



با آغاز دوره نوجوانی (۱۸-۱۲ سالگی)، زندگی آرام نوجوان و اعضای خانواده دگرگون می‌شود. ظهور نیازها و رفتارهای جدید و ناشناخته، تغییرات محسوس در ابعاد بدنی، روانی، فشارها و خستگی‌های ناشی از بلوغ، سرعت چشمگیر رشد و عوامل بسیار دیگری نوجوان را گیج و سردرگم می‌سازد. رفتارهای آرام او به سرعت تغییر کرده، آهنگ خشونت و تنوع به خود می‌گیرد. مشاهده این تغییرات، والدین را نیز متحیر و مبهوت نموده، موجب می‌شود آن‌ها برای پیش‌گیری از واکنش‌های تند و غیرعادی نوجوان، معمولاً به مقابله پرداخته، رفتارهای مشابهی از خود بروز دهند. والدین در اوایل و حتی اواسط دوره نوجوانی، به‌رغم

## تأثیر خانواده و گروه همسالان بر نوجوان

داریوش سلطانی فتوت

نقل از: روزنامه ابرار

در قضاوت درباره یکدیگر مخدوش و تحریف شود. از نظر والدین، فرزند آن‌ها نه تنها همان کودک سر به راه و مطیع سابق نیست، بلکه بسیار گستاخ و ناسپاس نیز شده است. از نظر نوجوان نیز، والدین همان افراد بی‌عیب و نقص

مشاهده عوارض بلوغ، هنوز نوجوان خود را به صورت کودک نگریسته، مانند دوران کودکی با او رفتار می‌کنند. گاهی نیز وی را بزرگ‌سال تلقی کرده، انتظارات متضادی از آن‌ها دارند. استمرار نگرش‌ها و انتظارات متضاد والدین در این دوره موجب خشم و نگرانی نوجوان شده، ناخودآگاه او را مجبور به انجام رفتارهای دفاعی و خصمانه می‌نماید. ادامه چنین روندی موجب می‌شود که به تدریج ذهنیت نوجوان و والدین

آن دسته از استعدادهایی است که روند اجتماعی شدن و بلوغ عاطفی - روانی آن‌ها را به طور غیرقابل انکاری تسهیل می‌نمایند. در ادامه بحث به برخی از تأثیرات سودمند چنین معاشرت‌هایی اشاره خواهد شد، ولی قبل از بیان این تأثیرات به بررسی اجمالی نگرش‌های متنوع والدین در مورد نقش دوستان و همسالان بر شخصیت نوجوان می‌پردازیم، زیرا میزان و کیفیت معاشرت نوجوانان با یکدیگر و هم چنین نوع تأثیرپذیری (خوب و بد) آن‌ها از چنین معاشرت‌هایی در وهله اول به نوع نگرش و نظارت والدین به این گونه معاشرت‌ها و متعاقب آن به میزان آزادی‌های داده شده به نوجوانان در این خصوص بستگی دارد. خانواده‌های بسیاری را می‌شناسیم که با افراط یا تفریط در تأمین این نیاز نوجوانان، به بیراهه رفته و زمینه‌ساز بروز بحران‌ها و انحرافات گوناگون در نوجوان خود شده‌اند.

به طور کلی می‌توان نگرش‌های والدین در این باره را به چهار دسته طبقه‌بندی کرد:

الف: نگرش ایستا و بازدارنده: گروهی از والدین وجود دارند که گذران اوقات فراغت فرزندان در منزل یا صرفاً در معیت اعضای خانواده را ارزش تلقی نموده، با به‌کارگیری شیوه‌های گوناگون انضباطی و محدود کننده سعی می‌کنند که فرزندان خود را از همان کودکی به اصطلاح، خانگی و سالم بار آورند. زیرا آن‌ها معتقدند معاشرت فرزندان با همسالان نتیجه‌ای جز بدآموزی و انحراف ندارد. نوجوانان متعلق به چنین خانواده‌هایی معمولاً در مجامع مختلف و خصوصاً در جمع همسالان، افرادی کمرو و خجالتی و

