Agresivita u dětí vyžaduje komplexní přístup a pochopení příčin

PhDr. Mgr. Michaela Šedá, Ph.D.

Agresivní chování dětí představuje jednu z nejčastějších výzev, s níž se pedagogové v praxi setkávají. Ocitají se totiž v roli nejen učitele, ale také mediátora dětských interakcí, průvodce emocemi a tvůrce bezpečného prostředí. Jak v této roli obstát? Kde je klíč k pochopení toho, co za agresí předškolního dítěte stojí? Jak zvládnout vyhrocenou situaci a co ošetřit po jejím odeznění?

Ačkoli jsou projevy impulzivity, vzdoru či konfliktů v předškolním věku do určité míry vývojově přirozené, opakovaná a intenzivní agrese může výrazně narušovat vzdělávací proces, mezilidské vztahy i celkové klima třídy. Agrese v raném dětství není izolovaným jevem, ale výsledkem souhry individuálních, rodinných a situačních faktorů. U některých dětí jde o způsob vyjádření silných emocí, které ještě neumí regulovat, u jiných o reakci na zátěž, neporozumění nebo oslabené sociálně-emocionální dovednosti. V předškolním prostředí však agresivní chování vždy zasahuje nejen samotné dítě, ale i jeho vrstevníky, kteří mohou prožívat strach, nejistotu nebo naopak napodobovat problematické vzorce chování. Pedagogická práce s agresí proto vyžaduje systematický, preventivně zaměřený a citlivý přístup, jenž respektuje potřeby dítěte a zároveň chrání kolektiv. Cílem tohoto článku je představit specifika agresivního chování u dětí předškolního věku, shrnout klíčové rizikové faktory a nabídnout soubor účinných pedagogických strategií, které mohou přispět k bezpečnému a podporujícímu prostředí ve třídě inkluzivní mateřské školy.

Agrese v kontextu vývojové psychologie

Agresivní chování v předškolním věku je třeba chápat především v kontextu vývojové psychologie a zrání dítěte. Tří- až šestileté děti se nacházejí v období intenzivního rozvoje emoční regulace, sociálních dovedností a jazykových kompetencí. Je proto zcela běžné, že reagují impulzivně, výrazně a někdy nepřiměřeně – nikoli proto, že by chtěly ublížit, ale protože ještě **nedisponují dostatečnými nástroji** k vyjádření potřeb, frustrace či napětí. Mezinárodní výzkumy ukazují, že právě předškolní věk je obdobím, kdy se přirozeně vyskytuje nejvyšší míra impulzivní a reaktivní agrese, která s nástupem školního věku postupně klesá v souvislosti se **zráním nervové soustavy** a posilováním sebeovládání. Agrese u předškolních dětí má různorodé podoby. Nejčastěji se setkáváme s **impulzivní reakcí**, kdy dítě jedná dříve, než dokáže situaci promyslet. Takové jednání bývá rychlé, prudké a často nepřiměřené kontextu. Dále se objevuje tzv. **instrumentální agrese**, kdy dítě použije fyzické nebo verbálně agresivní jednání s cílem získat hračku, prostor nebo pozornost. Nezanedbatelným typem je **afektivní agrese**, která je reakcí na přetížení – dítě je unavené, nemá naplněné potřeby, je hladové, nejisté nebo prožívá intenzivní emoci,

> **Agresivita není projevem zlobení, ale signálem, že dítě v danou chvíli nemá dovednost, jistotu nebo bezpečí, které potřebuje.**

kterou ještě nedokáže zvládnout. U některých dětí pozorujeme také **reaktivní agresi**, při níž dítě reaguje obranně, mnohdy nepřiměřeně silně, protože vnímá ohrožení nebo zásah do svého bezpečí.

Při interpretaci chování je nezbytné rozlišovat mezi projevy, které jsou vzhledem k věku dítěte normativní, a těmi, které mohou být známkou hlubšího problému. Agresivní chování začíná být rizikové tehdy, pokud se vyskytuje často, je intenzivní, objevuje se v různých prostředích nebo výrazně narušuje vztahy s vrstevníky i dospělými. Pokud je reakce dítěte v kolektivu natolik silná, že ostatní děti pociťují strach, dochází k **narušení bezpečného prostředí**, které je klíčové pro edukaci i psychosociální rozvoj. Významnou roli hraje také sociální zralost dítěte a jeho vztahové zkušenosti. Děti, které si nejsou jisté svým postavením ve skupině nebo se cítí ohroženě, mohou agresi využívat jako **obranný mechanismus**. Nezanedbatelný vliv má rovněž schopnost komunikovat – dítě, které nedokáže popsat své emoce nebo potřeby, často sahá po fyzickém vyjádření, týká se to například dětí, jež mají nějaké problémy v komunikační schopnosti, a ještě nejsou tyto nedostatky kompenzovány nebo diagnostikovány. Sociální učení je v prostředí mateřské školy každodenním procesem a modelující role pedagoga zde získává zásadní význam. Agresivita v předškolním věku tedy **nepředstavuje izolovaný jev**, ale přirozenou součást vývoje, která vyžaduje citlivou interpretaci, trpělivý pedagogický přístup a systematickou podporu dovedností dítěte. Zároveň však může být **varovným signálem**, že dítě potřebuje cílenou intervenci či pomoc klíčových osob.

