

# Halina Wasilewska

---

## Znaczenie przyjaźni w rozwoju psychospołecznym dzieci i młodzieży

---

Nauczyciel i Szkoła 1 (53), 83-101

---

2013

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Halina WASILEWSKA

Absolwentka podyplomowych studiów w zakresie przygotowania pedagogicznego na Uniwersytecie Opolskim

---

## Znaczenie przyjaźni w rozwoju psychospołecznym dzieci i młodzieży

### Słowa kluczowe

Dialog międzyludzki, przyjaźń, grupa rówieśnicza, rozwój społeczny, rozwój osobowościowy, tożsamość, relacje interpersonalne, konflikty z rówieśnikami, miłość.

### Streszczenie

*Znaczenie przyjaźni w rozwoju psychospołecznym dzieci i młodzieży*

Artykuł zawiera rozważania dotyczące znaczenia przyjaźni w rozwoju osobniczym człowieka i kształtowania się tożsamości młodzieży, istoty bliskich związków między ludźmi w okresie dorosłości. Przyjaźń jest relacją dobrowolną, przeciwną egoizmowi, daje główne wsparcie nastolatkom poszukującym własnej tożsamości. Przyjaźnie dziecięce kształtują umiejętność komunikacji międzyludzkiej. Problemy w związkach przyjacielskich korelują z trudnymi zachowaniami dzieci. Bliskość emocjonalna z drugim człowiekiem jest ważną potrzebą w życiu ludzkim, pozwala na utrzymanie pozytywnych więzi z „innymi”.

### Key words

Interpersonal dialogue, friendship, peer group, social development, personality development, identity, interpersonal relationships, conflicts with peers, love.

### Summary

*The importance of friendship in the psychosocial development of children and youth*

The article contains reflections on the meaning of friendship in a person's individual development and the identity formation of young people, and on the close relationships between people in adulthood. Friendship is a voluntary relationship in opposition of selfishness and gives major support to teenagers looking for their own identity. Friendship among children shape interpersonal communication skills. Problems within a friendship correlate with a child's difficult behavior. Emotional closeness with another human being is an important need in human life, it allows one to maintain positive relationships with others.

### Wprowadzenie

W dzisiejszej dobie trudno jest zawrzeć prawdziwą przyjaźń. Często zauważa się nieumiejętność budowania trwałych związków. Powszechny jest brak zrozumienia i uznania pełni osobowości człowieka, z jego słabościami i negatywnymi cechami, brak zrozumienia różnic kulturowych, wśród których

żyjemy. Wrażliwość na myśli i uczucia innych ludzi jest niedostateczna. Nierzadko na co dzień obserwujemy oddalanie się od siebie bliskich sobie osób – męża i żony, rodziców i dzieci. Istnieje trudność w komunikacji międzyludzkiej. Przyjacielskie stosunki otacza aura strachu i nieufności, upowszechnia się agresja.

Przyjaźń jest bardzo ważnym elementem w rozwoju społecznym człowieka, umożliwia rozumienie otaczającego nas świata, ma istotny wpływ na relacje między ludźmi. Na podstawie przeczytanej literatury, w dalszych częściach tej pracy, dokonano refleksji nad poruszonymi zagadnieniami. Rozpatrywany jest rozwój przyjaźni od najmłodszych lat życia dziecka, aż do lat młodzieńczych, od anomii poprzez zachowania heteronomiczne.

pozytywnymi więziami między ludźmi są koleżeństwo, przyjaźń, miłość. Przyjaźń jest podstawową wartością w życiu człowieka. Potrzeba zaspokojenia przyjaźni jest niezbędna do prawidłowego rozwoju jednostki. Istnieje związek jakości komunikacji z jakością życia. Tylko w świecie ludzkim coś dzieje się między jedną osobą a drugą. Osobowość człowieka kształtuje jego osobisty związek z ludźmi, którzy go kochają lub nie lubią oraz tych, których on darzy uczuciem lub odmawia im miłości.

Jak w każdym zachowaniu człowieka, tak również w przyjaźniach dzieci obserwowane są patologie. Przemoc, okrucieństwo i zdrada nie omijają związków międzyludzkich. Dzieci mogą być tyranami rówieśników. Część pracy zawiera rozważania na temat, w jaki sposób zbliżyć się do innych ludzi, aby nawiązać prawidłowe relacje przyjacielskie. W tej części przedstawiono rozważania na temat ważnej roli, jaką odgrywa przyjaźń w życiu ludzi dorosłych.

W wyniku badań i przemyśleń na temat związków między ludźmi, we współczesnych kulturach Stanów Zjednoczonych i Europy zauważono, że właściwościami przyjaźni są: dobrowolność, równość, pomoc, wspólna aktywność i zaufanie. Przyjaciół wybieramy. Zakres kontaktów ludzi dorosłych z krewnymi jest dobrowolny. Bliskie przyjaźnie wśród dorosłych zawierane są między ludźmi równymi pod względem społecznym lub występują w nich elementy mieszane (np. w przyjaźniach przełożonych z podwładnymi). W bliskiej zażyłości, uczestniczący w niej ludzie odczuwają wiele równości.

Przyjaciele wspierają się i troszczą o siebie, służą pomocą doraźną i drobną. Jednakże pomocy długoterminowej należałoby oczekiwać od krewnych i instytucji publicznych. Przyjaciele cieszą się ze wspólnej aktywności. Natomiast w małżeństwie czy rodzinie wspólne spędzanie czasu bywa podejmowane z obowiązku. Przyjaźń pozwala na intymne zwierzenia, daje poczucie przynależności, zapewnia wsparcie emocjonalne lub może rekompensować jego brak odczuwany w innych związkach<sup>1</sup>. Przyjaźń jest cennym doświadczeniem, pozwala żyć pełną piersią. Jest miejscem, w którym odnajduje się siły. Jest w opozycji do egoizmu i fałszywych przyzwyczajień. Jest pracą twórczą.

<sup>1</sup> M.B. Adelman, M.R. Parks, T.L. Albrecht, *Natura przyjaźni i jej rozwój*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 361-367.

### **Przyjaźń jako kategoria relacji między ludźmi**

Egzystencja człowieka wymaga kontaktu z innymi osobami. Ludzie są istotami relacyjnymi. Człowiek żyje nie tylko dla siebie, także dla innych ludzi. W komunikacji interpersonalnej rodzi się człowieczeństwo, jeżeli każda z zainteresowanych osób jest otwarta na komunikat z drugiej strony. Może być to forma kontaktu bezosobowego i osobowego, w toku życia rodzinnego, szkolnego, towarzyskiego lub zawodowego. Kontakt pomiędzy co najmniej dwoma osobami, który wymaga wzajemności i współpracy, kiedy obie strony odsłaniają swoje wybory lub uczucia i postrzegają tę drugą ze zrozumieniem, jest formą komunikacji osobowej<sup>2</sup>.

Dialog międzyludzki jest składnikiem zdrowia i elementem życia emocjonalnego. Istnieje sprzężenie zwrotne między samotnością ludzką a pracą serca, związek między dialogiem a zdrowiem fizycznym. Komunikacja synergiczna z ludźmi różniącymi się znacznie od nas jest drogą do twórczej zgody, pozwala zrozumieć, że ludzie różnią się między sobą umysłowo, emocjonalnie, psychologicznie. Komunikacja synergiczna stymuluje naszą kreatywność<sup>3</sup>.

Konwersacja w życiu wymaga umiejętności językowych i zdolności niewerbalnej – kontaktu wzrokowego, dotyku, ekspresji ciała. Chodzi o rozumienie relacji między tym, co mówimy, a tym, co robimy w czasie mówienia. Istotna jest świadomość wzajemnego oddziaływania języka i percepcji, tego – co czujemy pod wpływem języka i jak język wpływa na naszą percepcję. Język, którym się posługujemy jest świadectwem tego, jacy naprawdę jesteśmy i czego chcemy<sup>4</sup>.

