

## **Φιλία: Ένας σημαντικός παράγοντας στην ομαλή ανάπτυξη του ατόμου.**

Τι θα χρειαζόσασταν αν: α) θέλατε να πάτε διακοπές και δεν ξέρατε πού να αφήσετε τον σκύλο σας, β) χωρίζατε, γ) θέλατε να παίξετε τάβλι, δ) πέθαινε ένα αγαπημένο σας πρόσωπο, ε) ψάχνατε κουμπάρο;

Απάντηση: Τον Μάρκο, τη Δάφνη ή τον Αλέξη, κάποιον φίλο δηλαδή που θα κρατήσει το σκύλο σας, θα σας ακούσει για ώρες να απαριθμείτε κλαίγοντας τα αρνητικά στο χαρακτήρα του 'πρώην', θα παίξει μαζί σας τάβλι, θα σας σταθεί στην απόλυσή σας, και θα σας παντρέψει!

Η δημιουργία φιλικών σχέσεων είναι ένας πολύ σημαντικός παράγοντας για την ομαλή ανάπτυξη ενός ατόμου. Στην παιδική ηλικία θέτονται τα θεμέλια για την ικανότητα του ατόμου να σχετιστεί. Το παιδί, στην προσπάθειά του να αποκτήσει φίλους, πρέπει:

- να συμφιλιωθεί με την ιδέα ότι ίσως να μην είναι αρεστό,
- να συναγωνιστεί για την απόκτηση κοινωνικού status, και
- να αντιμετωπίσει τις διαμάχες που αναπόφευκτα θα προκύψουν.

Προκλήσεις στην αυτοεκτίμησή του προκύπτουν από την προσπάθεια του παιδιού ν' αποδείξει ότι είναι ικανό και άξιο θαυμασμού. Η αυτοεκτίμηση είναι ένας σημαντικός δείκτης ψυχικής υγείας. Υψηλή αυτοεκτίμηση στην παιδική ηλικία συνδέεται με ικανοποίηση και ευτυχία στη μετέπειτα ζωή, ενώ η χαμηλή αυτοεκτίμηση συνδέεται με κατάθλιψη, άγχος και αποτυχία προσαρμογής τόσο στο σχολείο όσο και στις κοινωνικές σχέσεις.

Ο χρόνος που περνάει ένα παιδί με τους φίλους του έχει σημαντική επίδραση στη μετέπειτα ανάπτυξή του, καθώς οι εμπειρίες που αποκτά με τους συνομήλικούς του το βοηθούν να αναπτύξει νέες γνωστικές και κοινωνικές δεξιότητες. Με την ένταξή του σ' αυτό το νέο κοινωνικό σύνολο το παιδί αποκτά μια καινούρια εικόνα του εαυτού του. Δεν είναι πλέον μόνο 'ο Δημήτρης, ο γιος του κ. και της κα. Ελευθερίου', αλλά 'ο Δημήτρης, το αστέρι του ποδοσφαίρου'.

Η εμπειρία της φιλίας στην παιδική ηλικία είναι ένας προάγγελος για τις μετέπειτα ενήλικες σχέσεις οικειότητας, φιλικές ή ερωτικές. Όταν το παιδί αποκτά ένα στενό φίλο παύει να σκέφτεται μόνο με βάση το 'τι πρέπει να κάνω για να αποκτήσω αυτό που θέλω' αλλά 'τι πρέπει να κάνω για να συνεισφέρω στην ευτυχία του φίλου μου'. Η δημιουργία μιας τόσο στενής φιλικής σχέσης στην παιδική ηλικία συμβάλλει στην ανάγκη οικειότητας στις διαπροσωπικές σχέσεις της ενήλικης ζωής που θα ονομάζαμε *αγάπη*. Η αποτυχία δημιουργίας φιλικών σχέσεων έχει αρνητικές επιπτώσεις στη μετέπειτα ανάπτυξη, δύσκολα θεραπεύσιμες.

*'Το πουλί μια φωλιά, η αράχνη έναν ιστό, ο άνθρωπος τη φιλία'* William Blake

## **Μακρή Ευθυμία**