Klíčové je pochopit příčinu

Agresivní chování v předškolním věku je výsledkem **souhry mnoha faktorů**, jež se navzájem ovlivňují a vytvářejí specifickou podobu reakcí dítěte v každodenních situacích. Pochopení příčin je pro pedagogy klíčové, protože umožňuje zvolit vhodné strategie práce jak s dítětem, tak s kolektivem. **Rizikové faktory** lze obecně rozdělit na individuální, rodinné a faktory vycházející z prostředí mateřské školy, přičemž žádný z nich nepůsobí izolovaně. Agrese se obvykle objevuje tehdy, když se několik vlivů setká v jednom čase a překročí hranici, kterou je dítě schopno zvládnout svými aktuálními dovednostmi. **Individuální faktory** vycházejí z biologických a vývojových dispozic dítěte. Některé děti jsou od raného věku temperamentově reaktivnější, intenzivněji prožívají emoce a obtížněji je regulují. Zvýšená impulzivita, **nižší frustrační tolerance** nebo zpoždění v rozvoji řeči mohou vést k tomu, že dítě volí agresi jako rychlou a pro něj dostupnou formu reakce. U dětí s neurovývojovými odlišnostmi, jako je například ADHD nebo narušená komunikační schopnost, se agresivita může objevovat ve chvílích přetížení nebo při náročných změnách v prostředí. Důležitou roli hraje také **senzitivita** – některé děti reagují podrážděněji na hluk (hluk je největší stresor), přelidněné prostředí nebo přílišné množství podnětů, zatímco jiné snášejí takové situace relativně bez obtíží.



Rodinné prostředí představuje druhou významnou oblast, která může agresivitu dítěte posilovat, nebo naopak tlumit. Nerovnoměrná či nekonzistentní výchova, nadměrná volnost nebo naopak tvrdý autoritářský styl mohou dítěti znesnadňovat porozumění hranicím. Děti vyrůstající v prostředí s vysokou mírou stresu, napětí, partnerských konfliktů či nepředvídatelnosti často **přejímají vzorce chování**, které pozorují. Pokud doma vidí, že se konflikty řeší křikem, fyzickým tlakem nebo manipulací, mohou tyto strategie přenášet i do jiných prostředí. Stejně tak děti, jež doma nemají prostor pro vyjádření emocí nebo jejichž potřeby nejsou dostatečně reflektovány, mohou reagovat agresivně, protože neumějí zvolit jiný způsob komunikace.

> **Izolace agresivitu dále posiluje, kdy dítě reaguje dalšími výbuchy, které mu přinesou aspoň nějakou sociální interakci.**

Neméně důležité jsou faktory vycházející z **prostředí mateřské školy**. Příliš velké skupiny dětí, nedostatek prostoru pro pohyb, přetížený režim dne

nebo časté změny aktivit mohou výrazně zvyšovat hladinu stresu, a tím i výskyt agresivních reakcí. **Nejasná pravidla** nebo jejich nedůsledné uplatňování vedou k nejistotě, která je pro některé děti spouštěčem agresivního chování. Vliv má také klima třídy – prostředí, v němž se děti cítí bezpečně a respektovaně, přirozeně podporuje rozvoj prosociálních dovedností, zatímco chaotické nebo emočně napjaté prostředí může agresivitu posilovat. Je důležité zdůraznit, že agresivní chování nevzniká proto, že by dítě „chtělo být zlé" nebo „neposlušné". Ve většině případů jde o **projev nezralosti**, frustrace, potřeby vztahu nebo **volání o pozornost**. Agrese se objevuje tam, kde chybí dovednost, síla nebo opora. Pedagog tedy nesleduje pouze samotný incident, ale především to, co mu předcházelo, v jakém kontextu se odehrál a jak na situaci dítě reaguje po jejím odeznění. Teprve propojení všech těchto pohledů umožňuje **zvolit efektivní podporu**, která je pro dítě smysluplná a pro celý kolektiv bezpečná.