Posługując się słowami równocześnie wpływamy na nasze zdrowie, angażując nasze zmysły i narządy. Używany język tworzy świat o pewnej strukturze wartości, który jest odpowiednio odbierany. Słowa wpływają na emocje i współdziałanie między ludźmi.

W komunikacji międzyludzkiej można wyróżnić postawy będące zaporami, przyczynami problemów w relacjach między ludźmi, są to: krytykowanie, ponizanie, podciąganie pod stereotyp, analizowanie – dlaczego ktoś zachowuje się tak, a nie inaczej, ocenianie, grożenie, odwracanie uwagi drugiej osoby od męczących ją problemów – gdyż brak nam umiejętności efektywnego słuchania. Są to reakcje, które mogą zablokować konwersację między osobami, prowadząc do obniżenia samooceny i motywacji partnera<sup>5</sup>.

<sup>2</sup> J. Stewart, *Komunikacja interpersonalna: kontakt między osobami*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 36-58.

<sup>3</sup> S.R. Covey, *Komunikacja synergiczna*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 66-74.

<sup>4</sup> J. Stewart, C. Logan, *Komunikowanie się werbalne*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 80-104.

<sup>5</sup> R. Bolton, *Bariery na drodze komunikacji*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 174-186.

W komunikacyjnej aktywności ważne znaczenie ma dobre słuchanie, którego dowodem jest właściwa reakcja. Parafraza jest dowodem empatii i sposobem na powiedzenie rozmówcy, że nadajemy na tej samej fali. Bywa bardziej skuteczna, kiedy podtrzymujemy z rozmówcą kontakt wzrokowy.

Jedną z części procesu komunikacyjnego jest słuchanie dialogiczne, polegające na skupieniu się na tym, co „nasze”. Jest to gra bez ustalonego zakończenia, powodująca zaangażowanie się wspólne z partnerami rozmowy na „tu i teraz”. Prowadzi do stworzenia wspólnych znaczeń, skutecznych i twórczych rozwiązań.

Komunikacja ujawniająca nasze Ja buduje relacje, które zwiększają intymność i wzajemne zrozumienie oraz odpowiedzialność za to, jak się czujemy. Posiadając zdolność do akceptacji naszych uczuć niechcianych – lęków, złości, osamotnienia – i w sposób otwarty komunikowania naszych doświadczeń innym ludziom, zdobywamy o sobie wiedzę nawzajem i budujemy most między dwoma różnymi światami. W ten sposób możemy doświadczyć stanu jedności<sup>6</sup>.

Człowiek dąży do odkrycia własnej tożsamości, odkrycia sensu własnej niepowtarzalności, jako osoby – poprzez przemianę świadomości, zaufanie do własnych uczuć, otwartość na nowe możliwości. Nasz system wartości wpływa na obcowanie z innymi, głębokość relacji z drugim człowiekiem poprzez wyjście poza własne Ja. Przejawem otwartości w porozumiewaniu się jest negocjowanie, w którym udział biorą co najmniej dwie osoby – oddziałując na siebie, na swoją tożsamość, na to, kim są. Przyjaźń jest rodzajem relacji charakteryzującej się dobrowolnością, równością, pomocą, wspólną aktywnością i wsparciem emocjonalnym. Panowanie nad sobą, rozumienie potrzeb innych ludzi wynika z umiejętności emocjonalnych. Osoby dojrzałe uczestniczące w interakcji podlegają synchronii, wzajemnemu dostrojeniu się, koordynacji nastrojów, porozumieniu emocjonalnemu<sup>7</sup>.

Przyjaciół wybieramy świadomie, dzielając odczucie, że jesteśmy równi w danym związku. Przyjaciele troszczą się o siebie, spędzają ze sobą wolny czas, mają wspólne zainteresowania. Przyjaźnie są głównym źródłem wsparcia emocjonalnego, co jest bardzo istotne – zwłaszcza wśród nastolatków, będących w okresie wzrostu i napięcia emocjonalnego oraz poszukujących własnej tożsamości. Przyjaźń jest ukierunkowana na cechy indywidualne jednostki. Wzrost intymności relacji jest bodźcem do rozwoju głębszych uczuć – lubienia czy miłości. Wzajemna zależność umożliwia odwzajemnienie wsparcia, uczy tolerancji wobec dawania i odbierania tego typu korzyści. Związek rozwija się wskutek zmniejszania niepewności poznawczej – zdolności do przewidywania i wyjaśniania zachowań partnera<sup>8</sup>.

<sup>6</sup> J. Amodeo, K. Wentworth, *Odsłaniające siebie komunikacja: istotny pomost między dwoma światami*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 259-265.

<sup>7</sup> D. Goleman, *Inteligencja emocjonalna*, Media Rodzina of Poznań, Poznań 1997, s. 186-190.

<sup>8</sup> M.B. Adelman, M.R. Parks, T.L. Albrecht, dz. cyt., s. 361-367.

Wojtyła analizuje dojrzałą postać przyjaźni. Podkreśla istotę jedności woli i wzajemnego dobra. W wyniku uczucia sympatii i życzliwości, człowiek jest zdolny świadomie kształtować przyjaźń i jej międzyosobowy charakter. Moje Ja i twoje Ja tworzy moralną jedność – My. Samostanowienie człowieka opiera się na refleksji, człowiek działając ma wolny wybór – wolną wolę, jest panem samego siebie, jest samodzielny. Przyjaźń i współzycie ludzkie opiera się na samodzielności człowieka. Decyzja dążenia do przyjaźni jest pozostawiona wolności człowieka. Z drugą osobą łączy człowieka więź wspólnego dobra, co stanowi podstawę przyjaźni. Osoby stają się równomiernie podporządkowane dobru<sup>9</sup>.

Zachowania ludzi determinują potrzeby, cechy osobowości, impulsy. Abraham Maslow opisał hierarchię potrzeb człowieka<sup>10</sup>. Kolejno wyróżnił: podstawowe potrzeby fizjologiczne, następnie – bezpieczeństwa fizycznego i psychicznego, potrzebę przynależności i miłości – bycia z innymi ludźmi, ich akceptacji, życzliwości, serdeczności. Według tej teorii, zaspokojenie potrzeb niższego rzędu aktywuje jednostkę do zaspokojenia potrzeb wyższych. Na szczycie wszystkich potrzeb są potrzeby samorealizacji. Stawanie się sobą jest osiągnięciem maksimum własnych możliwości. Zaspokojenie potrzeb czyni człowieka psychicznie wolnym, „aby istniał jako organizm, rozwijał się jako osoba”<sup>11</sup>. Potrzeba bliskości z innymi ludźmi jest naturalną potrzebą człowieka, pozwala na utrzymanie długotrwałych i pozytywnych więzi z drugim człowiekiem. Poczucie samotności i lęki, brak bliskich osób, nostalgia dalekiej podróży – są wynikiem niezaspokojenia potrzeby miłości i przynależności. Człowiek kochany jest dowartościowany.

### **Rozwój społeczny i osobowościowy człowieka**

Przyjaźń jest ważną relacją w życiu dziecka, źródłem jego emocjonalnego wsparcia. Relacje dziecka z rodzicami, relacje z grupą rówieśników w klasie lub na podwórku są istotnymi czynnikami w rozwoju społecznym i poznawczym oraz w przystosowaniu młodych przyjaciół<sup>12</sup>.

Wrażliwość moralną kształtują spory między dziećmi, radości, zdrady, zazdrości, intrygi. Dziecko troszczy się o przyjaciela przeżywającego smutek. Wiąż emocjonalna dziecka z przyjaciółmi rozwija rozumienie innych.