و قابل اتکای سابقه نبوده، قادر به درک آن‌ها نیستند. به این ترتیب نوجوان به تدریج خود را بزرگ‌تر و فضای روانی خانه و خانواده را کوچک‌تر از سابق می‌یابد. وضعیت جدید، آن‌ها را آشفته می‌کند و در محیط‌های دیگری به جز محیط خانواده به جست‌وجوی امنیت می‌پردازند. این نوجوانان در محله‌ها، مدارس، کلوب‌های ورزشی، هنری، علمی، مساجد، پارک‌ها و... یکدیگر را در می‌یابند و از آن‌جا که همگی نیازهای بالقوه مشترکی (صرف نظر از شدت نیاز) دارند و به خوبی نیز قادر به درک و همدلی با یکدیگرند، گردهم آمده، به تدریج گروه دوستان، همسالان را تشکیل می‌دهند. دوستان نیازهای روانی - اجتماعی نوجوان را تا حد زیادی تأمین می‌کنند و به او احساس امنیت می‌بخشند.

نوجوان از معاشرت با دوستان غرق لذت می‌شود و به تدریج رابطه‌اش را با آن‌ها محکم‌تر می‌سازد و بدین ترتیب از میزان ارتباطش با خانواده کاسته می‌شود. ذکر این نکته لازم است که گرایش نوجوانان به سوی دوستان و همسالان، حتی در خانواده‌هایی که واکنش‌های صحیحی در مواجهه با تغییرات رفتاری نوجوان خود دارند نیز امری طبیعی تلقی می‌شود. به عبارت بهتر بروز چنین گرایشی در نوجوان، لزوماً در ارتباط با طرز تلقی یا نحوه عملکرد (صحیح یا غلط) والدین شکل نمی‌گیرد، بلکه بخش اصلی این گرایش‌ها ناشی از تغییرات مربوط به بلوغ و شکل‌گیری نیازهای جدید و متنوعی است که در ضمن بحث به برخی از آن‌ها اشاره خواهد شد.

نکته حائز اهمیت این است که معاشرت نوجوانان با یکدیگر زمینه‌ساز رشد و شکوفایی

می‌پردازند. برخی از ویژگی‌های شخصیتی آن‌ها عبارت‌اند از: خودمحوری، هرج و مرج طلبی، فقدان یا ضعف شدید در احساس مسئولیت‌های فردی و اجتماعی و... این ویژگی‌ها توانایی نوجوان در زندگی اجتماعی و معاشرت با همسالان و بزرگ‌سالان را شدیداً کاهش می‌دهد. گروه دوستان و همسالان نیز با توجه به هدف و کارکردی که دارند معمولاً دو نوع واکنش در مقابل چنین نوجوانی از خود نشان می‌دهند که عبارت‌اند از: ۱- نوجوان را از جمع خود طرد می‌کنند ۲- نوجوان را تا زمانی که در خدمت اهداف گروه (به خصوص رهبر گروه) باشد، مورد پذیرش و حمایت قرار می‌دهند.

این دسته از نوجوانان اغلب در جریان زندگی با شکست‌های متوالی مواجه می‌شوند و روحیه‌ای متزلزل و افسرده دارند و آینده در نظر بسیاری از آن‌ها مبهم و گاه ترسناک است.

ج - نگرش متزلزل و تخریبی: گروه سوم والدینی‌اند که گرفتار نوعی بلاتکلیفی در ارائه واکنش‌های صحیح در مقابل گروه‌گرایی فرزندان خود می‌باشند. زیرا آن‌ها با اطلاعاتی که از منابع مختلف دریافت کرده‌اند تا حدودی نسبت به تأثیرات مثبت معاشرت نوجوان با دوستان و همسالان خود آگاهی یافته‌اند، ولی بنا به عللی از جمله وجود بدبینی ناشی از تجارب ذهنی خود و دیگران در این زمینه، قادر به ایفای نقش مطلوب نیستند. لذا میزان آزادی‌ها یا میزان محدودیت‌های تحمیل شده به نوجوان با انتظارات رشدی و طبیعی آن‌ها در این دوره تناسب نداشته، معمولاً اختلاف‌ها و مشاجراتی بین نوجوان و والدین شکل می‌گیرد.

