

نوجوانان و مسأله دوستی درخت دوستی بنشان



گاه نوجوان خلاف نظام ارزش های خانواده حرکت کرده و به زبان خودشان، به همه همه درونش گوش فرامی دهد که هر روز او را به یک سمت می خواند

الهام اسماعیلی
نویسنده



روزهای ابتدایی بلوغ جسمانی شروع ورود به فصل جدیدی از زندگی انسان است که نوجوانی نام دارد. این دوره برای کودک دیروز و نوجوان امروز، جدید و غیرقابل درک است. با جسمی که در حال رشد و قوی تر شدن است، همراه با ذهنی که آشفته است، (آشفته ناشی از آپدیت سنگین سیستم عامل مغز) به جامعه و محیط های آموزشی وارد می شود. در پی یافتن خود و جایگاه خودش در هستی است، می خواهد برای خودش فارغ از خانواده ای که دارد

یکی از این صداها از یک میل و نیاز در نوجوان می گوید، نیاز به ارتباط با همسالان که آنها نیز چون خودش در حال رشد و تغییر هستند. با افراد مختلف طرح دوستی می ریزد و به عنوان یک موجود اجتماعی سعی در برقراری ارتباط دارد. بعضی از این ارتباط ها در همان نطفه خفه شده و به مرحله بعدی که اثرگذاری و نقش پذیری ست، نمی رسد. بعضی از ارتباط ها نیز با اسم فامیلی صدا کردن همدیگر گذر می کنند و تبدیل به یک دوستی صمیمانه می شوند. اینجاست که شاهد اولین تلاش نوجوان برای افشای درونیاتش به یک فرد غیر از خانواده ایم و آن اتفاق که دوستی نام دارد، شکل می گیرد. دوستی با همسالان یک عامل ضروری برای تحولات مثبت در نوجوان است و خطر ابتلا به بیماری روانی را در آنها کاهش می دهد. حس هويت داشتن را

سایر نوجوانان داشته باشند. تعامل مکرر با دوستان همدل برای نوجوانان فرصت انتخاب دوستی همدلانه را فراهم می کند. در این میان نوجوانان گفت و گو درباره نیازهای همه افراد گروه را یاد می گیرند و از افکار، نیت و احساسات دیگری باخبر می شوند. در پژوهش های مختلف روانشناسی از بررسی میزان مهارت های ارتباطی نوجوانان با گروه همسالان این نتیجه حاصل شده است که افراد همدل جذب یکدیگر می شوند و در ارتباط با یکدیگر، به هم افزایی مثبت و همدلانه می پردازند و در تقویت مهارت هایی که گفته شد، به هم کمک می کنند. نوجوانانی که کمی بدخلقی دارند



دوستی با همسالان یک عامل ضروری برای تحولات مثبت در نوجوان است

یا تمایل دارند جذب گروه هایی با رفتارهای پرخطر (اعمال خشونت، مصرف دخانیات) شوند به راهنمایی و مشاوره برای انتخاب دوست نیاز دارند. در این میان نقش راهنمای تربیتی یا مشاور می تواند گره گشا باشد تا از افراد همدل که در محیط آموزشی شناخته شده اند، بخواهد تا نوجوان های مدنظر را در گروه های

خودشان جای دهند. با آنها مرادوه کنند و آنها از رشد در جهت منفی بازداشته شوند. البته کار سختی است که در این عصر دیجیتال، ارتباط ها محدود به مدرسه و دیدارهای حضوری نیست، ارتباط دوستی ها بی وقفه ادامه دارند و این تمایل به خودابزارگری و گفت و گو میان نوجوان تمامی ندارد. اگر نوجوان درونگرا نیز باشد و در جمع یا گروه ها ساکت باشد، بالاخره یک دوست امن را پیدا می کند تا برای او شروع به صحبت کند.

حضور در شبکه های اجتماعی متنوع از سوی نوجوان یک وجه تارک و خطرناک نیز دارد. در این شبکه ها افراد زیادی هستند که از نیاز به دوستی نوجوانان در گروه های مختلف سوء استفاده می کنند. نوجوان نباید با دیدن چند تصویر و خواندن متن ها به فرد اعتماد کنند و اصل در این شبکه ها بر بی اعتمادی است. بسیار بودند افرادی که با تغییر هويت خود، نوجوانان را فریب دادند. خوب است والدین در این مورد این آگاهی را به نوجوان دهند و از آنها بخواهند برای طرح ریزی یک دوستی از ارتباط حضوری شروع کند و بعد آن دوستی را به صورت مجازی پی گیرد یا اگر با فردی آشنا شد حتماً درباره او با خانواده یا دوست مورد اعتمادش صحبت کند، احتمال دارد در اثر غلیان احساس و عواطف دچار اشتباه در انتخاب و ارتباط شده باشد و لازم است همراه با یک عقل سلیم درباره دوستی هایش مشورت کند.



گاه والدین با انتخاب مدرسه ای متناسب با معیارهای هویتی و اصیل خودشان، شرایط هويت يابی را برای نوجوان فراهم می کنند و هويت او را می سازند

در آنها تقویت می کند. دوستی مثبت با همسالان منجر به پایه ریزی سلامت روان و روابط اجتماعی در بزرگسالی می شود و در ادامه زندگی به داشتن کارآمدی شغلی و داشتن روابط عاشقانه رضایت بخش کمک می کند. دوستی با افراد سالم، روابط بین فردی را در نوجوانان بهبود می بخشد.

از جمله مهم ترین توانایی بین فردی در انسان، «همدلی» است. همدلی یعنی توانایی درک و وضعیت روانی طرف مقابل، شریک شدن در احساسات یکدیگر و خوبی دیگری را خواستن. در بین گروه های همسالان در نوجوان که اغلب در محیط آموزشی با یکدیگر مرادوه و دوستی دارند، دوستان همدل می توانند نقش الگو را برای