W młodszym wieku przedszkolnym, w 2. roku życia rozwija się świadomość i zdolności komunikacji z otoczeniem, dzieci okazują emocje: dumy, wstydu, winy, zazdrości, zakłopotania. W wieku przedszkolnym zauważane są u dzieci cechy pewności siebie, dominowania. Zdolność do mówienia o emo-

<sup>9</sup> 1986.

<sup>10</sup> A.H. Maslow, *Motywacja i osobowość*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1990, s. 72-102.

<sup>11</sup> K. Obuchowski, *Galaktyka potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2000, s. 15.

<sup>12</sup> J. Dunn, *Przyjaźnie dzieci*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008, s. 4-11.



cjach i refleksja nad nimi umożliwiła dzieciom dzielenie się doświadczeniami i pozostawanie w intymnych związkach z innymi osobami<sup>13</sup>.

Między 2. a 6. rokiem życia dzieci żartują, drocą się z innymi. Dzieci rodziców empatycznych z troską reagują na zmartwienia innych. W tym wieku wykazują zainteresowania wspólną zabawą z innymi dziećmi. Obserwuje się u dzieci zachowania altruistyczne – pomoc dziecku, które się skaleczyło, przekazanie swojej zabawki innej osobie, emocje pozytywne – dzieci okazują współczując, gdy np. inne dziecko jest smutne<sup>14</sup>.

Kiedy dziecko wchodzi w społeczne stosunki z otoczeniem dąży do kontaktu emocjonalnego z coraz większą grupą ludzi. W miarę rozwoju zdolności komunikacyjnych nabywa umiejętności społecznych, przejawiających się w zabawie z rówieśnikami, we współpracy i przyjaźni w równoważnych interakcjach z innymi dziećmi. Wspólne działania dzieci w wieku przedszkolnym sprzyjają nawiązywaniu się pierwszych przyjaźni, które nie są trwałe. Przyjemne zabawy, dzielenie się zabawkami wyzwalają ekspresywne relacje między dziećmi – patrząc na siebie i rozmawiając. U maluchów w wieku przedszkolnym zauważa się stałe przebywanie z jednym wybranym dzieckiem.

Związki te mają w większości przypadków – do momentu pójścia do szkoły – charakter jedнопłciowy. Relacje między dziewczynkami mają styl wspomagający, są to zachowania wspomagania partnera, podsuwania mu własnych pomysłów. Związki chłopców mają styl ograniczony, są to sprzeczki, przechwalanie się – prowadzące do szybkiego zakończenia interakcji. W okresie wczesnego dzieciństwa zauważa się różnice zachowań między obu płciami. Związki między dziewczynkami mają charakter intymny, zabawy z chłopcami dostarczają wzmocnień negatywnych. Przyjaźń przedszkolaków ma charakter fizyczny. Dzieci razem przebywają blisko siebie lub obdarowują się zabawkami<sup>15</sup>.

W późnym dzieciństwie, między 7. a 11. rokiem życia przyjaciele obdarzają się wzajemnym zaufaniem, pomagają sobie i więcej czasu spędzają ze sobą niż przedszkolaki. W tym czasie zabawa jest podstawą kontaktów z rówieśnikami. Chłopcy częściej bawią się na podwórku i pokonują większe przestrzenie, natomiast dziewczynki bawią się w małych grupach i w pobliżu domu lub szkoły. Zabawa chłopców ma charakter rywalizacyjny, dziewczynki są bardziej zgodne i chętne do zwierzeń<sup>16</sup>.

Okres dorastania, między 11. a 18. rokiem życia jest etapem wielorakich transformacji młodzieży, w tym poszukiwania własnej tożsamości, fazą chaosu, nieprzewidywalnych zachowań i braku konsekwencji. Brak wiedzy o sobie,

<sup>13</sup> M. Kielar-Turska, *Rozwój człowieka w pełnym cyklu życia*, [w:] *Psychologia. Podręcznik akademicki*, J. Strelau (red.), D. Doliński, t. 1, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2000, s. 296-332.

<sup>14</sup> H. Bee, *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Zysk i Spółka, Poznań 2004, 237-239.

<sup>15</sup> Tamże, s. 243-245.

<sup>16</sup> Tamże, s. 303-304.

brak integracji swojej przeszłości z teraźniejszością, brak koncepcji przyszłości – są objawami kryzysu tożsamości, przejawiającego się w niewłaściwych relacjach z otoczeniem. Młodzież miewa poczucie opuszczenia, przyjmuje zachowania sprzeczne z występującymi u rodziców lub wychowawców. Wyzwalanie się spod kurateli dorosłych powoduje zacieśnienie się więzi z grupą rówieśniczą. Większość dorastającej młodzieży identyfikuje się z grupą rówieśniczą, przyjmuje wartości uznawane przez rówieśników<sup>17</sup>.

Dla samodzielnego nastolatka rodzice stanowią nadal bezpieczną podstawę, a związki z rówieśnikami są bardziej istotne niż były wcześniej. W okresie dorastania młodzież wchodzi w związki heteroseksualne, uczy się zachowań intymnych z osobnikami płci przeciwnej w celu przybrania dorosłej tożsamości płciowej.

Przyjaźń jest bliską pierwszą relacją, jaką dziecko nawiązuje poza rodziną. Przyjaźń uczy rozwoju umiejętności społecznych. W przyjaźni splatają się emocje, rozumienie, uczucia. Jest to związek, który odgrywa istotną rolę w okresie dorastania dzieci. Jest przygotowaniem do budowania trwałych związków partnerskich i miłości w wieku dorosłym – w życiu rodzinnym, zawodowym, sąsiedzkim. Do prawidłowego funkcjonowania psychicznego człowieka jest niezbędna przyjaźń mieszano-płciowa. Uczy nastolatków, jak „żyć drugą połową świata”. Jest wyzwaniem dla ludzi wkraczających w dorosłość. Jest szansą spojrzenia na otaczające problemy z innej perspektywy, a to z kolei wymaga większego wysiłku niż w przypadku przyjaźni monopłciowych. Płeć determinuje różnice osobowościowe, a te wyzwalają inne reakcje przyjaciół i sposoby funkcjonowania w świecie. Kobiety przeżywają radości oraz problemy wspólnie i emocjonalnie, mężczyźni dowodzą swojej przyjaźni wspólnie wykonując prace i zadania. Przyjaźnie w wieku nastoletnim i młodzieńczym są niestabilne i często się rozpadają. Wiek istotnie wpływa na sposób spędzania wspólnego czasu. Zwiększająca się z czasem ilość obowiązków człowieka wpływa na to, co robi się z przyjacielem<sup>18</sup>.

### **Znaczenie przyjaźni w procesie poznania siebie samego i innych ludzi**

Przyjaźń jest podstawą każdej miłości, wywiera pozytywny wpływ na relacje między ludźmi. Samotność ujemnie wpływa na zdrowie człowieka. Przebywanie w grupie rozwija poczucie wspólnoty. Silne zaangażowanie w kontaktach towarzyskich daje siłę i energię.

Utrzymywanie kontaktów towarzyskich w zacieśnionym gronie osób jest bardzo istotne w pielęgnowaniu przyjaźni. Otwieranie się przed innymi wymaga od ludzi szczerości. Przejrzysta osobowość pozwala dostrzec, co kryje się w cudzych sercach. Ludzie zakładają maski, bo obawiają się od innych odrzucenia. Człowiek będąc osobą otwartą przyciąga do siebie ludzi otwartych.

<sup>17</sup> M. Kielar-Turska, dz. cyt., s. 296-332.

<sup>18</sup> M. Siuta, *Fenomen kobiety i mężczyzny*, „Kultura i Edukacja” 2004, nr 1, s. 56-69.