گوشه‌گیرند. آن‌ها پختگی و تجربه لازم در برقراری روابط اجتماعی با دیگران و به‌خصوص همسالان را ندارند و در داخل خانواده نیز غالباً افرادی پرخاشگرند که عمدتاً اعضای کوچک‌تر خانواده را مورد اذیت و آزار قرار می‌دهند. گاهی رفتارهای انزواطلبانه این دسته از نوجوانان در مدارس نیز تقویت می‌شود، زیرا آن‌ها هیچ‌گونه مزاحمتی برای اولیای مدارس یا سایر دانش‌آموزان ندارند و غالباً به عنوان یک دانش‌آموز با اخلاق مورد تعریف و تمجید قرار گرفته، در درس انضباط نمره بیست (تشویق منفی) می‌گیرند.

ب - نگرش آزادمنشانه افراطی: گروه دیگری از والدین وجود دارند که طرفدار اصل آزادی در روابط اجتماعی فرزندان خود هستند. در این نوع خانواده‌ها، والدین نظارتی بر امور فرزندان ندارند و اعضای دیگر خانواده نیز در امور یکدیگر دخالتی نمی‌کنند. نوجوان با آزادی کامل و بدون هیچ‌گونه مانعی با هر گروهی که تمایل داشته باشد معاشرت می‌کند. او در رفت و آمدها محدودیت زمانی و مکانی ندارد و گاه شب‌ها را نیز در کنار دوستان به صبح می‌رساند. در این نوع خانواده‌ها تجمع اعضای خانواده برای صرف غذا یا دید و بازدیدهای فامیلی و... به‌طور تصادفی یا ندرتاً اتفاق می‌افتد. روابط بین اعضا نیز غالباً سرد و متزلزل است و آثار متزلزل در رفتار نوجوان این نوع خانواده‌ها قابل مشاهده یا پیش‌بینی است. در غالب موارد نوجوانان متعلق به این نوع خانواده‌ها در تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب‌های خود تابع اصل لذت‌طلبی صرف‌اند و ترجیحاً با افرادی که شبیه خودشان می‌باشند، به معاشرت

فراهم می‌آورند. نگرش این گروه از والدین در مورد تأثیرات دوستان و همسالان واقع‌گرایانه و مثبت است، ولی در عین حال سعی می‌کنند با به‌کارگیری روش‌هایی که در پایان این نوشته به برخی از آن‌ها اشاره خواهد شد، احتمال تأثیرات نامطلوب چنین معاشرت‌هایی را به حداقل برسانند. نوجوانان متعلق به چنین خانواده‌هایی معمولاً از عزت نفس بالایی برخوردارند و با اعتماد به نفس لازم به معاشرت سالم با همسالان می‌پردازند و به جای تأثیرپذیری صرف و مسئله‌دار از دوستان و همسالان، به عنوان رهبر و الگو مورد پذیرش همگان خود قرار می‌گیرند. به طور کلی گروه‌های دوستان و همسالان یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در رشد و تکامل شخصیت آدمی در دوره نوجوانی به شمار می‌آیند. به عقیده

این مشاجرات انگیزه نوجوان را در هم‌زیستی و معاشرت‌های بیش‌تر با دوستان تقویت می‌کند و موجب می‌شود که گاهی آن‌ها در مقابل والدینشان ایستادگی و مقاومت شدید از خود نشان دهند. گاهی نیز نوجوانان با تبعیت از یک الگوی رفتاری مشترک توافق شده گروهی سعی می‌کنند که والدین را به تسلیم وا دارند.

د- نگرش پویا و سازنده: آخرین گروه والدینی‌اند که نسبت به نیازهای فرزندان خویش در مراحل مختلف رشد و زندگی حساس‌اند. آن‌ها نیاز نوجوان به معاشرت با همسالان خویش را درک کرده، با تشویق وی به عضویت در گروه‌های مختلف و هم‌چنین با راهنمایی عالمانه او در انتخاب صحیح دوست، زمینه‌های رشد همه‌جانبه نوجوان خویش را



۱- دوستان و همسالان، نوجوان را در "ابراز خود" یاری می‌دهند.

