

Amistades

Lic. Galo Guerra. Psicólogo Modificador de Conducta,
Director del Instituto Conductual de Costa Rica
Oficina 2255 1380 correo galo@incocr.org

Una característica de nuestra naturaleza humana es la de ser seres sociales. La convivencia y el compartir con otras personas es una parte inherente a nuestra existencia.

A este respecto las personas establecemos relaciones de cercanía con otros individuos a los que comúnmente llamamos amigos. La amistad se aprende desde la infancia y es un valor general que conjunta una serie de características muy específicas que normalmente aprendemos por ensayo y error a lo largo de nuestra vida.

La amistad suele surgir en los primeros años de vida basándose en el juego, condición que permanecerá presente en el concepto de amigos. Es una particularidad que se asigna a todas las condiciones amigables, son divertidas y para mantener la amistad no es necesaria la cercanía, sino la diversión.

Casualmente esta condición lúdica es la que hace que en la adolescencia las personas elijan inadecuadamente a sus amistades, pues el criterio que prevalece desde hace años en sus vidas es que si alguien me hace reír es mi amigo. La lucha eterna de los padres por apartar a los hijos de las “malas influencias” debe de librarse no en el campo de la conveniencia como hasta la fecha sucede, sino en el entretenimiento. Un hijo se niega a dejar a un amigo pues les resulta divertido y siendo honestos, ¿quién quiere privarse voluntariamente de la diversión?

Al envejecer un poco más y convertirse en adultos, las personas agregamos otro valores a la diversión, como por ejemplo la tolerancia, reciprocidad, empatía, y cierta rutina para mantener contacto, lo que nos hace sentirnos allegados a la otra persona. Aunado a esto he de mencionar otra particularidad, un amigo mío desea altruistamente el bienestar de mi persona, aunque ello implique decir las cuatro verdades en la cara. Que no se malinterprete esta afirmación, pues se puede confundir fácilmente al amigo con el

metiche, o con el desgraciado que sólo desea sembrar cizaña. La amistad te confronta con una realidad con la finalidad clara de favorecer un bienestar, así lo hace ver en todo momento, y los resultados de sus observaciones son beneficiosos, productivos y constructivos.

Mantener amistades cerca conlleva una serie de beneficios muy grandes en el ámbito personal y emocional, saber rodearse de las amistades adecuadas es un arte que hay que pulir para no resultar frustrado por traiciones y desengaños.