Przyjaźń tworzy się poprzez gesty dobroci, które pokazują, że komuś na kimś zależy. Jednym z elementów kontaktów międzyludzkich są rytuały: wspólne posiłki, przekomarzanie się, pożyczanie zabawek, spełnianie przysług, wspólna praca (...). W przyjaźni jest miejsce dla wolności drugiej osoby, akceptacji odrębności i integralności osobowości drugiego człowieka, jest szacunek dla prywatności drugiej osoby. Chodzi o to, by stwarzać przestrzenie wolności w kontaktach towarzyskich. Te pozwalają rozwijać się przyjaciółom. Jeżeli partner kontroluje lub manipuluje drugim, to przyjaźń rozpada się. Każdy człowiek potrzebuje powietrza do życia.

Różnice stylów przyjaźni mają niebagatelny wpływ na wzorce przyjaźni w przyszłym życiu obu płci. Dzieci kierują się zasadami przyjętymi przez grupę, którą jest klasa szkolna. Aby zyskać aprobatę zachowują się konformistycznie. Ceną konformizmu jest własna nieświadomość. Umiejętność komunikacji oraz orientacji w zachowaniach innych osób ustanawia jego pozycję w grupie. Dziecko może być lubiane lub odrzucane, lekceważone lub niezauważone. Wzajemne zaufanie i pomaganie sobie kształtują w tym wieku przyjaźń dzieci. Istotą tej relacji jest trwałość na podstawie wspólnych zainteresowań i podobieństwie cech osobowości<sup>19</sup>.

Zdarzenia w życiu człowieka, zwane społecznymi przełomami życiowymi, są zaczątkami nowej jakości socjalizowanej jednostki. Zwraca się uwagę na zabawę dzieci – tematyczną i naśladowczą – w wyniku której dziecko uczy się rozumieć inne osoby, poznaje własne stany psychiczne, wchodzi w interakcję z samym sobą, kiedy gra rolę innej osoby. Istotną rolę w rozwoju dziecka jest udział w grach. W tej sytuacji dziecko musi nauczyć się obowiązujących zasad, a potem ich przestrzegać. W tym momencie dziecko bierze udział w funkcjonowaniu miniaturowego życia zbiorowego, w celu osiągnięcia celów grupowych<sup>20</sup>.

Od siódmego roku życia dzieci rozwijają samoocenę. Te dzieci, które odczuwają wsparcie ze strony rówieśników mają większe poczucie własnej wartości<sup>21</sup>.

Dorastająca młodzież wchodzi w związki rówieśnicze, które mogą być formą paczki, skupiającej osoby o podobnych zainteresowaniach lub też formą przyjaźni o charakterze bardziej intymnym, w której mogą wyrazić najskrytsze uczucia<sup>22</sup>.

<sup>19</sup> R. Stefańska-Klar, *Późne dzieciństwo. Młodszy wiek szkolny*. [w:] *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, B. Harwas-Napierała (red.), J. Trempała, t. 2, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2000, s. 130-155.

<sup>20</sup> S. Kowalik, *Przełomy życiowe ukierunkowujące przebieg socjalizacji człowieka*. [w:] *Psychologia rozwoju człowieka*, B. Harwas-Napierała (red.), J. Trempała, t. 3, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2003, s. 81-87.

<sup>21</sup> H. Bee, dz. cyt., s. 306-307.

<sup>22</sup> I. Obuchowska, *Adolescencja*. [w:] *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), t. 2, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004, s. 163-201.

Wewnętrzne dojrzewanie – świadomość jest drogą do miłości i przyjaźni. Uporządkowana wiedza szkolna pozwoli dziecku rozwinąć aktywność twórczą, by w przyszłości stać się człowiekiem samoświadomym, autonomicznym.

Człowiek jest skazany na życie twórcze. Zachowania człowieka ewoluują. W wieku przedszkolnym obserwowana jest u dzieci anomia. Zachowania dzieci to zabawa, którą nie kierują normy ustalone przez innych. W dalszym etapie rozwoju aktywności, jednostka przechodzi przez heterenomię, etap podporządkowania się normom ustalonym przez innych. W konsekwencji rozwoju społecznego jednostka staje się podmiotem, który sam ustanawia normy dla siebie i dokonuje samodzielnych wyborów. Człowiek będąc jednostką podmiotową jest zdolny do życia twórczego, ma rozum i sam jest zdolny stanowić o sobie<sup>23</sup>.

Przyjaźń jest dziełem człowieka, „zawiera w sobie wyraźny wybór osoby, drugiego *Ja*, do którego się zwraca”. W przyjaźni występuje życzliwość, zdwojenie „ja” – Twoje „ja” żyje w moim „ja”<sup>24</sup>.

Dojrzała forma przyjaźni akceptuje pełnię człowieka, pozwala dostrzec jego wady. Być przyjacielem samego siebie, to dokonać introspekcji – zaakceptować własną naturę i zrozumieć<sup>25</sup>. Przyjaźń wymaga pracy nad własnym rozwojem, aby stawić się swoim negatywnym cechom naszej osobowości, neurozom. Godności i szacunkowi podmiotu przeciwstawia stereotyp przesądów, które tworzą kozły ofiarne upokarzając innych<sup>26</sup>. Uczucie nienawiści wyzwala niszczycielską siłę, która może zamienić osobę w przedmiot.

Instynkt życia determinuje rozwój człowieka samodzielnego i niezależnego<sup>27</sup>. Bycie przyjacielem powoduje zmiany osobowości, zmiany poczucia samoświadomości i odpowiedzialności – by żyć w zgodzie z własnym „ja”, by poznać sens własnej egzystencji na ziemi. Dlatego należy zniszczyć mechanizm odpowiedzialny za tworzenie fałszywego obrazu o sobie: „ja jestem dobry, zły jest ten drugi”. Maskowanie własnej natury powoduje powierzchowne zachowania – złość, zamknięcie w sobie, uniemożliwia dialog i przyjaźń z innymi<sup>28</sup>.

Człowiek oszukuje siebie samego, próbując uciec od odpowiedzialności, okłamuje się i żyje w ułudzie, innych obciąża własnymi winami i odpowiedzialnością. Projekcja jest dla podmiotu przyczyną złości (typ neurotyczny komu-

---

<sup>23</sup> K. Obuchowski, *Od przedmiotu do podmiotu*, Wydawnictwo Uczelniane Akademii Bydgoskiej im. Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz 2000.

<sup>24</sup> K. Wojtyła, *Miłość i odpowiedzialność*, Wydawnictwo Towarzystwa Naukowego Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, Lublin 1986, s. 84.

<sup>25</sup> V. Albisetti, *Być przyjacielem czy mieć przyjaciela? Sposób na poznanie samego siebie i innych*, Wydawnictwo JEDNOŚĆ, Kielce 1999, s. 11.

<sup>26</sup> Tamże, s. 14.

<sup>27</sup> Tamże, s. 20-21.

<sup>28</sup> Tamże, s. 24.

nikacji i przyjaźni). Neuroza zamazuje prawdziwą osobowość drugiej osoby. W zły sposób dostrzega w drugim, to co chce – własne urojenia i wynaturzenia. Nie pozwala na przyjaźń z drugim, bo nie dostrzega w nim piękna i pełni życia. Widzi w ludziach wrogów. Złość, będąca objawem neurozy jest wynikiem zatrzymania się osoby na etapie dziecka. Obserwujemy w tej sytuacji anomię, zachowanie dziecka w wieku przedszkolnym, w którym narcystyczne „ja” nie uznaje drugiego i nie rozumie rzeczywistości, a kontakt ze światem wywołuje frustrację<sup>29</sup>.

