

AMOR Y AMISTAD



Un amigo es aquel que te conoce como eres, entiende dónde has estado, acepta en lo que te has convertido y, aún así, gentilmente te permite crecer.

– William Shakespeare

El **amor y la amistad** tienen en común el profundo afecto, el respeto, la lealtad y el sentido del compromiso.

Enseñar el valor de la amistad a los niños les ayuda en su desarrollo y les permite cultivar habilidades para vivir en armonía con la sociedad y constituir su propia identidad.

Una de las relaciones sociales más estrechas y maravillosas que cualquier persona puede desarrollar es la amistad.

La amistad favorece una buena salud mental y ayuda a crear relaciones afectivas duraderas. Por lo general, nos hacemos amigos de personas con las que compartimos intereses, gustos, tareas, responsabilidades, y con el paso del tiempo, puede surgir el afecto, cariño y el amor.



El sentirse valorado y querido, el sentirse amigo, estimula lo mejor de cada uno, y anima a luchar por lograr la mejor personalidad. Intentar ser buenos amigos, sin precipitarnos a juzgar o criticar...

Las relaciones de amistad son esenciales para el desarrollo intelectual, afectivo y social de las personas a lo largo de todo el ciclo vital". Este punto es muy importante, pues el impacto de las relaciones de amistad durante la infancia influyen en la conducta social que desarrollará el sujeto en la adolescencia y madurez.

Por otra parte, si los niños no cultivan amistades pueden sufrir conflictos emocionales y mentales. De hecho, estas carencias se asocian a comportamientos delictivos durante la juventud, o a la psicosis, entre otros problemas psicológicos.

Algunas de las actividades que podemos realizar en casa y en el colegio para promover la amistad son: realizar conversaciones sobre este valor, conocer las necesidades individuales de cada niño, promover actividades en lugares de recreación, promover actividades que desarrollen destrezas sociales, fomentar la lectura y escritura a través de cuentos, canciones y narraciones que promuevan la amistad.

8 claves para fomentar la amistad:

1. Aprender a sonreír y contagiar alegría. Ensayar sonrisas, ser amable y tener buenos modales, generar buenos momentos.
2. Prestar atención a los demás: interesarse por sus gustos, ilusiones, preocupaciones, proyectos y dificultades. Demuestra sinceridad y lealtad.
3. Pensar qué necesitan y estar en los detalles, en los momentos buenos y en los malos.
4. Escuchar es más importante que hablar, también con el corazón. Y saber animar con esperanza y optimismo cuando haga falta algo.
5. Usar los talentos de cada uno y que nos sirvan para apoyar a los demás.
6. Actitud constructiva: nada de desprecios e ironías, ya que esto destruye la convivencia.
7. Saber ser amigos. Tener muy claros nuestros propósitos de la amistad y trabajar para lograrlos.
8. Ayudar a los hijos con buenas preguntas, para que aprendan a pensar en los demás, a tener en cuenta sus sentimientos, a mostrar empatía.

