Muestren pequeños actos de gratitud cada día:** La gratitud ayuda a los preadolescentes a ver lo que Dios sí está haciendo.  
  
Hazlo simple:
  - 2 cosas buenas del día
  - 1 cosa difícil donde necesitan a Jesús
- ✓ **Modela una alegría honesta:** No se trata de fingir. Muéstrales cómo eliges confiar en Jesús incluso cuando las cosas no son perfectas. Frases simples ayudan mucho: “Hoy fue difícil, pero Dios está conmigo.” “Puedo elegir alegría porque Jesús está aquí.”

Eso es exactamente lo que nuestros preadolescentes necesitan saber hoy: **Que Jesús está presente en su vida real, en sus emociones reales y en sus conflictos reales.**

Y que gracias a Él, no importa lo que estén enfrentando, siempre pueden elegir una alegría que permanece.



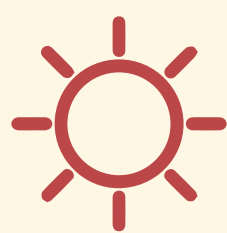
## JUNTOS EN momentos cotidianos



**VERSÍCULO A MEMORIZAR:** “Gloria a Dios en las alturas, y en la tierra paz a los que gozan de su buena voluntad”. Lucas 2:14 NVI

**HISTORIA BÍBLICA:** Lucas 2:10-11 NVI

**CONCLUSIÓN:** La alegría de la venida de Jesús a la tierra



### HORA DE LA MAÑANA

Si tu hijo/a adolescente empieza su día con muy mal humor (¡nos pasa a todos!), no te preocupes por el silencio. Si es posible, métele una nota alentadora en su mochila, bolso o en la bolsa de su almuerzo para que la encuentre después.



### HORA DE CONDUCIR

Mientras van en el auto esta semana, pregúntale: ¿Qué es lo que más te gusta comer durante las fiestas? ¿Qué es lo que menos te gusta comer durante las fiestas?



### HORA DE DORMIR

Ora para que tanto tú como tu hijo/a de secundaria elijan hallar la alegría cada día, incluso cuando las cosas sean difíciles.



### HORA DE COMER

En una comida de esta semana, pregúntale a todos: “¿En qué decisión o situación tuviste la opción de elegir la alegría como respuesta?”. Si es difícil pensar en algo, trabajen juntos para hallar la alegría en las situaciones a las que se enfrenten.



PLAY

