

Beneficios de Amistades de la infancia

Desde edades muy tempranas, muchos niños comienzan a hacer amigos. Las primeras amistades a menudo comienzan con aquellos con quienes los niños pasan la mayor parte del tiempo, ya sean miembros de la familia (hermanos, primos), niños de su comunidad o niños que su hijo conoce a través de los cuidadores, el programa de la primera infancia o la escuela. Las amistades tempranas pueden verse diferentes a las amistades adultas. Los niños muy pequeños (niños de 0 a 2 años) a menudo juegan solos cerca unos de otros o pueden mostrar interés en verse jugar unos a otros. Muchos niños comienzan a jugar en paralelo después de los dos años, donde juegan uno al lado del otro, pero no necesariamente juntos. Finalmente, alrededor de los años preescolares (3-4 años), los niños comienzan a incluirse unos a otros en el juego, interactuando entre sí, pasando lentamente de las interacciones básicas a la cooperación. Cada una de estas etapas del juego ayuda a los niños a desarrollar las habilidades que necesitan para formar amistades.

Las amistades a lo largo de la vida de un niño tienen muchos beneficios sociales, emocionales y cognitivos. Las primeras amistades pueden ayudar a los niños a desarrollar habilidades, como turnarse, compartir y cooperar, y sentar las bases para futuras amistades.

Beneficios de Desarrollo

Las investigaciones muestran que establecer amistades es un objetivo de desarrollo importante para los niños de todas las edades.



Las amistades desarrolladas durante los años preescolares y escolares brindan a los niños contextos valiosos en los que aprender y practicar habilidades relacionadas con el desarrollo social, cognitivo, comunicativo y emocional.

Por ejemplo, al aprender a manejar sus amistades de la primera infancia, los niños aprenden:

- Cómo ser sensible al punto de vista y las opiniones de los demás
- Cómo navegar por las reglas de la conversación
- Qué constituye un comportamiento apropiado

Además, los beneficios de la amistad para los niños son similares a los beneficios de tener amigos como adultos. Las amistades benefician a los niños al crear un sentido de pertenencia y seguridad y reducir el estrés. Los psicólogos infantiles a menudo descubren que las amistades de la primera infancia contribuyen en gran medida a la calidad de vida general de los niños y a su capacidad para adaptarse a los cambios en su entorno.

Las amistades también se relacionan con el desempeño escolar positivo. Cuando los niños desarrollan amistades sólidas, tienden a tener una mayor autoestima y pueden enfocarse mejor en hacerlo bien en la escuela porque no se sienten tristes o solos. Tampoco podemos minimizar el valor y la importancia del apoyo social y emocional que brindan los amigos. Tener a alguien a quien acudir que pueda ayudar a sus hijos a lidiar con el estrés y las transiciones es esencial para desarrollar habilidades de afrontamiento saludables.



¿Cómo pueden los padres y cuidadores ayudar a los niños a establecer amistades sólidas? Si bien no existe una fórmula de solución única para hacer amigos y mantener amistades saludables, podemos ayudar a los niños a desarrollar habilidades de relación que fomentarán conexiones profundas y significativas con los demás. ¡Cuando se trata de amistad, se trata de calidad, no de cantidad!

Cómo ayudar a los niños a desarrollar amistades positivas y significativas

1

Modelar habilidades de amistad. Los niños aprenden observando a los adultos en sus vidas. Cada vez que interactúa con sus propios amigos, les está mostrando a los niños cómo tratar a otras personas y cómo le gusta que lo traten a usted. Hable con sus hijos acerca de los amigos en su vida. ¿Cuándo se hicieron amigos? ¿Qué hace que alguien sea un buen amigo? ¿Por qué tus amigos han sido importantes para ti?

2

Fomente las amistades que son importantes para su hijo. Si su hijo establece una relación importante que le brinda alegría, ayúdelo a encontrar formas de conectar las citas para jugar, reunirse en la biblioteca o el parque, o buscar otras oportunidades para construir estas relaciones. Incluso las citas de juego poco frecuentes pueden ayudar a su hijo a sentirse conectado y aprender lo que significa construir una relación con un amigo.

3

Respete la personalidad de su hijo. Cuando se trata de hacer amigos, es importante dejar que su hijo sea quien es. Trate de no comparar las habilidades de amistad de su hijo con las personalidades sociales de sus hermanos o con las de otros niños que conoce. Mientras que algunos niños son extrovertidos y les encanta tener muchos amigos, otros están felices de tener solo unas pocas amistades cercanas. Lo importante es celebrar la personalidad única y las necesidades específicas de su hijo.

Navegar por las amistades de la primera infancia puede ser un desafío. Los niños no solo están aprendiendo las habilidades que necesitan para interactuar prosocialmente con los demás, sino que también están desarrollando las habilidades que necesitan para expresar sus palabras, emociones y necesidades mientras aprenden a llevarse bien con los demás. Es probable que haya desafíos y errores en el camino. Apoye a su hijo ayudándolo a practicar las habilidades que necesita y hablando sobre situaciones difíciles a medida que surjan, intercambiando ideas sobre estrategias con su hijo de la manera que pueda.

Los niños crecen socialmente a medida que crecen física, emocional y cognitivamente a través de las amistades. Con el apoyo amoroso de los padres, cuidadores y otros adultos, los niños pueden aprender a desarrollar amistades significativas, aunque estas amistades pueden parecer diferentes para cada niño. La relación cariñosa que tiene con un niño sienta las bases para amistades cariñosas.

El Rinconcito de los Libritos

How to Apologize
by David LaRochelle

Maple & Willow Together / Arce y
Sauce juntas
by Lori Nichols

Meesha Makes Friends
by Tom Percival

Follow us on Facebook &
Twitter @OPECParentingEd



Para recursos parentales
adicionales encontramos
nuestro sitio web::

orparenting.org

Referencias

What Parents Can Do to Support Friendships

<https://www.healthychildren.org/English/family-life/power-of-play/Pages/What-Parents-Can-Do-to-Support-Friendships.aspx>

Kids Who Need a Little Help to Make Friends

<https://childmind.org/article/kids-who-need-a-little-help-to-make-friends/>

What should I teach my elementary school aged child about healthy relationships?

<https://www.plannedparenthood.org/learn/parents/elementary-school/what-should-i-teach-my-elementary-school-aged-child-about-health>