یکی از نیازهای مهم دوره نوجوانی، نیاز به "ابراز خود" است. ابراز خود رفتاری است که فرد به وسیله آن، توانایی‌ها، اندیشه، اعتقادات، عواطف و احساساتش را به سایرین ابراز می‌کند. این نیاز در دوره نوجوانی نمودی آشکار دارد و ناکامی نوجوان در تأمین آن

مورس دپس دوستی‌های دوران بلوغ و نوجوانی باعث تجاربی می‌شوند که در توسعه شخصیت نوجوان نقش مهمی دارند. این تجارب باعث دوستی‌های عاقلانه‌تری در دوران بزرگسالی می‌شوند، دوستی‌هایی که بر اساس علاقه و اعتماد متقابل استوار است. این دوستی اولین احساس نوع دوستی را در نوجوان ایجاد می‌کند. دوستی‌ها در دوره



زمینه‌ساز بسیاری از رفتارهای نابهنجار است. رفتارهایی همچون کمرویی، ترس و نگرانی، احساس حقارت و ایجاد محدودیت عمدی در برقراری روابط اجتماعی و متقابل با دیگران و... نوجوان می‌کوشد تا به اشکال مختلف خود را مطرح کند و احترام و توجه دیگران را نسبت به رفتارها و اندیشه‌هایش برانگیزاند. تلاش‌های اولیه نوجوان در این ارتباط معمولاً

نوجوانی بر اساس یک نیاز اجتماعی و برای ایجاد روابط سالم و سازنده است. شخصیت اجتماعی نوجوان در حال شکل گرفتن است و بر این اساس رفاقت‌ها نقش عمده‌ای در اجتماعی شدن آنان ایفا می‌کند.

با توجه به مطلب فوق اینک به ذکر برخی از تأثیرات روان‌شناختی گروه‌های دوستان و همسالان بر شخصیت نوجوان می‌پردازیم.

آن‌ها معمولاً در چنین موقعیت‌هایی دچار اضطراب می‌شوند و علائمی همچون تغییر رنگ چهره، پشش شدید قلب، تعریق، خشک شدن لب‌ها، اختلال در حافظه و... را از خود نشان می‌دهند.

ترس از "ابراز خود" و واکنش‌های مرتبط با آن در موارد بسیاری از بزرگسالان ناشی از فقدان یا ضعف معاشرت فرد با دوستان و همسالان در دوران کودکی و نوجوانی می‌باشد. "ابراز خود" علاوه بر دارا بودن تأثیرات یاد شده، حائز نتایج مطلوب دیگری نیز می‌باشد که برخی از آن‌ها به شرح زیرند:

الف - نوجوانان با ابراز احساسات و عواطف خود به یکدیگر از میزان وابستگی‌های عاطفی خود به والدین کاسته، به استقلال نسبی در این زمینه دست می‌یابند. آن‌ها با بیان مشکلات خویش در بین دوستان تا حدود زیادی هیجانات مخرب خویش را کاهش داده، به یک آرامش نسبی می‌رسند. به خصوص آن‌که دوستان نیز در این‌گونه موارد با آن‌ها هم‌دردی و هم‌نوایی نموده، به اشکال مختلف در مقابل تمهیدات خانواده از آن‌ها حمایت می‌کنند.

"ابراز خود" در بین دوستان و همسالان، توسعه و پرورش قدرت بیان، افکار و عقاید و هم‌چنین پرورش قوه ابتکار نوجوانان را به دنبال دارد. زیرا نوجوانان ضمن بیان آزادانه افکار و عقاید خود با افکار و عقاید سایر دوستان نیز آشنا شده، با بحث و بررسی یا تجدید نظر در آن‌ها به دیدگاه‌های جدیدتر و متنوع‌تری می‌رسند. دیدگاه‌های جدید به‌طور بالقوه می‌تواند زمینه‌ساز ابتکارات و خلاقیت‌های آن‌ها در آینده باشد.

