

فصل سوم. عضو گروه بودن

بعضی کودکان در روابط اجتماعی موفق‌اند اما در گروه نه! ممکن است ناتوانی در پیوستن به گروه، تجربه تلخی برای کودکان باشد. کودکان منزوی هر چه بزرگ‌تر می‌شوند، بیشتر در معرض خطر طیف گسترده‌ای از مشکلات (افت تحصیلی تا سوءمصرف مواد مخدر) هستند. در این بخش، دانش‌آموزان مهارت‌های مختلفی می‌آموزند که به آن‌ها کمک می‌کند تا در گروه‌ها پذیرفته شوند و حتی بتوانند رهبر و سرگروه بشوند.

مهارت‌های عضویت در گروه (به‌ویژه در کلاس) مهم‌اند. رفتار دانش‌آموزان در کلاس به‌اندازه توانایی ذهنی‌شان، در موفقیت آن‌ها مؤثر است. معمولاً آموزگار به دانش‌آموزی که در گروه به‌خوبی رفتار می‌کند زمان و توجه بیشتری اختصاص می‌دهد اما خوب، موفق بودن در گروه کار راحتی نیست. موفق بودن در گروه شامل مهارت‌های مختلف، بدهستان و توانایی اثبات خود می‌شود و البته این روند زمان‌بر است.

کلاس‌های درس اساساً گروه‌های اجتماعی‌اند و همه گروه‌های اجتماعی سلسله‌مراتب دارند. وقتی این سلسله‌مراتب تثبیت شد، برای دانش‌آموزی که به‌عنوان فردی «متفاوت» و «خسته‌کننده» شناخته شده است، بسیار سخت خواهد بود که جایگاه اجتماعی خود را تغییر بدهد؛ البته این‌طور نیست که این دانش‌آموزان، دیگر نتوانند در گروه موفق باشند. آن‌ها باید گروه دیگری (در یا بیرون از مدرسه) پیدا کنند؛ جایی که امکان پذیرفته‌شدن‌شان بیشتر باشد.

کودکان معمولاً در گروه‌های همسالان (با ویژگی‌های مشترک) بهتر عمل می‌کنند. کمک کردن به کودکان برای شناسایی علایقشان (مانند رایانه، محیط زیست، خدمات اجتماعی، حیوانات و...) نخستین گام در راهنمایی آن‌ها برای عضویت در گروهی است که بیشتر به آن‌ها شبیه باشد.

گروه‌های متشکل از کودکان و بزرگسالان، دقیقاً شبیه گروه‌هایی که همه اعضای آن کودک هستند نیست اما همچنان برای آموختن مهارت‌های اجتماعی به کودکان مفید است. برای مثال، دوره‌های خانوادگی در آموزش نوبت‌گیری، احترام به نظر دیگران و پیشنهاد دادن مفیدند.

مهارت ایجاد دوستی

* پیوستن به گروه

تا حالا درباره راه‌های عضو شدن در گروهی‌هایی که دوست دارید فکر کرده‌اید؟ مردم در طول زندگی در گروه‌های اجتماعی مختلفی عضو می‌شوند. گروه‌های ورزشی، فرهنگی، تفریحی، هنری و...! یک کلاس نیز یک گروه است و همکلاسی‌های شما اعضای این گروه‌اند و هر روز در مدرسه با هم هستید. زندگی یک کودک (و همچنین یک بزرگسال) پر از گروه‌های مختلف است.

* آشنایی با آدم‌های تازه

اگر بخواهید با کسی دوست شوید چه می‌کنید؟ معمولاً ملاقات با کسی که می‌خواهید با او دوست شوید و شناختن او، راحت نیست و زمان‌بر است.

اولین قدم، شروع گفت‌وگوست. به چیزهایی فکر کنید که ممکن است برای یک نفر جالب باشد. چیزهایی که احتمالاً هر دوی شما تجربه کرده‌اید؛ مانند، «دیشب فوتبال را دیدی؟» یا «باورت می‌شود چقدر تکلیف ریاضی داریم؟»

وقتی گفت‌وگو را شروع کنید، معمولاً نفر دیگر نیز به شما ملحق می‌شود و آن‌وقت در مسیر ایجاد دوستی خواهید بود. وقتی با کسی احساس راحتی کردید، می‌توانید پی کارها و برنامه‌های مشترک بروید!

مهارت ارتباط اجتماعی

* پرسیدن

برای فهمیدن چیزهایی دربارهٔ یک موضوع، بهترین راه پرسیدن است. وقتی می‌پرسید، نشان می‌دهید دیگران برایتان جالب‌اند و همین باعث ادامهٔ گفت‌وگو می‌شود. همچنین پاسخ پرسش‌ها به شما می‌آموزد و کمک می‌کند تا دوست بهتری باشید.

مهارت همدلی، تعامل اجتماعی و احترام

* شریک شدن

نظرتان دربارهٔ شریک شدن با دیگران چیست؟ سخت است؟ چرا؟ آیا با شریک شدن نتیجه و شرایط بهتر خواهد بود؟ چرا؟
آموختن شریک شدن با هم، برای برخی از دانش‌آموزان دشوار است زیرا به معنای دادن چیزی است؛ اما این یعنی بخشندگی و فکر کردن به نیازهای دیگران. وقتی چیزی را با کسی شریک می‌شوید، احساس خوبی دارید زیرا با فرد دیگری خوب بوده‌اید. وقتی کسی، چیزی را با شما شریک می‌شود، احساس خوبی دارید زیرا آن‌ها به فکر شما بوده‌اند.

* همکاری

همکاری یعنی افراد برای دستیابی به یک هدف مشترک با هم کار کنند. مثلاً برای انجام یک پروژهٔ درسی یا برای انجام کاری لذت‌بخش در اوقات فراغت.

