

پل نوجوانی

مقررات عبور از کودکی به بزرگسالی

کارشناس: علیرضا متولی



یکی از مشکلات مهم نوجوانان، ارتباط است. آن‌ها نمی‌توانند به خوبی با دیگران ارتباط برقرار کنند. درست است. دلیلش هم این است که در جاده زندگی خود به یک پل رسیده‌اند. این پل، آن‌ها را از سرزمین کودکی به سرزمین جوانی و بزرگسالی می‌رساند. اما این پل طولانی است و چند سالی باید روی این پل راه بروند. برای راه رفتن روی این پل با مشکلاتی روبه‌رو می‌شوند. از یک طرف عده‌ای آن‌ها را هنوز کودک می‌بینند و عده‌ای از آن‌ها انتظار دارند مثل بزرگ‌ترها عمل کنند

یک مشکل دیگر درگیری با مسائل بلوغ جسمی است. مشکل دیگر هم به بلوغ روحی بر می‌گردد. نوجوانی دوره تمرین دوست‌یابی است و هر نوجوانی حداقل یکی دو تا دوست صمیمی دور و بر خود دارد. از طرفی معمولاً نوجوان‌ها کمی از خانواده خود کنار می‌کشند و در خانه معمولاً دوست دارند تنها باشند. دلیل این رفتارها یک چیز است، **کشف خود**. بله نوجوان‌ها با این کارشان در حقیقت خودشان را کشف می‌کنند، اما چون تازه پا روی پل نوجوانی گذاشته‌اند، گاهی مقررات راه رفتن روی این پل را نمی‌دانند. من در این‌جا فقط به یک مشکل اشاره می‌کنم و آن مشکل ارتباط با دیگران است. هر ارتباطی قواعد و قوانین خود را دارد. ناآشنایی با قوانین ارتباط معمولاً آن‌ها را دچار مشکل می‌کند. بعضی نوجوان‌ها با خانواده خود و نیز دوستان خود درگیری دارند و گاهی این درگیری‌ها به دعوا می‌کشد. در شماره گذشته گفتیم که با دیگران نمی‌توانیم کشتی بگیریم و باید درگیری با دیگران را به صحنه شطرنج بیاوریم. جایی که با فکر کردن و رعایت اصول در مسابقه‌ای شرکت می‌کنیم که برنده و بازنده ندارد. در هر دعوایی که با مشاجره انجام شود دو طرف بازنده هستند و ما می‌خواهیم مشکلات ارتباطی را با فکر و اندیشه حل کنیم تا دو طرف احساس برنده شدن داشته باشند. اصولاً باید یاد بگیریم که چه‌طور مشکلات مان با دیگران را به دعوا نکشانیم. این کار اصولی دارد.

قاعده‌های بازی زندگی

۱ هر کس با دیگری فرق دارد

این فرق‌ها در زمینه‌های مختلف است. یکی زیباست، یکی کمتر زیباست، یکی فکر می‌کند زیباست، یکی دیگر فکر می‌کند او از دیگران زیباتر است. یکی باهوش است، یکی کمتر باهوش است یکی هم هوش معمولی دارد. یکی فکر می‌کند با هوش است. یکی هم فکر می‌کند او از همه بهتر می‌فهمد، یکی هم فکر می‌کند دیگران از او بهتر می‌فهمند. یکی صبور است و دیگری زود از کوره در می‌رود. باید این تفاوت‌ها را بشناسیم. وقتی طرف مقابلمان را شناختیم، می‌توانیم بر اساس روحیه او ارتباطمان با او را برنامه‌ریزی کنیم.

۲ گاهی لازم نیست بازی کنیم

با بعضی‌ها نمی‌شود بازی کرد. بهترین بازی در این‌جا بازی نکردن است. می‌توانیم با کسی دوست باشیم اما ارتباطمان با او را به جایی نکشانیم که همیشه با او درگیر باشیم. اگر دوستی داری که نمی‌توانی با او به یک نقطه اشتراک برسی، پس ارتباطت با او را به حداقل برسان.

۳ برای مات نشدن و مات نکردن برنامه‌ریزی کنیم

همیشه باید سعی کنیم مات نشویم و زرنگ کسی است که سعی می‌کند کسی هم مات نشود.

۴ گاهی باید حس بردن را به طرف مقابل بدهیم

ممکن است در یک مسئله بین تو و دوستت حق با تو باشد و تو با توجه به قوانین ارتباط، به او اثبات کردی که حق با توست. اما هرگز نباید این موضوع را به رخ او بکشی. باید به او این حس را بدهی که شخصیت او برایت مهم است. به او بفهمانی که دوستش داری و از او تشکر کنی که با تو طوری رفتار کرد که می‌توانی به دوست بودن با او افتخار کنی.

۵ من مهمتر از دیگران هستم

این را باید بدانی که مهمترین فرد در زندگی تو - از جهتی خودت هستی. اگر کسی بخواهد به شخصیت و هویت تو لطمه بزند، می‌توانی به راحتی از او دور شوی. این کار را باید بدون این‌که او متوجه شود، انجام بدهی.

در شماره بعد، به اصول دیگر اشاره می‌کنم.