



Emociones



**Patricia
Cigarán**

Experta en
Educación

Los vínculos afectivos son una expresión de la unión entre las personas

?Dime con quién andas y te diré quién eres? es un refrán español que indica que se puede conocer a una persona a través del grupo de amigos o de su compañía. No obstante, es mejor no juzgar solo por las apariencias y tratar de ser objetivo a la hora de definir o clasificar a los amigos de nuestros hijos e hijas. Te mostramos algunas recomendaciones útiles que te ayudarán a despejar tus dudas.

Tenemos varias consultas sobre la preocupación de las relaciones de vuestros hijos e hijas con sus amigos, de cómo orientarles al comienzo de sus relaciones con los primeros amigos o cuando ya tienen su grupo de amistades. En algunas ocasiones pensáis que puede que no sean las adecuadas y no sabéis cómo actuar o cómo tratar el tema para que sea una conversación fluida y óptima.

La amistad es uno de los aspectos más importantes de nuestra vida, desde la infancia hasta la vida adulta pasando por la adolescencia. Vamos a centrarnos en el proceso de los primeros amigos. Merece la pena formar a nuestros hijos e hijas para que tengan y sean buenos amigos. El vínculo afectivo que establecen los niños y niñas con los padres y adultos más cercanos van a marcar su conducta, actitudes y pensamientos durante toda su vida. Serán fundamentales para un desarrollo afectivo sano y contribuirán al desarrollo social y cognitivo constituyendo la base para las relaciones futuras. Los vínculos afectivos son una expresión de la unión entre las personas.

Podemos definir la amistad **como una relación afectiva que se puede establecer entre dos o más personas**, a la cual están asociados unos sentimientos y valores fundamentales como el amor, el afecto, la lealtad, la confianza mutua, el respeto por las ideas del otro, la solidaridad, la generosidad, la sinceridad y el compromiso, y que se cultiva con el trato asiduo y el interés recíproco a lo largo del tiempo.

¿Cómo vamos a llevar a cabo la enseñanza y aprendizaje que requiere la amistad con nuestros hijos e hijas?

Ayudándoles y acompañándoles a que practiquen los valores que hemos nombrado. Como hemos dicho al comienzo, las personas cercanas a ellos tienen un papel fundamental porque marcarán su forma de actuar. Nosotros podremos decir y hacer, pero lo que más influye es lo que seamos. Ellos deben ser los protagonistas de su aprendizaje, practicando en primera persona pequeñas acciones que les ayuden a adquirir los valores. El mejor lugar para practicarlo es en la familia, aprenden fundamentalmente por mimesis, pero también necesitan que se les dé la oportunidad de experimentarlo entre los suyos para que en confianza y cariño se "caigan" y se "levanten" sabiendo que tienen un apoyo incondicional.

Una buena oportunidad que se debe aprovechar, son las circunstancias cotidianas para hablar con ellos de qué es ser un buen amigo o amiga, como saber escuchar, animarlos a ser mejores, como estar siempre dispuestos a ayudar, no ser envidiosos ni egoístas, defenderles y no hablar mal de ellos a sus espaldas, lo entienden y les gusta que lo tratemos. Comprenden más de lo que pensamos y cuando aprovechamos el momento son muy receptivos porque tienen ganas de aprender. Lo cotidiano y cercano hace que todo sea más atractivo.

En la convivencia, donde la persona se relaciona con los demás, es donde crece y madura la amistad porque es donde debe aprender a dar y recibir. Los demás nos ayudan al desarrollo social y emocional?, nos ayudan a descubrir quiénes somos. Entre los 7 y 12 años, según la madurez de cada uno, la amistad y el hecho de formar parte de un grupo

mejora el sentimiento de autoestima. El trato hace que la amistad se fortalezca porque aprenden a decir la verdad, no revelar confidencias, ser leales dado que ellos lo viven en primera persona porque todo es recíproco. Las amistades no son un lujo son una necesidad para un desarrollo psicosocial sano.

En este aprendizaje no podemos dejar pasar, que el respeto a los demás comienza por el respeto a uno mismo. Esa frase que tanto nos han dicho y que estamos seguros que en muchas ocasiones os habéis encontrado diciéndola a vuestros hijos e hijas ?no hagas lo que no te gustaría que te hiciesen?. Desde este respeto que tú mismo te mereces, podrás llegar al respeto de todos, por el hecho de ser personas, nos merecemos.

Para terminar, vamos a dejar unos tips que os acompañen en la enseñanza y aprendizaje de vuestros hijos:

Escuchar y preocuparme por los demás. Aceptar y querer a los demás como son. Ceder y hablar con educación. Poner el corazón en lo que pienso, siento, digo y hago.

EXPERTO:
Patricia Cigaran
Experta en Educación

Experta en Educación Familiar con más de 20 años de experiencia en la dirección de colegios infantiles.