همکاری و همفکری باعث صرفه‌جویی در وقت می‌شود و کلاً آدم دربارهٔ همکاری حس بهتری دارد و در حین انجام کارها بیشتر خوش می‌گذرد زیرا با فرد دیگری تعامل می‌کنیم و او را بهتر می‌شناسیم.

* قانون‌مداری

دربارهٔ پیروی از قانون فکر کرده‌اید؟ فکر کرده‌اید اگر پیروی نکنیم چه می‌شود؟ قوانین به ما می‌گویند که چگونه رفتار کنیم. برخی قوانین باید همیشه رعایت شوند تا مردم آسیب نبینند یا اتفاق بدی نیفتد. «دزدی نکن»، «تقلب نکن» و «راست بگو»، قوانینی‌اند که همیشه باید رعایت شوند.

گروه نیز قانون دارد. مثل این که «حرف دیگران را قطع نکن»، «از کلمات بد استفاده نکن» و «حرف ناراحت‌کننده نزن». بدون قانون، همراهی و هم‌گروهی خیلی سخت می‌شود.

اما بعضی قوانین کمی انعطاف‌پذیرترند؛ مثلاً اگر ساعت خواب شما ساعت 9:30 شب باشد، شاید مادرتان آن را «خم» کند و گاهی به شما اجازه دهد بیشتر بیدار بمانید!

تعبیر قانون فقط وقتی مجاز است که در پی آن کسی آزار نبیند. ما در گروه نیز قوانینی داریم که منعطف‌ترند و مثلاً اگر کاری می‌کنیم که اعضا دوست ندارند، می‌توانیم تغییرش دهیم!

* شکیبایی و تحمل

موقع بازی، شکیبایی مهم است یا وقتی کارها دقیقاً همان‌طور که می‌خواهید یا انتظار دارید پیش نمی‌روند. فرض کنید برای تیم فوتبال انتخاب نشده‌اید یا بدترین قسمت کیک به شما رسیده است و یا تصادفاً تویی به شما می‌خورد. اگر بتوانید این مسائل را به‌عنوان اتفاق‌هایی که گاهی رخ می‌دهند، بپذیرید (و بدانید که کسی قصد آزار شما را ندارد)، صبور و شکیبایا هستید!

* پرورش هویت گروه

افراد در رفتار و شخصیت، تفاوت‌ها و شباهت‌هایی دارند. گروه‌ها بر مبنای شباهت‌ها و اشتراک‌های اعضا ساخته شده‌اند. مثلاً اعضای بعضی گروه‌ها باغبان‌اند یا اعضای بعضی گروه‌ها کارت‌های تجاری جمع می‌کنند یا گروه‌های خدمات اجتماعی برای کمک به دیگران تشکیل شده‌اند.

این علایق مشترک، اساس هویت گروه‌اند و هویت، به اعضا حس اهمیت و تعلق و غرور و شادمانی می‌دهد. گروه‌ها راه‌های مختلفی برای بیان هویت دارند؛ اسم، لباس، نمادی که نشانگر گروه است یا حتی شیوه خاص دست دادن!

* پذیرش تفاوت

برای سازگاری با دیگران باید در مواجهه با تفاوت‌ها بردبار باشید. دنیا پر از آدم‌هایی با فرهنگ‌ها، نژادها و ویژگی‌های متفاوت است. اگر به تفاوت‌ها احترام بگذاریم، می‌توانیم از همدیگر یاد بگیریم.

مهم نیست افراد چقدر خودشان یا رفتارشان متفاوت است، ما باید همیشه با آنان مهربان باشیم. شناخت کامل و واقعی افراد (فارغ از ظاهر، رفتار و لهجه آن‌ها) زمان‌بر است. راستی اگر آدم‌ها شبیه هم بودند، جهان جای کسل‌کننده‌ای نمی‌شد؟

مهارت شناخت خود

* شناخت الگو

الگو یک شخص تحسین‌برانگیز است. کسی که شما ارزش‌ها و زندگی او و چیزهایی را که برایش مهم است تحسین می‌کنید. شما به او احترام می‌گذارید و گاهی می‌خواهید کاملاً شبیه او شوید.

مهارت ایجاد دوستی

* دوستان واقعی

بچه‌ها خیلی دلشان می‌خواهد که عضو یک گروه محبوب باشند؛ اما گاهی بعد از عضویت و آشنایی با اعضای گروه، متوجه می‌شوند که خیلی هم آن‌ها را دوست ندارند. شاید گاهی صرف عضویت در یک گروه خاص، شما را خوشحال نکند پس بهتر است دوستانی داشته باشید که به شما اهمیت می‌دهند و با شما خوب رفتار می‌کنند.

* دارودسته

دارودسته گروهی است که از نظر ظاهر و رفتار شبیه هم‌اند. معمولاً اعضای دارودسته اجازه نمی‌دهند بقیه وارد گروهشان شوند و همین باعث می‌شود از خودراضی و پرافاده به نظر بیایند. مسئله مهم این است که اعضای دارودسته‌ها خیلی تلاش می‌کنند تا با گروه سازگار شوند و خودشان را لایق عضویت در گروه نشان دهند. آنان باید همیشه سرحال و آماده باشند و آنچه را گروه درست می‌داند، انجام دهند؛ باید یک‌جور لباس بپوشند و شبیه هم باشند که مسئله‌ای پر فشار است. اگر نتوانند، از گروه اخراج می‌شوند. اگر شما عضو دارودسته‌ای نیستید و می‌خواهید که باشید، یادتان باشد که نباید دوستی را محدود کنید. بهتر است گروه متنوعی از دوستان داشته باشید که از آنان چیزهای گوناگونی یاد بگیرید و تجربیات مختلفی داشته باشید.