> **Důležitá je důslednost, dítě musí zažít, že stejná pravidla platí dnes, zítra i za týden u jakéhokoliv pedagoga.**

Dopad na celý kolektiv

Agresivní chování jednotlivce v prostředí mateřské školy nikdy nezůstává izolovaným jevem. Každý incident, konflikt či náhlá výbušná reakce **ovlivňují celou skupinu** dětí, která je ve fázi intenzivního učení sociálních dovedností a teprve si osvojuje základní principy soužití. Kolektiv předškolních dětí je citlivý systém, v němž emocionální reakce jednoho člena snadno **rezonují u ostatních**. Proto má agresivní chování významný dopad nejen na klima třídy, ale i na psychické prožívání, vztahy a celkovou dynamiku skupiny. Děti v předškolním věku ještě nemají dostatečně rozvinuté dovednosti k tomu, aby agresivnímu chování porozuměly, dokázaly se vůči němu bezpečně vymezit nebo jej správně interpretovat. U některých dětí může častý výskyt agrese ve třídě vyvolávat strach a nejistotu, což vede k vyhýbavému chování, ztrátě důvěry v prostředí školky nebo odmítání společných aktivit. Takové děti mohou být opatrné, stáhnou se do ústraní nebo se začnou vyhýbat vrstevníkům, u kterých agresi opakovaně zažívají. U jiných naopak může dojít k napodobování problémových vzorců chování – pokud děti vnímají, že agresivita přináší pozornost, prostor či okamžitý efekt, mohou ji začít používat jako účinný, byť maladaptivní způsob řešení konfliktů. Z hlediska skupinové dynamiky může opakovaná agrese způsobovat **narušení vztahů ve třídě**. Děti se začnou dělit na podpůrné skupinky, mohou označovat agresivnější dítě jako „zlobivé" nebo se mu vyhýbat, čímž se zvyšuje riziko sociální izolace. Izolace však agresivitu dále posiluje, protože dítě, které není přirozeně začleňováno, může reagovat dalšími výbuchy, jež mu přinášejí alespoň nějakou formu sociální interakce. Kruh se tak postupně uzavírá a řešení situace se stává komplexnější.

Agresivní chování jednotlivce rovněž představuje zátěž pro pedagoga i pro celkovou organizaci edukačního procesu. Pedagog musí často přerušovat řízené činnosti, **přesouvat pozornost** na deeskalaci situace a **zajišťovat bezpečí** ostatních dětí, čímž se oslabuje plynulost dne i kvalita pedagogické práce. Tyto situace mohou ve třídě vytvářet napětí, které děti velmi citlivě vnímají a mohou na něj reagovat zvýšenou podrážděností nebo naopak útlumem. Klima třídy tím postupně **ztrácí svou stabilitu**, která je nezbytná



pro zdravý psychosociální rozvoj dětí. Je také důležité si uvědomit, že děti v mateřské škole se učí převážně nápodobou. Pokud pedagog musí často řešit agresivní situace, zmenšuje se prostor pro modelování prosociálních strategií – například spolupráce, vyjednávání, sdílení, trpělivost či empatie. Kolektiv, v němž dominuje napětí nebo obava z agresivních výbuchů, má méně příležitostí k učení pozitivních sociálních interakcí. Důsledkem může být celkové zhoršení vztahů mezi dětmi a postupná změna klimatu třídy směrem k nedůvěře a roztříštěnosti. Dopad agresivního chování tedy nelze podceňovat. Ovlivňuje nejen samotné dítě, ale i ostatní členy kolektivu, strukturu vztahů, proces učení i psychickou pohodu pedagogů.

Jak s agresí pracovat

Práce s agresivním dítětem v prostředí mateřské školy vyžaduje promyšlený, **citlivý a dlouhodobý přístup**, který respektuje vývojové možnosti dítěte, chrání celý kolektiv a zároveň poskytuje jasný rámec bezpečného chování.

Základem efektivní pedagogické podpory je uvědomění, že agresivita dítěte není projevem neposlušnosti, ale signálem, že dítě v danou chvíli postrádá dovednost, jistotu nebo bezpečí potřebné k adekvátní reakci. Úkolem pedagoga je tyto dovednosti systematicky rozvíjet a prostředí strukturovat tak, aby dítě mohlo uspět. Jeden z nejzásadnějších prvků práce s agresivním dítětem představuje jasné, jednoduché a **předvídatelné nastavení pravidel**. Předškolní děti potřebují prostředí, které je pro ně srozumitelné a stabilní; nejistota nebo časté změny mohou zvyšovat napětí i výskyt agresivních reakcí. **Pravidla** by proto měla být nejen slovně vysvětlena, ale také **vizualizována** pomocí obrázků či piktogramů a **opakovaně procvičována v běžných situacích.** Stejně důležitá je důslednost – dítě musí zažít, že stejné pravidlo platí dnes, zítra i za týden, a to bez ohledu na to, kdo je v roli pedagoga.