Akceptując własne wady i ograniczenia stawiamy czoło życiu, w sposób odpowiedzialny. Rozwój osobowościowy człowieka wymaga autonomii psychicznej. Jednostka staje się odpowiedzialna za siebie, staje się osobą – zdolną do samodzielności i partnerstwa, człowiekiem dojrzałym – który realizuje pozytywne potencjały psychiczne. Rozwijanie osobowości pozwala wyzwolić się od neurozy, jest wyzwoleniem umysłowym, psychicznym, duchowym.

Człowiek, który słucha, szanuje odrębność i podmiot innych ludzi. Istotą ludzką nie można manipulować. Człowiek zdolny do wspomniania przeszłości, który pamięta popełnione błędy – zmienia się, dojrzewa i staje się świadomy – uwalnia się od niej. Wkroczenie na drogę rozwoju psychologicznego i duchowego umożliwia w sposób odpowiedzialny dokonywania wyborów między dobrem a złem. Uznanie drugiego pozwala na zdemaskowanie kłamstw. Przebaczenie sobie jest wstępem do własnego odrodzenia. Sensem życia jest stawianie czoła problemom i ich rozwiązywanie, by kształtować się i uczyć godności bycia człowiekiem, co jest przeciwieństwem bycia ofiarą<sup>30</sup>.

Aby zmienić postępowanie, dorosłe dziecko musi zmienić swoją wizję świata, którą ma zakodowaną, jako schemat wyuczony w dzieciństwie. Musi mieć odwagę, by przemyśleć swoją opinię na temat rodziców, siebie samego (jeżeli rodzice gwałcili jego osobowość, ono będzie robiło to samo). Dawna nieufność do najbliższych objawi się dzisiaj niezdolnością do bycia przyjacielem. Przyjaźń wymaga poddania się krytyce i opinii przyjaciela. W przyjaźni nie ma miejsca na kłamstwo i hipokryzję. Traktując innych, jako osoby godne i nietykalne, człowiek sprawia, że są one motywem rozwoju, zabija swoje egoistyczne „ja”<sup>31</sup>. Miłość i przyjaźń są prawdziwym wyborem życiowym. Brak kontaktu z rzeczywistością wewnętrzną i światem zewnętrznym jest złem. Za pomocą świadomości człowiek jest w stanie wyeliminować zło, wrażliwi odczuwają sympatię, syntonię, empatię do innych. Otwarcie się i utożsamianie z drugim, otwarcie się na zmiany – pozwala przeżyć miłość i prawdziwą przyjaźń. Dla osiągnięcia harmonii duchowej ważne jest, jak dana osoba widzi siebie. Fałszywy obraz siebie w stosunku do siebie samej lub innych (przecenianie sie-

<sup>29</sup> Tamże, s. 25-29.

<sup>30</sup> Tamże, s. 33-38.

<sup>31</sup> Tamże, s. 46-50.

bie lub niedowartościowanie) – sprawia cierpienie tym, którzy tę wizję powodują. Autoanaliza odrzuca pozory, jest drogą prowadzącą do świadomości<sup>32</sup>.

Przywiązanie między matką i dzieckiem we wczesnym okresie życia rzutuje na głębokość więzi dorosłych ludzi w relacjach z partnerami<sup>33</sup>. W pierwszych latach życia dziecko jest zatopione w sobie, nie przeżywa innych. Poznaje świat w ciele matki, by poznawać nowe wartości zewnętrzne, wzrastając – rozumie, że trzeba spotykać się z innymi. Ja, świadomość, pozwala przeżyć rzeczywistość w pełni fizycznej, psychicznej, duchowej. Życie w harmonii, to pogodzenie się z sobą, światem, nieprzyjaciółmi, Bogiem. Otworzenie się na innych daje odczucie zadowolenia i sensu życia. Umiejętność bycia wdzięcznym za „tu i teraz”, dostrzeganie pozytywnych elementów w trudnych sytuacjach pozwala cieszyć się teraźniejszością i nie żałować przeszłości<sup>34</sup>.

W relacji matka – dziecko, w okresie dzieciństwa, u człowieka występuje tendencja brania od drugiego, aby „być kochanym za to, czym się jest”<sup>35</sup>. U niektórych osób ta skłonność występuje także w życiu dorosłym i wszystkim stosunkom z innymi nadaje określony charakter. Ludzie ci, nigdy nie będą dawać, zawsze będą brać. Przyjaźń jest przebaczeniem, zrozumieniem drugiego człowieka. Rodzice poprzez miłość uczą dziecko podstaw świadomości własnej wartości, która jest umacniana w wieku dorosłym. Dzięki tej wartości osoba umie sama o siebie zadbać i czuje się kochana. Surowe traktowanie w dzieciństwie prowadzi do lęków i przerażenia, a w konsekwencji utraty świadomości własnej wartości<sup>36</sup>.

### **Budowanie związków przyjacielskich**

Budowa i utrzymanie związku wymaga umiejętności. Pożądana jest znajomość potrzeb drugiej osoby, stylu jej życia, odkrywania sposobów zaspokajania potrzeb obu stron, zestrzajania własnego zachowania z zachowaniem drugiej osoby. Funkcjonowanie związku wymaga właściwych działań. Błędne zachowania ludzi zauważalne są na różnych etapach przyjaźni i są przyczynami problemów między przyjaciółmi. Każdy człowiek potrzebuje zażyłości, przynależności i akceptacji – wynika to z potrzeb ukształtowanych w okresie dzieciństwa.

Przyjaciel jest uczciwy, otwarty, chętnie z nami przebywa, jest godny za-

<sup>32</sup> Tamże, s. 55-67.

<sup>33</sup> W. Wosińska, *Psychologia życia społecznego. Podręcznik psychologii społecznej dla praktyków i studentów*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2004, s. 387-388.

<sup>34</sup> V. Albisetti, dz. cyt., s. 75.

<sup>35</sup> E. Fromm, *O sztuce miłości*, Wydawnictwo REBIS, Poznań 2000, s. 49.

<sup>36</sup> V. Albisetti, dz. cyt., s. 85-86.

ufania. Przyjaciele swoim zrozumiałym językiem wyrażają przekonania o życiu, dzielą się wspólnymi zainteresowaniami, zapewniają stabilność emocjonalną, chętnie z nami rozmawiają, opowiadają o sobie i swoich poglądach.

Fundamentem bliskich związków jest zapewnienie sobie wsparcia fizycznego – pomocy w wykonywaniu codziennych obowiązków, wsparcia psychologicznego dającego pewność, że ktoś nas ceni i szanuje. Zachowania te służą wspieraniu wartości człowieka i integracji osobowości, zapewnieniu jego równowagi psychicznej<sup>37</sup>.

Przyjaźń jest miejscem życia, ciągłych prób podejmowania ryzyka, umiejętności i akceptacji przegrywania. Świadomość własnych słabości i ograniczeń pozwala zrozumieć innych, jest drogą do przyjaźni. *Przyjaźń jest przeciwieństwem egoizmu*<sup>38</sup>. Przyjaciel umie pokonać strach przed prawdą o sobie samym, jest odważny. Osoby, które się szanują, doświadczają chwile dobra, rozwijają sympatię w stosunku do siebie, umieją rozbudzić poczucie własnej wartości, potrafią doświadczyć harmonii wewnętrznej. Na tej bazie człowiek może pracować z innymi. Umiejętność przeżywania w pełni codziennego życia, zachowanie właściwego dystansu do siebie samego ułatwia zbudowanie prawdziwej przyjaźni ze sobą i z innymi<sup>39</sup>.

Przyjaciel jest gotowy na wezwanie innych, wspiera ich, jednocześnie nie traci własnej osobowości. Ludzie, którzy kochają przyjaciół są zdolni do przeżywania szczęśliwych małżeństw, cieszą się własnymi dziećmi, dobrze współżyją ze swoimi współpracownikami<sup>40</sup>.

