



## ARTÍCULO PARA PADRES 41

# La importancia de la amistad en la niñez

La amistad es esencial para el desarrollo emocional y social de los niños. En la interacción con amigos, los niños aprenden habilidades sociales: cómo comunicarse, cooperar, solucionar problemas y tomar decisiones. El ser humano es un ser social por naturaleza. Esta interacción o relación de amistad surge a partir de los dos años de edad.

Esta etapa es un periodo esencial para que los niños aprendan a tener relaciones sociales sanas. Debemos dejarlos crecer en este sentido. Desde la infancia hasta la edad adulta, la amistad es uno de los aspectos más importantes de la vida.

A partir de los 6 o 7 años de edad, los niños experimentan lo que es una relación especial, es lo que se conoce como mejor amigo, que tiene numerosas ventajas y algunos inconvenientes cuando esta relación es cerrada en exceso.

### **Beneficios de tener amigos**

Estudios científicos demuestran que quienes tienen relación con personas con las que compartir gustos, aficiones y pensamientos gozan de una capacidad intelectual y un desarrollo cognitivo muy superior a aquellos que han crecido en condiciones de soledad y mayor aislamiento. Mediante la amistad los niños:

- Aprenden a compartir.
- Aprenden a controlar su carácter y ser más comprensivos.
- Son más seguros y extrovertidos.
- Practican el cooperativismo.
- Tienen la voluntad de conseguir objetivos colectivos y resolver conflictos entre individuos.

### **¿Por qué los niños deben tener amigos?**

Los amigos son vitales para el desarrollo sano de los niños. A través de la interacción con los amigos experimentarán miedo, enojo y rechazo, y aprenderán a ganar, perder y a llegar a entender lo que es apropiado y lo que no. Adquirirán conocimientos sobre el posicionamiento social y las clases de poder. Los niños aprenderán que diferentes situaciones requieren comportamientos distintos, y llegarán a diferenciar a las personas y los diferentes puntos de vista que estas tienen.

Los amigos fomentan el compañerismo. Los niños aprenden que son similares a otros niños pero que cada uno tiene sus particularidades. La amistad y el hecho de formar parte en un grupo, mejora la autoestima de los pequeños. El encuentro de consuelo y apoyo que proporcionan los amigos les ayudará a hacer frente a los momentos difíciles, como un cambio de escuela, la separación de los padres o los momentos de transición hacia la adolescencia.



### Fomenta la amistad entre los niños

- Enseña lo que representa la amistad. Los niños deben aprender que un buen amigo puede ser para siempre, y que para eso es necesario cuidar la amistad día tras día.
- Ayuda a desarrollar la empatía. Fomenta esta capacidad hablando de situaciones diferentes. Por ejemplo, ayúdale a expresar sus sentimientos y opiniones con respecto a todo lo que les rodea.
- Ayuda a tu hijo a dedicar tiempo a hacer amigos. Por ejemplo, invítale a traer compañeros de clase a casa o queda con otras familias con niños de edad similar.
- Enseña a solucionar conflictos. Si tu hijo tiene algún problema con un amigo, fomenta que hable con él o ella para así poder buscar soluciones y obtener la capacidad de resolver situaciones similares por sí mismo en casos futuros.
- Alienta a los niños a manifestar el apoyo y el reconocimiento por los demás. Busca oportunidades para que los niños participen en actividades de cooperación y solución de problemas. Haz que los niños trabajen en proyectos juntos o jueguen a juegos que requieran de la cooperación.

*Noelia de Santiago Monteserín*