سطحی و ناپخته است، ولی به تدریج و با کسب تجارب جدید، شیوه‌های معقول‌تری برای ابراز خود به کار می‌برد. به طور مثال آشکار ساختن قدرت یا زیبایی‌های جسمی، مخالفت کردن با بزرگسالان، اظهار نظر در امور مختلف، کنترل و نصیحت کردن یا پرخاشگری نسبت به اعضای کوچک‌تر و ضعیف‌تر خانواده، نمونه‌هایی از تظاهرات مربوط به "ابراز خود" می‌باشد. ولی آن چه از نظر تربیتی می‌بایست مورد توجه والدین قرار بگیرد این است که سیستم خانواده در دوره نوجوانی نمی‌تواند به تنهایی پاسخگوی این نیاز نوجوان باشد، زیرا توسعه ابعاد مختلف جسمانی - روانی نوجوان را وادار می‌کند تا در سیستمی وسیع‌تر از خانواده به مطرح کردن "خود جدید" بپردازد. در این میان دوستان و همسالان بهترین زمینه ممکن را برای نوجوان فراهم می‌نمایند. زیرا آن‌ها در معاشرت با یکدیگر در مورد افکار و عقاید خود آزادانه گفت و گو می‌کنند و توانایی‌ها و قابلیت‌های خود را ظاهر می‌سازند. توجه و پذیرش دوستان موجب افزایش اعتماد به نفس نوجوان می‌شود و به تدریج مهارت‌های لازم برای برقراری روابط متقابل با دیگران را کسب می‌نماید. فقدان چنین مهارت‌هایی در نوجوان موجب می‌شود که او در ارتباطات اجتماعی‌اش با مشکلات جدی مواجه شود. به طور مثال، بسیاری از این‌گونه نوجوانان تمایلی به بحث و گفت و گو در جمع ندارند و به خاطر ترس از تحقیر یا توجه دیگران حتی المقدور از حضور در چنین موقعیت‌هایی پرهیز می‌نمایند. برخی از دانش‌آموزان یا دانشجویانی که از خواندن مقاله یا ارائه کنفرانس در گروه‌های آموزشی طفره می‌روند مصداق مطلب فوق‌اند.

## ۲- دوستان و همسالان بر تصمیم‌گیری‌های نوجوان تأثیر می‌گذارند.

تصمیم‌گیری استعدادی است که به انسان کمک می‌کند تا برای تأمین نیازهایش، از بین راه‌ها و روش‌های موجود یکی را برگزیده، با انجام فعالیت‌های رضایت‌بخش تعادل روانی خویش را به نحو مطلوبی حفظ نماید و به‌عکس، ناتوانی در تصمیم‌گیری، فرد را در معرض تعارض قرار داده، استمرار چنین تعارضاتی نیز زمینه‌ساز پدیدآیی شخصیت‌های بیمار است.

دوره نوجوانی در مقایسه با سایر مراحل رشد آدمی، موقعیت‌های متعارض زیادی برای فرد ایجاد می‌کند. افزایش ناگهانی این موقعیت‌ها از یک سو، و ناپختگی نوجوانان در اتخاذ تصمیمات مناسب از سوی دیگر موجب می‌شود که آن‌ها دچار آشفتگی شوند و با مشاهده اندک ناملاطی، واکنش‌های تند و غیرعادی از خود نشان دهند. پرخاشگری‌های آنی، مخالفت، قهر یا پشیمانی‌های سریع نمونه‌هایی از این واکنش‌ها می‌باشند. به‌طور کلی دوره نوجوانی، دوره آزمایش و خطاست، دوره‌ای است که نوجوانان تصمیمات خود را در

زمینه‌های مختلف تغییر می‌دهند و راه و روش‌های متعددی را آزمایش می‌کنند. به‌طور مثال ممکن است که یک نوجوان ماه‌ها برای انتخاب یک سبک مطلوب آرایش موی سر، شیوه‌های متفاوتی را آزمایش کند و نظرات دوستان را با حساسیت ویژه‌ای مورد توجه قرار دهد. به هر حال رشد توان تصمیم‌گیری و هم‌چنین تصمیم‌گیری‌های سریع و مناسب نوجوانان در این دوره، نه تنها کاهش قابل توجه تعارضات و نگرانی‌های آن‌ها را به دنبال دارد،

بلکه این امر رشد اجتماعی و روانی آنان را در آینده تحت تأثیر قرار می‌دهد.

