

¿Cuánto tiempo se tarda en hacer un amigo? La ciencia responde

Una investigación de la Universidad de Kansas determina las horas que se necesitan para crear una relación de amistad. Además, los expertos subrayan la importancia de dedicar tiempo para consolidar este tipo de conexiones.

El deseo de tener amigos es rápido, pero la amistad es un fruto que madura lentamente». Son palabras del filósofo griego Aristóteles. Y en efecto, sabía de lo que hablaba. Recientemente, una investigación de la Universidad de Kansas (EE.UU.) ha determinado las horas que se necesitan para hacer un amigo.

Según los resultados, que se han publicado en la revista *Journal of Social and Personal Relationships*, se necesitan unas 50 horas de tiempo juntos para que alguien pase de ser considerado simple conocido a amigo ocasional; 90 horas para pasar de esta categoría a la de amigo; y más de 200 horas para apreciar a alguien como amigo íntimo.

Pero pasar tiempo juntos significa compartir momentos de diversión, bromear, jugar a videojuegos o tomar unas copas, por ejemplo. Esto quiere decir que las horas que se comparten en un ambiente laboral no cuentan tanto, según este estudio.

“Tenemos que dedicar ese tiempo. No puedes chasquear los dedos y que aparezca un amigo”, señala Jeffrey Hall, investigador responsable de este trabajo. “Mantener relaciones estrechas es una de las cosas más importantes que podemos hacer en la vida”, apunta.

Para llegar a estas conclusiones, el equipo científico

desarrolló una herramienta online en la que concretaba el grado de amistad de los participantes en función de sus respuestas a varias preguntas.

Se tuvo en cuenta el nivel de amistad de las personas analizadas en función de las horas que pasaban juntos, las actividades que compartían y sus conversaciones cotidianas.

Además, se extrapolaron datos de estudios anteriores que indicaban que el cerebro de una persona solo puede “admitir” unas 150 amistades.



Por una parte, se analizaron 355 respuestas a una encuesta online de adultos que se habían mudado en los últimos seis meses y buscaban nuevos amigos en sus nuevos hogares. Se les pidió que pensaran en alguien que hubieran conocido desde la mudanza y en cómo había evolucionado esa relación. Así, se establecieron asociaciones entre el grado de amistad, las horas que pasaban juntos y el tipo de actividades que hacían.

Luego los participantes clasificaron esas relaciones en uno de los cuatro niveles de afianzamiento de la amistad: conocido,

amigo ocasional, amigo y amigo íntimo. También se calculó el número de horas en las que las personas empezaban a pasar de un nivel de amistad a otro.

Por otro lado, se encuestó a estudiantes que se habían mudado recientemente para su primer año en la Universidad de Kansas. El investigador les preguntó por dos personas que hubiesen conocido desde el comienzo de sus estudios, para luego realizar un seguimiento de ese contacto a las cuatro y siete semanas después y comprobar cómo había evolucionado la relación.

Invertir tiempo en crear amistades

De este modo, la investigación revela que se necesitan entre 40 y 60 horas para entablar una amistad casual; entre 80 y 100 horas para pasar a ser amigos; y más de 200 horas para convertirse en buenos amigos. “Cuando los jóvenes conectan, lo hacen con fuerza”, sostiene Hall.

“Desde que las personas pasan de un nivel a otro en una amistad, duplican o triplican la cantidad de tiempo que pasan con esa otra persona a las tres semanas”, según el científico. Al mismo tiempo, afirma: “Incluso encontré estudiantes de primer año que pasaban un tercio de todas las horas de un mes con un buen amigo”.

Pero no se trata simplemente de querer ser amigo de alguien. Según este experto, la otra parte también tiene que estar interesada. Además, como señala Hall, “los más jóvenes harían bien en invertir ese tiempo”. Y es que, de acuerdo con estudios anteriores, las amistades consolidadas se asocian con la felicidad en etapas posteriores de la vida.

Por ejemplo, en 2015, una investigación aseguraba que tener amigos es un indicador importante de la felicidad y la satisfacción vital. Sin embargo, a pesar de estos beneficios, las personas no siempre dan prioridad a pasar tiempo con ese

entorno. Por lo que, según los expertos, es importante gestionar adecuadamente el tiempo que se dedica a las amistades.

“La cantidad de tiempo y el tipo de actividad compartida con un compañero pueden considerarse inversiones estratégicas para saciar las necesidades de pertenencia a largo plazo”, en palabras de Hall.

“No puedes obligar a la gente a pasar tiempo contigo, pero puedes invitarles”, argumenta el científico. En su opinión, “debemos convertir en una prioridad” el hecho de pasar tiempo con posibles amigos. “Si te interesa una amistad, cambia el contexto; si trabajáis juntos, salid a comer o tomar algo. Estas cosas indican a la gente que te interesa ser su amigo”, concluye.

Fuente: muyinteresante.