Ze sztuką przyjaźni spotykamy się w naukach Jezusa. O tej szlachetnej więzi osób pisali filozofowie – Arystoteles, Arpimata, Cicero i inni<sup>41</sup>. Niekompetencja społeczna jest dominującą przyczyną niepowodzeń w związkach między ludźmi<sup>42</sup>. Otwieranie się przed innymi wymaga od ludzi szczerości. Przejrzysta osobowość pozwala dostrzec, co kryje się w cudzych sercach. Ludzie zakładają maski, bo obawiają się od innych odrzucenia.

Przyjaźń jest jednym z czynników szczęścia<sup>43</sup>. Właściwa pielęgnacja kontaktów towarzyskich rozwija przyjaźnie ludzi. Szczerość człowieka wobec „innego”, mówienie o swoich uczuciach – wytwarza wspólne „pole emocjonalne”, magnetycznie przyciąga nas do drugiej osoby. Drobne gesty dobroci i uprzejmości pogłębiają kontakty z innymi ludźmi. Dojrzałą przyjaźń cechuje respektowanie odrębności bliskich nam osób. Akceptacja ludzi takimi, jaki-

<sup>37</sup> S. Duck, *Nasi przyjaciele, my sami*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 371-382.

<sup>38</sup> V. Alibisetti, dz. cyt., s. 107.

<sup>39</sup> Tamże, s. 111.

<sup>40</sup> McGinnis, 1991

<sup>41</sup> J. Czechowski, *Przyjaźń a wychowanie*, „Wychowawca” 2006, nr 10, s. 12-13.

<sup>42</sup> D. Goleman, *Inteligencja społeczna*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2007.

<sup>43</sup> T. Tatarkiewicz, *O szczęściu*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1990, s. 291-292.

mi są, uczy tolerancji wobec cudzych błędów, osobliwych marzeń i indywidualności, co z kolei powoduje wzrost wartości stosunków z innymi ludźmi. Cechą dojrzałej przyjaźni jest prawo człowieka do samotności, które uczy szacunku do prywatności. Istnieje potrzeba wolności w kontaktach towarzyskich. Zachęcanie przyjaciela do realizacji marzeń, uczy nas tolerancji wobec odrębności, niweluje obowiązek dostosowywania się naszych bliskich do tzw. przyjętych norm i minimalizuje napięcia w kontaktach międzyludzkich<sup>44</sup>.

Dowodów do interpretowania, że przyjaźń jest wartością w relacjach społecznych dostarczają badania Szczepańskiej i Gaweł-Luty<sup>45</sup> (2009). W jednym z nich autorki potwierdzają tezę, że dzieci w wieku wczesnoszkolnym miały najniższą świadomość postrzegania wartości: radość, smutek, lęk, złość w relacjach społecznych. Najwięcej badanych dzieci, w wieku 13-17 lat, deklaruje, że przyjaźń kojarzy im się z radosnym odczuciem. Uczucie lęku jest najmniej deklarowaną wartością w relacjach społecznych badanych dzieci<sup>46</sup>.

Negatywne cechy przyjaźni korelują z trudnymi zachowaniami dzieci w szkole. Przemoc, klótnie dzieci z przyjaciółmi, zazdrość, wykluczenie z grupy, rywalizacja – rodzą trudne przeżycia dziecka, w których rodzic udziela wsparcia, okazując współczucie. Przemoc powoduje duże cierpienie oraz utratę poczucia własnej wartości. Dziecko będące ofiarą przemocy nie chce jeździć do szkoły autobusem, zaczyna wagarować, przynosi do domu zniszczone ubrania lub książki, staje się zamknięte w sobie, zaczyna podkradać pieniądze, unika rozmów o tym, co się złego dzieje. Badania potwierdzają obserwacje, że brak przyjaciół w szkole koreluje z występowaniem konfliktów z rówieśnikami i doświadczaniem agresji wśród uczniów<sup>47</sup>. Wśród respondentów (uczniowie klas szkoły podstawowej, gimnazjum, liceum ogólnokształcącego i szkoły zawodowej) zdecydowana większość utrzymuje w szkole kontakty przyjacielskie. Posiadanie przyjaciół pełni rolę „parasola ochronnego” przed konfliktami z rówieśnikami. Osoby posiadające przyjaciół w szkole deklarują większą chęć chodzenia do szkoły.

Rodzice i nauczyciele są nieświadomi przemocy dziecka. Istotną rzeczą w tej sytuacji jest zapewnienie dziecku troski, wsparcia i ochrony. Rozmowy rodziców z dziećmi pomagają wyjaśnić istotę relacji między ludźmi, ich zachowań i uczuć.

<sup>44</sup> A.L. McGinnis, *Sztuka przyjaźni*, Oficyna Wydawnicza „Vacatio”, Warszawa 1991.

<sup>45</sup> M. Szczepańska, E. Gaweł-Luty, *Przyjaźń jako wartość w relacjach dzieci i młodzieży*, Wydawnictwo „Impuls”, Kraków 2009.

<sup>46</sup> Tamże, s. 63-67.

<sup>47</sup> Ł. Dąbrowski, *Przyjaźń w szkole – przejawy „kapitału społecznego” w wieku szkolnym*, „Dyrektor Szkoły” 2008, nr 2, s. 36-39.



W grupie przyjaciół dzieci doznają prześladowań, są ofiarami okrutnego traktowania i braku akceptacji. Okazywana przemoc wobec ofiary może mieć charakter fizyczny, bądź może to być znęcanie się słowem<sup>48</sup>.

Ból może być także zadawany przez manipulowanie przyjaźnią: plotki, wykluczenie z grupy. Ofiarami bywają dzieci wrażliwe i inteligentne, będące w dobrych relacjach z rodzicami. Długotrwałe bycie ofiarą przemocy wyzwala lęki, reakcje depresyjne, bądź zachowania agresywne i niszczycielskie – prowokujące prześladowców. Zjawiska tego typu prowadzą do interwencji w szkołach oraz w poradnictwie rodzinnym. Doświadczanie poniżającej „przyjaźni” prowadzi do urazu psychicznego, którego skutki mogą być dotkliwe nawet w okresie dorosłości. Przyjaźń nie zawsze wspiera i ochrania dziecko. Bywa, że przyjaciel prześladowanego dziecka również zamartwia się i jest zalękniony, jest czynnikiem ryzyka dalszego bycia ofiarą. Ofiary agresywne nie mają przyjaciół, co sprzyja byciu ofiarą. Odrzucenie dziecka przez grupę rówieśników silnie wpływa na jego rozwój. Wyniki badań wskazują<sup>49</sup>, że samotne dzieci w klasie lub na boisku nie były odrzucane przez innych i lubią swoją samotność. Innym dzieciom nie udaje się być członkiem grupy – są bardzo nieśmiałe lub nie lubiane, bądź agresywne i dominujące. Nawiązanie przyjaźni przez te różne grupy dzieci wiąże się z prawdopodobieństwem pojawienia się problemów z ich przystosowaniem.

Badania, które zostały przeprowadzone przez Szczepańską, Gawel-Luty wśród grupy dzieci – w wieku od 6. do 17. roku życia – wskazują, że najczęściej ankietowanych osób rozwiązuje konflikty przepraszając przyjaciela, w dalszej kolejności godząc się z nim oraz poprzez rozmowę<sup>50</sup>.