در این مورد نیز دوستان و همسالان نقش پر اهمیتی در پرورش استعداد "تصمیم‌گیری" نوجوان دارند. زیرا نوجوانان در جریان معاشرت‌های روزمره از تصمیمات یکدیگر و علل احتمالی این تصمیمات در زمینه‌های مختلف آگاه می‌شوند و با الگو قرار دادن برخی از آن‌ها دست به انتخاب زده، ناخودآگاه توان تصمیم‌گیری خود را مورد تقویت قرار می‌دهند و بدین ترتیب از تعارضات موجود در این دوره به نحوی رهایی می‌یابند. گاهی الگوها و راه‌های پیش‌نهادی والدین در زمینه‌های مختلف همچون زمینه‌های تحصیلی، شغلی، ورزشی، هنری و... مورد مخالفت نوجوان قرار می‌گیرند ولی چنان‌چه همین پیش‌نهادها به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم از جانب دوستان ارائه شود، به راحتی مورد پذیرش نوجوان قرار می‌گیرند. به‌طور نمونه نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که تصمیم به ادامه تحصیل یا رفتن به دانشگاه تحت تأثیر تصمیمات دوستان نوجوان بوده است.

## ۳- دوستان و همسالان، نوجوان را به رقابت وادارند.

نوجوان به نگرش و نظریات دیگران و به‌خصوص دوستانش درباره خود اهمیت زیادی می‌دهد. او با دریافت مستقیم و غیرمستقیم نظریات دوستان درباره خودش و هم‌چنین در جریان مقایسه ویژگی‌های خود با آن‌ها، به شناخت‌های جدیدی از ابعاد وجودی خویش می‌رسد. این شناخت‌ها موجب پیدایی تصویر جدیدی از خود (SELF IMAGE) می‌شود.



فراهم می‌آورد. افزایش روزافزون حضور نوجوانان در مراکز ورزشی، علمی، هنری و... نشان دهنده اهمیت است که آن‌ها به رقابت با یکدیگر می‌دهند. رقابت‌ها در دوره نوجوانی، نه تنها اوقات فراغت نوجوان را به نحو مطلوبی پر می‌کنند، بلکه شخصیت و حیات اجتماعی آن‌ها را در حال و آینده تحت تأثیرات سودمند قرار می‌دهند. اساس بسیاری از پیشرفت‌های افراد مشهور و فرهیخته در همین دوره نوجوانی پایه‌گذاری شده است. از سوی دیگر توفیق نوجوان در زمینه‌هایی که قابلیت‌های مربوط به آن‌ها را داراست موجب می‌شود که مقام و منزلت وی در بین دوستان ارتقا یابد و توجه و احترام بیشتری را به سوی خود جلب نماید. او با پذیرشی که از جانب دوستان دریافت می‌دارد احساس ارزشمندی و اعتماد به نفس می‌کند. بدیهی است چنانچه هدف رقابت در گروه مثبت باشد، کسب چنین تجاربی، شکوفایی شخصیت نوجوان را در پی دارد.

همان‌گونه که اشاره شد یکی از پیامدهای رایج مقایسه و رقابت نوجوان با همسالان، پدید آمدن احساس حقارت است. احساس حقارت

او به زودی متوجه تفاوت‌هایی بین خود و همسالان شده، حساسیت ویژه‌ای به نقاط ضعف خود پیدا می‌کند. برخی از زمینه‌هایی که نوجوان، خودش را با دیگران مورد مقایسه قرار می‌دهد عبارت‌اند از: قیافه و اندام، نوع پوشاک، وضعیت اقتصادی خانواده، زمینه‌های تحصیلی، ورزشی، اخلاقی، هنری و...

گاه چنین مقایسه‌هایی موجب ایجاد احساس حقارت و خودکم بینی در نوجوان می‌شود. میل طبیعی برتری‌طلبی او را وادار می‌کند تا در زمینه‌هایی که احساس حقارت می‌کند، دست به رقابت با همسالان بزند تا خود را به سطحی بالاتر یا برابر با دیگران برساند. به طور مثال احساس حقارت ناشی از شکست نوجوان در یک سال تحصیلی و مقایسه خود با دوستانی که در سطح بالاتر قرار گرفته‌اند، به‌طور بالقوه موجب می‌شود که او احساس خشم و افسردگی کند و به تدریج به تفکر و برنامه‌ریزی برای کسب موفقیت در سال جدید تحصیلی بپردازد. گروه دوستان و همسالان با الگوهای متنوع و متعددی که در اختیار دارد، بهترین زمینه را برای مقایسه و رقابت نوجوان



