

# La Influencia De Los Amigos Y Las Malas Compañías

(Peer Pressure)

Los amigos pueden influenciar a los niños a hacer algo que ellos no quieren hacer. Esta influencia es parte de la vida de casi todos los niños. Los niños están sujetos a esta influencia y sucumben a ella tarde o temprano. Aunque los padres no pueden proteger a sus hijos de esta influencia, hay ciertos pasos a seguir para aminorar su efecto.

## Malas Compañías

Los niños que no están sujetos a este tipo de influencia como son otros niños, suelen tener uno o dos malos compañeros que son de mala influencia para ellos. Los niños se inclinan a las malas compañías por una variedad de razones. Algunos niños lo hacen por atraer atención (de los padres y amigos), y otros lo hacen por compañerismo. Los niños podrían también elegir malas compañías por la

emoción que causa el meterse en problemas, o para rebelarse contra sus padres, o porque no tienen suficiente amor propio y/o confianza en ellos mismos.

Al igual que con la influencia de los amigos, hay ciertos pasos que los padres pueden tomar para aminorar los efectos que las malas compañías pueden tener en sus hijos.

## Lo Que Los Padres Pueden Hacer.

**\*Forje una amistad cercana con sus hijos.** Si no lo han hecho todavía, los padres deberían forjar una amistad cercana, honesta y franca con sus hijos. Los niños que tienen una amistad cercana con sus padres suelen identificarse mejor y se esfuerzan más para complacer a sus padres. Los niños que están cercanos a sus padres también suelen recurrir más a sus padres cuando se encuentran en problemas o tienen dificultades.

**\*Ayude a sus hijos a comprender la influencia de los amigos.** Los niños estarán más capacitados a resistir malas influencias y malas compañías si tienen un mejor entendimiento del proceso. Los padres deben asegurarse de que sus hijos sepan que todos los niños, inclusive adultos están sujetos tarde o temprano a la influencia de los amigos. Los padres también pueden explicarles que es normal que los niños sientan la necesidad de adaptarse y convivir con sus amigos, dando así cabida a la mala

influencia. Cuando los niños tengan un mejor entendimiento de este proceso y las emociones relacionadas con las presiones de las amistades, estarán más capacitados a resistir las malas influencias.

**\*Planeé actividades familiares con regularidad y frecuencia.** Los padres deberían esforzarse a participar con frecuencia en actividades familiares, desde que sus niños están pequeños. Los padres deberían planear actividades en las cuales pueda participar toda la familia, como paseos, caminatas en el parque, deportes, etc. Los padres que dedican algo de su tiempo participando en actividades divertidas con sus hijos, tendrán mas oportunidad de desarrollar amistades cercanas con ellos. Los niños que pasan mas tiempo con sus familias pueden resistir mejor las malas influencias.

**\*Apoye las amistades con modelos ejemplares.** Los padres deberían apoyar a sus hijos a desarrollar amistades con niños de cualidades positivas. Esto se puede lograr invitando a estos niños a jugar o a pasar el tiempo con la familia. Los padres también pueden apoyar a sus hijos para que participen en actividades de grupo ( ej. los boy scouts, deportes, grupos de la iglesia) los cuales requieren interacción con modelos ejemplares.

**\*Conozca los amigos de sus hijos y sus padres.** Los padres deben esforzarse en pasar algún tiempo con los amigos de sus hijos para conocerlos mejor. También

deberían intentar conocer a los padres de los amigos de sus hijos. Al hacer esto, los padres pueden ver si los amigos de sus hijos son de buena influencia, y si las familias de los amigos comparten sus mismos valores y actitudes.

**\*Entérese donde están sus hijos y lo que están haciendo.** Cuando los niños están en casa, los padres deben supervisar sus actividades. Cuando los niños estan fuera de casa, los padres deben asegurarse de saber donde estan sus hijos, con quién están y qué están haciendo.

**\*No critique a los amigos de sus hijos.** Cuando sus hijos tienen amigos que són de mala influencia, no es bueno que los padres los critiquen. En muchos casos, los niños se ponen a la defensiva y continuan con tales amistades ya sea por lealtad o para rebelarse contra sus padres. En lugar de criticar las malas amistades, los padres pueden y deben discutir ciertos aspectos de conducta y/o acciones. Por ejemplo, el padre puede decir, "Parece ser que cada vez que Julia viene a jugar, tu desobedeces alguna regla de la casa."

**\*Trate de encontrar la razón y discúptala.** Los niños se dejan llevar por la presión de los amigos y desarrollan amistades con malos compañeros por muchas razones. Los padres deben tratar de encontrar las razones y luego intentar a resolver el problema. Por ejemplo, si un niño se deja llevar por la presión de los amigos porque el o ella carece de la confianza necesaria para resistirse a su

influencia, entonces los padres pueden tomar pasos para que sus hijos mejoren la confianza en si mismos.

**\*Promueva una variedad de amistades.** Los padres deben de apoyar a sus hijos a que tengan muchos amigos diferentes. Esto los expondrá a otros niños con diferentes actitudes e ideas. Esto también promueve la individualidad, y hace que los niños no se dejen llevar por presiones de ningún grupo.

**\*Fomente individualidad e independendencia.** Los padres deben fomentar individualidad e independendencia en sus hijos. Una de la formas mejores de lograr esto es que los padres modelen o demuestren esta conducta. Los padres que se resisten contra la presión de sus propios amigos enseñan a sus hijos una invaluable lección. Los padres que expresan su individualidad logran lo mismo. Los padres también deben discutir lo que es la independendencia con sus hijos. Deberían hacer notar la importancia de uno como persona y hacer lo que uno crea que está bien.

**\*Enseñe firmeza.** Los padres deben enseñar a sus hijos a hacer valer sus creencias. Esto se puede lograr por medio de la imitación. La imitación requiere la práctica de diferentes respuestas a ciertas situaciones. Esto le dá oportunidad al niño de practicar a decir "NO" a sus amigos. Los padres también pueden enseñar a sus hijos a resolver problemas cuando los amigos los presionan, quizás sugiriendo otras actividades, o explicando porqué se niegan a participar en ciertas actividades.

**\*Elogia la firmeza.** Los padres deben elogiar efusivamente a sus hijos cuando actúan con firmeza. La conducta que es elogiada es más propicia a ser repetida.

**\*Mantenga la disciplina.** Si los niños se dejan llevar por la influencia de los amigos y hacen algo inapropiado, o si se meten en problemas con las malas amistades, los padres deben aplicar consecuencias naturales u otra forma de disciplina. Sermonear posiblemente no será suficiente para erradicar este tipo de conducta en el futuro. Las consecuencias naturales pueden ser limitar los privilegios, no permitir al niño a pasar tiempo con el grupo o amigo con el cual se metió en problemas, o corregir el daño que el o ella han causado.

**\*Busque ayuda.** Si su niño se deja llevar consistentemente por la influencia de sus amigos, o si se mete en problemas crónicamente con las malas compañías, debe de consultar a un profesional de salud mental.



Centro Para el Padre Efectivo  
Little Rock Center (501) 364-7580  
NW Arkansas Center (479) 751-6166  
[www.parenting-ed.org](http://www.parenting-ed.org)