Przyjaźń chroni przed złymi konsekwencjami niskiego poziomu akceptacji ze strony rówieśników. Odrzucenie dziecka przez grupę rówieśniczą wiąże się z jego cechami osobowości i powoduje wystąpienie stresu<sup>51</sup>. W świetle analiz przeprowadzonych badań<sup>52</sup> – wśród młodzieży w wieku szkolnym i licealnym – wynika, że młodsze wiekiem grupy badanych oczekują podobieństwa osobowości i postaw oraz zainteresowań przy wyborze przyjaciół czy kolegów. Osoby, których najbliższa rodzina i wychowawcy nie umieją zrozumieć, szukają sobie substytutu przyjaźni wśród znajomych i kolegów. Analiza wyników badań dowodzi, że dorastająca młodzież oczekuje od przyjaciela zdolności empatycznych, otwartości, wzmocnienia własnego „ja”. Uczeń klasy licealnej oczekuje od bliskiego rówieśnika zaufania i pomocy wszechstronnej, zdolności rozumienia stanów psychicznych partnera na tle różnych sytuacji życiowych, w jakich on się znajduje<sup>53</sup>.

<sup>48</sup> M. Cywińska, *Przyjaźń i konflikty*, „Życie Szkoły” 2005, nr 1, s. 4-9.

<sup>49</sup> J. Dunn, dz. cyt., s. 92-98.

<sup>50</sup> M. Szczepańska, E. Gawel-Luty, dz. cyt., s. 88-92.

<sup>51</sup> J. Dunn, dz. cyt., s. 89-103.

<sup>52</sup> L. Niebrzydowski, *Przyjaźń i koleżeństwo młodzieży dorastającej*, Uniwersytet Łódzki, Łódź 1983.

<sup>53</sup> Tamże, s. 65-83.

Problemy w związkach z innymi są wynikiem braku zrozumienia siebie i potrzeb innych osób, braku umiejętności emocjonalnych – panowania nad sobą i empatii. Kontakt emocjonalny dwustronny wymaga syntonii – dziecko czuje się punktem zainteresowania otoczenia, inni współbrzmia z jego uczuciami. Sytuacja wymaga właściwego uczuciowego nastawienia osób z otoczenia. Obojętność lub niechęć środowiska pozbawia w przyszłości możliwości realizacji kontaktu emocjonalnego przez dzieci zdolne do realizacji takiego kontaktu. Dochodzi do zablokowania syntonii. Równocześnie, związek intymny wymaga odpowiedniego ustosunkowania się dziecka do osób z otoczenia (Obuchowski, 2000). Zbyt duża obecność ludzi wokół dziecka może być powodem zagubienia i lęku. Kontakt emocjonalny o pozytywnym zabarwieniu, niewywołujący nieprzyjemnych przeżyć prawidłowo kształtuje osobowość człowieka.

Bliskie związki między ludźmi charakteryzuje różny rodzaj relacji. Są to przyjaźnie, związki małżeńskie, związki między rodzicami a dziećmi, związki tej samej płci i różnej płci. Związki długotrwałe służą zdrowiu partnerów. Jedną z najsilniejszych ludzkich emocji jest miłość. Dla niej warto żyć. Z jej powodu tracono pozycje, majątki, a nawet życie. Jest zjawiskiem analizy poetów, filozofów, seksuologów. Jest przedmiotem badań naukowców<sup>54</sup>.

Naturę miłości cechują trzy komponenty. Różne stany pobudzenia fizjologicznego na widok ukochanej osoby przechodzące w pożądanie seksualne charakteryzują namiętność. Z kolei intymność przejawia się w umiejętności otwarcia się na partnera, jest silną więzią. Jest autentyczna we wzajemnych relacjach. Natomiast zaangażowanie powoduje, że pozostaje się ze sobą na dobre i złe<sup>55</sup>. Czy związek przetrwa? Gdy siła namiętności słabnie, z czasem wygasa – między partnerami pozostaje intymność i zaangażowanie. Miłość staje się przyjacielska. W dobrych związkach przyjaciele umieją słuchać siebie nawzajem. Ważnym atrybutem przyjaźni jest porozumienie. Dobra komunikacja ochrania związki przed rozpadem.

*Miłość jest sztuką, tak jak sztuką jest życie*<sup>56</sup>. Jest uczuciem wymagającym poznania i zaangażowania, troski i odpowiedzialności, przyjmowania drugiej osoby takiej, jaka jest. Być zdolnym do miłości, to być aktywnym w myślach i uczuciach wobec osoby, którą się kocha, wierzyć w siebie i drugiego człowieka, wierzyć we własną miłość, wierzyć we własne przekonania racjonalne<sup>57</sup>.

Znane są z literatury opisy tego zjawiska, opowieści o romantycznej miłości, często zwieńczonej zaślubinami przed ołtarzem – a potem żyli długo i szczęśliwie (Andrzej Kmicic i Oleńka, bohaterowie *Potopy* Sienkiewicza).

<sup>54</sup> B. Wojciszke, *Psychologia miłości: intymność, namiętność, zaangażowanie*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1993.

<sup>55</sup> W. Wosińska, dz. cyt., s. 381-383.

<sup>56</sup> E. Fromm, dz. cyt., s. 18.

<sup>57</sup> Tamże, s. 37.

Spontanizacja związku i dynamika namiętności – wymagające od kochanków absolutnej determinacji porzucenia zdrowego rozsądku – szkodzą uczuciom. Świadoma zmiana biegu zdarzeń może utrzymać związek w przyjaźni<sup>58</sup>. Przeszkody dla namiętności pokonują literaccy bohaterowie Romeo i Julia w szekspirowskim dramacie, czy główni bohaterowie filmu *Love story* – na podstawie książki Ericha Segalla. Najwcześniejszy przekaz kulturowy, jak przeżywać miłość, jest zawarty w bajkach. Piękne dziewice zakochują się w potworze, by ten z kolei zamienił się w księcia, dzielni rycerze pokonują fortece i smoki by móc poślubić ukochaną. Znamy z dzieciństwa bajki o Kopciuszku, Śpiącej Królownie, Królownie Śnieżce, których niezwykła uroda wywołuje miłość książąt. Przeszkody stojące na drodze do miłości bohaterów są nie do pokonania dla ludzi.

Miłość romantyczna, pierwsza miłość jest nawiązywana w młodości. Z czasem przemija lub zaangażowanie partnera w przetworzenie związku w stały układ jest niedostateczne.

### Podsumowanie

W tej pracy, być może wbrew pozorom, podjęto rozważania na trudny temat. Przyjaźń bywa zaskakująca, nie można jej zaplanować i przewidzieć. Refleksja dotycząca znaczenia przyjaźni w rozwoju psychospołecznym dzieci i młodzieży nastroja optymistycznie. Przyjaźń ochrania ludzkie wartości, ideały i aspiracje.

Przyjaźń jest pierwszą bliską relacją dziecka, uczy umiejętności społecznych. Jest podstawową formą miłości. Związek ten można budować na każdym etapie życia ludzkiego, od lat dzieciennych, poprzez wiek młodzieńczy i dojrzały, aż do śmierci. Wspólna płaszczyzna porozumienia, dialog i praca są drogą, która prowadzi do nawiązywania związków przyjacielskich. Przystawianie umiejętności nawiązywania przyjaźni, zwłaszcza przez dzieci i młodzież, uczy zdolności przystosowywania się do życia i przyszłej pracy. W dzieciństwie kształtuje się własna świadomość, która umacnia się w zawodowym życiu. Być przyjacielem, to znaczy być otwartym na przyjaciół i dokonywać świadomych wyborów. Przyjaźń pozwala zagłębić się w sobie i odkryć własne niedoskonałości, przez co daje człowiekowi siłę do życia. Zrozumienie siebie samego pozwala zrozumieć innych. Przyjaźń pozwala na wydobycie naszej osobowości i oryginalności oraz ich rozwój. Idąc za głosem własnego wnętrza, mamy możliwość realizacji własnego człowieczeństwa. Człowiek świadomy jest zdolny do zawierania prawdziwych związków przyjacielskich – potrafi otworzyć się na innych odmiennych ludzi i zrezygnować z egoizmu<sup>59</sup>.

