La importància de saber triar a les amigues i els amics

written by Susana Gómez | 14 de June de 2024



La importància que les xiquetes i els xiquets tinguen una vida rica en relacions d'amistat amb persones que els acompanyen en els moments més importants és crucial. Comptar amb amistats per a compartir tant els moments d'alegria com els difícils d'afrontar, que els mostren el seu suport i solidaritat, que els contagien i compartisquen la seua felicitat, ha sigut evidenciada per la investigació en nombroses ocasions. DF compta amb anteriors publicacions en les quals es reflexiona entorn d'este tema i com **l'amistat s'identifica com un factor de protecció enfront de l'assetjament i la violència** o **pot promoure accions solidàries que impulsen transformacions en diferents contextos**.

A vegades, des de les escoles, i sempre pensant que és el millor per a l'alumnat, es llancen missatges com que "cal ser amic o amiga de tot el món". Però, sense obrir espais de diàleg on reflexionar sobre l'amistat i sense garantir espais segurs, en els quals hi haja tolerància zero a la violència, només es provoca confusió i revictimització, ja que aquells xiquets o xiquetes que no estan sent ben tractats pels altres acaben desenvolupant tolerància i els qui no tracten bé, veient com les seues actituds donen

èxit, no les canvien.

Comptar amb una gran amistat (o més d'una) ens proporciona sentit de pertinença, identitat; ens ensenya la importància de valors com la lleialtat; contribuïx a augmentar la confiança, a mesura que creixem, en nosaltres mateixos i mateixes i també en l'agència humana. Les amistats són font d'experiències i tindre amistats ens proporciona múltiples vivències. En matèria de salut i desenvolupament del benestar, les investigacions són contundents quant a la importància de cultivar el sentiment d'amistat, que **les xiquetes i els xiquets es desenvolupen en espais segurs on puguen construir les millors relacions de cara a previndre futurs problemes i malalties** i com **les relacions tòxiques poden deteriorar el desenvolupament físic i mental**.

Més enllà de l'amabilitat i el respecte cap als altres, l'amistat és un sentiment profund sobre la base del qual construïm relacions amb persones l'elecció de les quals no hauria de quedar subjecta a l'atzar, sense filtre, sinó que és crucial dotar a les xiquetes i els xiquets de criteri perquè estes eleccions siguen sempre les millors. És important que sàpien i tinguen clar que **l'amistat, principalment i per damunt de tot, exclou la violència i es basa en el respecte, la tolerància i la llibertat**, i que els amics i les amigues són aquelles persones amb qui podem dialogar, compartir, els qui ens donen força per a aconseguir les il·lusions, fer front a les incerteses. L'amistat ens permet desenvolupar, sobre la base de la discussió de significats, la confiança i la seguretat necessàries per a superar els nostres propis límits i avançar en els diferents projectes personals i col·lectius, dotant de sentit les nostres vides.

Això passa per vivenciar l'amistat com una cosa inherent a la nostra activitat diària, però també per obrir eixos

espais de diàleg en els quals es puga parlar sobre què és o què no és, sobre la base dels millors valors i principis de la humanitat, i que els xics i les xiques ho puguen fer conscient.

Tindre eixe esperit crític els ajudarà a ser més lliures i a triar realment amb arguments sòlids qui seran els seus amics i les seues amigues i per què. Així aconseguiran amistats sinceres, profundes, amb les quals caminar el seu camí de manera incondicional, les que els ajudaran a ser millors persones.

[Este article va ser publicat per primera vegada en *Diario Feminista* el 20 de maig de 2019]

[Imatge: Freepik]