بدیهی است که تأثیرات مثبت یاد شده در صورتی قابل حصول است که اولاً اهداف گروه‌های دوستی سازنده بوده، جنبه بزه‌کارانه نداشته باشند، ثانیاً والدین نقش خود را در مقابل نوجوان و دوستانش به خوبی ایفا کنند و به جای قرار گرفتن در مقابل آن‌ها حتی الامکان در کنار آن‌ها حرکت نمایند. وجود هرگونه غفلت و تسامحی از جانب والدین در این زمینه می‌تواند نتایج زبان‌باری به دنبال داشته باشد. نتایجی از قبیل: شکست یا افت تحصیلی، انحرافات جنسی - اخلاقی، اعتیاد، بزه‌کاری و بحران‌های مستمر روانی و...

به طور خلاصه اهم وظایف والدین در مواجهه صحیح با این نیاز نوجوان عبارت‌اند از:

- ۱- شناخت و درک صحیح نیاز روانی نوجوان به معاشرت و دوستی با همسالان.

- ۲- تشویق نوجوان به عضویت در گروه‌های متنوع و سازمان یافته اجتماعی همچون گروه‌های ورزشی، علمی، هنری، رزمی و...

- ۳- ایجاد رابطه دوستانه با نوجوان و دوستانش و ارائه معیارهای ارزشی برای انتخاب دوست خوب.

- ۴- احترام به استقلال و آزادی‌های مشروع نوجوان در زمینه انتخاب دوست و گذران اوقات فراغت با همسالان.

- ۵- اغماض در برابر رفتارهای آنی و ناپخته نوجوان و در صورت لزوم به‌کارگیری قاطعیت حساب شده (به خصوص از جانب پدران) برای خاموش‌سازی رفتارهای ناشی از همانندسازی سئله‌دار نوجوان با همسالان.

بر خلاف نظر عامه مردم، نه تنها مضر نیست، بلکه به‌طور طبیعی فرد را در جهت انجام رفتارهای جبرانی و سازنده‌تر سوق می‌دهد. این رفتارها زمینه‌ساز بسیاری از پیشرفت‌های آدمی در طول تاریخ زندگی بشر بوده است. ولی آنچه در این ارتباط نگران‌کننده می‌باشد، نوع رفتارهای جبرانی است که افراد برای غلبه بر احساس حقارت خویش به کار می‌گیرند. رفتارهای جبرانی غیرواقع‌بینانه و ناموفق برخی از افراد موجب تجربه مستمر ناکامی شده، احساس حقارت تدریجاً تغییر شکل می‌دهد و به عقده حقارت تبدیل می‌شود. در حقیقت این عقده حقارت است که زمینه‌ساز بروز و گسترش رفتارهای ناپه‌نجان و بیمارگونه در افراد مبتلا می‌شود. لذا با توجه به محدود بودن زمینه این بحث، خوانندگان عزیز را به مطالعه منابعی ارجاع می‌دهم که روش‌های موفقیت‌آمیز غلبه بر احساس حقارت را در زمینه‌های مختلف مورد بحث و بررسی قرار داده‌اند.

برخی دیگر از تأثیرات روان‌شناختی دوستان و همسالان بر شخصیت نوجوان، فهرست‌وار عبارت‌اند از:

- ۴- دوستان و همسالان نیاز به محبت کردن و محبت دیدن نوجوان را به‌طور مکفی تأمین می‌کنند.

- ۵- گروه دوستان و همسالان انجام بعضی از فعالیت‌ها را برای نوجوان آسان کرده، جرئت و شهامت آن‌ها را تحریک می‌کنند.

- ۶- دوستان و همسالان نقش مهمی در تأمین امنیت و بهداشت روانی نوجوان دارند.

- ۷- دوستان و همسالان احساس نوع دوستی نوجوان را تقویت کرده، او را در رسیدن به استقلال عاطفی - عقلانی یاری می‌دهند.