Neméně podstatnou roli hraje **modelování přijatelných způsobů chování**. Mnohé děti jednají agresivně jednoduše proto, že neznají alternativu: nevědí, jak požádat o pomoc, jak si říci o hračku, jak vyjádřit nesouhlas nebo jak zvládnout zklamání. Pedagog je v tomto směru klíčovým vzorem – ukazuje dětem, jak mohou situaci řešit jinak, poskytuje konkrétní věty, učí je pojmenovat emoci a nabízí vyzkoušení bezpečných strategií. Dítě tak postupně získává komunikační a sociální repertoár, který agresi nahrazuje. Součástí práce s agresivním dítětem je také **podpora emoční regulace**. Malé děti často potřebují dospělého jako oporu, která jim pomůže zvládnout silné emoce, vrátit se k sobě a znovu získat kontrolu nad situací. Zde se osvědčují prvky spoluregulace – pedagog pracuje se svým hlasem, tempem i postojem, nabízí zklidnění pomocí jednoduchých dechových her, senzorických pomůcek nebo krátkého pobytu v bezpečném koutku, který dítěti umožní si odpočinout a snížit vnitřní napětí. Cílem není dítě izolovat, ale vytvořit mu prostor, kde může **bezpečně zpracovat přetížení**. V situaci, kdy agresivita již probíhá, je zásadní využívat deeskalační techniky. Pedagog pracuje s minimem slov, nepoužívá konfrontační tón a snaží se snížit celkové napětí ve třídě. Místo moralizování popisuje, co vidí („Vidím, že máš tělo napjaté a ruce v pěst"), a nabízí dvě jednoduché bezpečné možnosti, jež dítěti pomáhají vrátit se k regulaci. Funkční je i fyzický odstup – dítě vnímá některé hranice jasněji tehdy, když má svůj osobní prostor respektován. Pedagogická práce s agresí však zahrnuje i **pozitivní posilování**. Pochvala nebo ocenění zaměřené na konkrétní pozitivní chování, nikoli na dítě jako celek, pomáhá posilovat žádoucí vzorce. Pokud pedagog **ocení i malé pokroky** – například když dítě místo úderu použije slova nebo přijde sdělit, že je naštvané –, výrazně tím podporuje budování nových dovedností. Pozitivní zpětná vazba je přitom důležitá nejen pro dítě s agresivními projevy, ale i pro ostatní děti, které vidí, že konstruktivní chování má hodnotu.

> **Pozitivní zpětná vazba pomáhá posilovat žádoucí vzorce a je důležitá nejen pro dítě s agresivními projevy, ale i pro ostatní ve třídě.**

Dalším důležitým prvkem je zajištění strukturovaného, nepřetěžujícího prostředí. Děti, které jsou náchylné k agresivním reakcím, často **reagují na zahlcení, hluk** nebo chaotické prostředí. Pomáhá proto jasný režim dne, střídání klidových a aktivních aktivit, vizuální časovače či předem oznámené přechody mezi činnostmi. Dítě pak může lépe předvídat, co se bude dít, a snáze udržet kontrolu nad svým jednáním. Pedagog by měl zároveň sledovat, **jak dítě reaguje po konfliktu** – zda dokáže navázat kontakt, omluvit se, přijmout hranici nebo projevit chuť situaci napravit. Práce s agresí totiž nekončí samotným incidentem. Dítě se učí nejen regulaci, ale i odpovědnosti, opravě vztahů a hledání bezpečných způsobů komunikace. Pedagogickým cílem není potlačit agresi silou, ale poskytnout dítěti nástroje, díky nimž agresivní chování postupně ztratí svou funkci. **Komplexní přístup**, jenž respektuje potřeby dítěte, posiluje kolektiv a stabilizuje prostředí, je v předškolním vzdělávání nezbytný. Pouze tam, kde se dítě cítí bezpečně, přijímaně, ale zároveň jasně vedené, může agresivní chování postupně odeznívat a nahrazovat se zralejšími formami komunikace a interakce.

Autorka je speciální pedagog, krizový intervent a vysokoškolský pedagog.