W dzisiejszej dobie przyjaźń zepchnięto na marginesy życia społecznego. Nie ma czasu dla razem spędzanych chwil. Związki międzyludzkie rozpadają się w zaskakującym tempie. Sztuka przyjaźni nie jest łatwa. Badania wykazują,

<sup>58</sup> B. Wojcieszke, dz. cyt.

<sup>59</sup> V. Albisetti, dz. cyt., s. 113.

że brak przyjaciół i izolacja społeczna są równie szkodliwe dla zdrowia, jak palenie lub otyłość.

Przyjaźń właściwie traktowana i pielęgnowana rozwija się i jest trwałą. Pozwala doświadczyć piękna życia i świata. Bliskość emocjonalna i więź z drugim człowiekiem są ważnymi potrzebami w życiu każdego człowieka, bez względu na etap życia. Setki codziennych interakcji między rówieśnikami, w rodzinie, w szkole, w pracy – poprawia nasz nastrój, pozytywnie nastraja do pracy i funkcjonowania w życiu. Będąc źródłem emocjonalnego wsparcia, przyjaźń poprawia naszą kondycję psychiczną<sup>60</sup>.

Rozwój i dynamika relacji pogłębia więzi między ludźmi. Harmonia udanego związku wymaga równowagi między poczuciem odrębności każdego z przyjaciół a wspólnotą. Ludzie są ze sobą z wyboru. Trzeba umieć otwarcie wyrażać swoje uczucia bez obwiniania innych za swoje nieszczęścia, pamiętając jednocześnie, że każdy z nas jest odpowiedzialny za swoje życie i potrafi podjąć działania, by zmienić swoje zachowania. Podtrzymywanie przyjaźni to właściwa pielęgnacja sposobów bycia ze sobą, by umieć cieszyć się z robienia czegoś wspólnie. Człowiek jako jednostka rozwija się i podlega nowym wyzwaniom. Okazywanie wrażliwości na pragnienia i potrzeby drugiej osoby jest bardzo ważne w relacjach o zabarwieniu erotycznym. W zdrowym związku pozycja obu osób jest równa, partnerzy wzajemnie troszczą się o siebie, jednocześnie znajdują sens życia poza wspólnym układem.

Istotny jest sposób rozwiązywania konfliktów i umiejętność wyrażania niezadowolenia wobec siebie. Bliskie relacje charakteryzuje przywiązanie partnerów do siebie. W czasach konfliktów i kryzysów pozostają ze sobą, bo przyszłością jest wspólne dobro<sup>61</sup>.

Pierwsze lata życia stanowią bardzo ważne podwaliny do prawidłowego rozwoju emocjonalnego człowieka. W tym czasie dziecko znajduje się pod wpływem swoich rodziców, którzy kształtują jego reakcje i zachowania, są dla niego modelem i światem. W rodzinie dziecko uczy się miłości bliźniego, zasad moralnych, odpowiedzialności i wolności. Kochane przez matkę uczy się kochać. Wiele zdarzeń poznaje na drodze uczuciowej, co ma istotne znaczenie w budowaniu przyszłych związków uczuciowych. Wychowanie w rodzinie zintegrowane z wychowaniem przez inne środowiska, w dalszym etapie rozwoju społecznego – przez naukę, pracę oraz sztukę, formułuje jego charakter i osobowość, postawę wobec otoczenia. Człowiek wrasta w religię i kulturę, które są nośnikami określonych treści kształtujących postępowanie człowieka, sposobu myślenia, wyzwalania aktywności i zdolności odczuwania ludzi i sytuacji.

<sup>60</sup> D. Goleman, dz. cyt.

<sup>61</sup> G. Corey, M. Schneider-Corey, *Bliskie związki i miłość*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 411-425.

Podsumowaniem rozważań na temat związków międzyludzkich jest myśl Fromma: „dojrzała miłość jest zjednoczeniem, w którym zachowana zostaje integralność człowieka, jego indywidualność. W miłości urzeczywistnia się paradoks, że dwie istoty stają się jedną, pozostając mimo to dwiema istotami”<sup>62</sup>.

### Bibliografia

- Adelman M.B., Parks M.R., Albrecht T.L., *Natura przyjaźni i jej rozwój*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Albisetti V., *Być przyjacielem czy mieć przyjaciela? Sposób na poznanie samego siebie i innych*, Wydawnictwo JEDNOŚĆ, Kielce 1999.
- Amodeo J., Wentworth K., *Odsłaniająca siebie komunikacja: istotny pomost między dwoma światami*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Bee H., *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Zysk i Spółka, Poznań 2004.
- Bolton R., *Bariery na drodze komunikacji*. [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Corey G., Schneider-Corey M., *Bliskie związki i miłość*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Covey S.R., *Komunikacja synergiczna*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Cywińska M., *Przyjaźń i konflikty*, „Życie Szkoły” 2005, nr 1.
- Czechowski J., *Przyjaźń a wychowanie*, „Wychowawca” 2006, nr 10.
- Dąbrowski Ł., *Przyjaźń w szkole – przejawy „kapitału społecznego” w wieku szkolnym*, „Dyrektor Szkoły” 2008, nr 2.
- Duck S., *Nasi przyjaciele, my sami*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart, (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Dunn J., *Przyjaźnie dzieci*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008.
- Fromm E., *O sztuce miłości*, Wydawnictwo REBIS, Poznań 2000.
- Goleman D., *Inteligencja emocjonalna*, Media Rodzina of Poznań, Poznań 1997.
- Goleman D., *Inteligencja społeczna*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2007.
- Kielar-Turska M., *Rozwój człowieka w pełnym cyklu życia*, [w:] *Psychologia. Podręcznik akademicki*, J. Strelau (red.), D. Doliński, t. 1, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2000.
- Kowalik S., *Przełomy życiowe ukierunkowujące przebieg socjalizacji człowieka*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka*, B. Harwas-Napierała (red.), J. Trempała, t. 3, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2003.

<sup>62</sup> E. Fromm, dz. cyt., s. 32-33.

- Maslow A.H., *Motywacja i osobowość*, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1990.
- McGinnis A.L., *Sztuka przyjaźni*, Oficyna Wydawnicza „Vacatio”, Warszawa 1991.
- Niebrzydowski L., *Przyjaźń i koleżeństwo młodzieży dorastającej*, Uniwersytet Łódzki, Łódź 1983.
- Obuchowska I., *Adolescencja*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, B. Harwas-Napierała (red.), J. Trempała, t. 2, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004.
- Obuchowski K., *Galaktyka potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2000.
- Obuchowski K., *Od przedmiotu do podmiotu*, Wydawnictwo Uczelniane Akademii Bydgoskiej im. Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz 2000.
- Siuta M., *Fenomen przyjaźni kobiety i mężczyzny*, „Kultura i Edukacja” 2004, nr 1.
- Stefańska-Klar R., *Późne dzieciństwo. Młodszy wiek szkolny*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, B. Harwas-Napierała (red.), J. Trempała, t. 2, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2000.
- Stewart J., Logan C., *Komunikowanie się werbalne*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Stewart J., *Komunikacja interpersonalna: kontakt między osobami*, [w:] *Mosty zamiast murów*, J. Stewart (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Szczepańska M., Gaweł-Luty E., *Przyjaźń jako wartość w relacjach dzieci i młodzieży*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2009.
- Tatarkiewicz T., *O szczęściu*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1990.
- Wojciszke B., *Psychologia miłości: intymność, namiętność, zaangażowanie*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1993.
- Wojtyła K., *Miłość i odpowiedzialność*, Wydawnictwo Towarzystwa Naukowego Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, Lublin 1986.
- Wosińska W., *Psychologia życia społecznego. Podręcznik psychologii społecznej dla praktyków i studentów*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2004.