

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Oddziaływanie grupy rówieśniczej na zachowanie dzieci.

Jak radzić sobie z presją rówieśniczą?

Paulina Przysańska

Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

Data: 12.05.2025r.



**UNIWERSYTET
EKONOMICZNY
we Wrocławiu**

Czym jest grupa rówieśnicza?

Grupa rówieśnicza to zbiór osób w podobnym wieku, mających zbliżone zainteresowania i doświadczenia.

Dla **dziecka** stanowi ona kluczowe środowisko społeczne poza rodziną.



Wpływ rówieśników na kształtowanie tożsamości dziecka



Tożsamość dziecka formuje się w dużej mierze poprzez **interakcje z rówieśnikami**. Grupa dostarcza informacji zwrotnych o zachowaniu, wyglądzie i umiejętnościach. Te opinie wpływają na samoocenę i postrzeganie siebie. Dziecko uczy się, które cechy są cenione, a które nie.

Akceptacja rówieśnicza ma ogromne znaczenie dla poczucia własnej wartości. Pozytywne relacje w grupie budują pewność siebie i poczucie przynależności.



Jakie znaczenie ma przynależność do grupy dla dziecka?



Potrzeba przynależności jest jedną z podstawowych potrzeb człowieka. Dla dziecka **grupa rówieśnicza** jest pierwszym środowiskiem, gdzie może ją realizować poza rodziną.

Poczucie przynależności do grupy ma głęboki wpływ na rozwój emocjonalny. Daje dziecku poczucie bezpieczeństwa i wsparcia. Wzmacnia samoocenę i pomaga w radzeniu sobie ze stresem. **Brak przynależności** może prowadzić do izolacji i problemów emocjonalnych.



Pozytywne aspekty wpływu rówieśników



Dzieci w grupie rówieśniczej uczą się od siebie nawzajem. Wymieniają wiedzę, umiejętności i doświadczenia, inspirując się do nowych aktywności. Grupa oferuje wsparcie emocjonalne. Rówieśnicy pocieszają się w trudnych chwilach i dzielą radość z sukcesów.

Relacje rówieśnicze często prowadzą do odkrywania nowych pasji. Dzieci zarażają się nawzajem entuzjazmem do różnych aktywności.



Negatywne strony oddziaływania grupy rówieśniczej



Presja rówieśnicza może skłaniać dzieci do zachowań niezgodnych z ich wartościami. Chęć akceptacji może prowadzić do ryzykownych decyzji. W skrajnych przypadkach **presja grupy** może skutkować problemami z samooceną lub zachowaniem.

Istnieje ryzyko przejmowania negatywnych wzorców zachowań. Dzieci mogą naśladować agresję, nietolerancję lub inne niepożądane postawy obserwowane w grupie.



Jak radzić sobie z presją rówieśniczą?



- Presja to inaczej **przymus psychiczny**, nacisk wywierany na kogoś w określonym celu
- Na presję grupy rówieśniczej najbardziej narażeni są młodzi ludzie w wieku adolescencji (od 16 lat)
- Jest to kluczowy moment w **emocjonalnym i psychofizycznym** rozwoju człowieka, a potrzeba więzi z rówieśnikami staje się pierwszoplanowa
- Młodzi ludzie szukają tam **akceptacji, poczucia bezpieczeństwa i pewności, że komuś na nich zależy**

W związku z tym łatwo dostosowują się do stylu bycia i postępowania danej grupy, co zapobiega wyśmianiu, utracie pozycji i odrzuceniu

- Niestety często wiąże się to z zachowaniami destruktywnymi dla nastolatka, czyli paleniem papierosów, piciem alkoholu, zażywaniem narkotyków, inicjacją seksualną czy nawet czynami karalnymi

Jak pomóc dziecku radzić sobie z negatywnymi naciskami rówieśników?



- **dbać o bliską więź z dzieckiem** już od najmłodszych lat
- podstawowym elementem budowania relacji z nastolatkiem jest **zrozumienie jego potrzeb**
- bliska więź z rodzicami daje dziecku **poczucie bezpieczeństwa, akceptacji i własnej wartości**, a w konsekwencji – **pewność i odwagę** w przeciwstawianiu się różnym presjom zewnętrznym
- wspieranie **w nauce obrony własnego zdania**, zachęcaniu do **samodzielnego myślenia** oraz dostrzeganiu w dzieciach **mocnych stron i chwaleniu za to, co robią dobrze**
- ważne jest również, aby rodzice wykazywali **gotowość do poświęcenia własnego czasu i własnej uwagi** dziecku, które zasygnalizuje, że tego potrzebuje
- rodzic, który nie interesuje się dzieckiem i nie potrafi go doceniać, silnie przyczynia się do poszukiwania środowiska, które da mu akceptację



Aktywne słuchanie i empatia rodzica są kluczowe. Pozwalają dziecku poczuć się zrozumianym i bezpiecznym w wyrażaniu swoich uczuć.

Budowanie pewności siebie dziecka można wspierać poprzez podkreślanie jego mocnych stron. Zachęcanie do podejmowania małych wyzwań i celebrowanie sukcesów wzmacnia samoocenę.



Paulina Przysańska
kontakt: 504 168 886