



El jardín secreto de Nicol

Adriana Marcela



Nicol es una niña muy brillante y creativa que disfruta dibujando mundos llenos de color en su habitación, donde su mente ágil imagina historias fantásticas mientras observa el movimiento de las nubes por la ventana.



A veces, en casa, el ambiente se vuelve ruidoso y confuso, con normas que cambian sin previo aviso y que a Nicol le cuesta mucho entender, haciéndole sentir que las exigencias de los adultos son como reglas injustas impuestas de repente.



Cuando las cosas no salen como ella esperaba o un adulto le dice que no, una ola de frustración recorre todo su cuerpo y le es muy difícil esperar, provocando que sienta una impaciencia abrumadora que apenas puede contener.



Esa gran energía de ansiedad a veces se escapa en forma de pequeños enojos o palabras rápidas, un escudo defensivo que Nicol usa porque teme no ser escuchada o sentir que los demás no la valoran lo suficiente.



En esos momentos de confusión, su apetito y sus ganas de comer cambian repentinamente, buscando en los alimentos un refugio reconfortante que le ayude a calmar la tormenta de emociones que siente por dentro.



En la escuela, cuando surgen pequeños desacuerdos con sus compañeros, Nicol prefiere apartarse un poquito y jugar sola, protegiéndose con cautela ante el temor de que los demás puedan rechazarla o no comprender su forma de ser.



Pero bajo esa coraza de dudas, Nicol guarda tesoros maravillosos como una gran empatía hacia los animales, una hermosa iniciativa para crear cosas nuevas y una valentía gigante que demuestra cada vez que no se da por vencida.



Junto a su terapeuta, Nicol comienza a descubrir un mapa secreto lleno de herramientas divertidas para respirar profundo, identificar lo que siente y aprender a esperar con una sonrisa cuando algo no ocurre de inmediato.



Poco a poco, con el apoyo y el amor de quienes la rodean, Nicol comprende que sus límites no son muros que la encierran, sino caminos seguros que la ayudan a crecer fuerte, feliz y dueña de sus propias emociones.



Ahora, Nicol dibuja con orgullo un nuevo capítulo de su vida, donde se siente escuchada, valorada y capaz de enfrentar cualquier reto con la confianza de que cada pequeño paso cuenta.