



# Jak usměrňovat agresivitu

Ilona Špaňhelová



*O dětské agresivitě se hodně mluví.*

*Mluví se o ní spíše v kontextu, jak je dítě špatné, co zase provedlo,  
jak je hrozné, zase ublížilo, dáme ho do kouta, aby už nezlobilo...*





→ **OBSAH**

Co je to dětská agresivita? .....	5
Co vyvolává agresivitu? .....	5
Profil dítěte, které se chová agresivně .....	5
Profil dítěte, kterému je ubližováno .....	6
Reakce rodiče nebo vychovatele, který je přítomen v okamžiku, kdy se jedno dítě chová vůči druhému agresivně .....	6
Jak škodí vychovatel agresivnímu dítěti? .....	7
Jak škodí vychovatel dítěti, kterému je ubližováno? .....	7
Jak se cítí dítě? .....	7
Jak se cítí rodič? .....	8
Kdo má být tím, kdo se v agresivitě dítěte orientuje a podpoří jedno dítě i druhé? .....	8
Co tedy dělat, abychom agresivitu u předškolních dětí eliminovali? .....	10



Martin Kaličiak, 5 let 1 měsíc



## → Co je to dětská agresivita?

Je to chování dítěte (mluvíme o dítěti v předškolním věku), které je zaměřeno proti vrstevníkům (někdy také rodičům nebo vychovatelům, např. v mateřské škole), které se projevuje útočností - útočným jednáním vůči druhému jedinci.

V tomto věku se projevuje nejčastěji při hrách s jinými dětmi.

## → Co vyvolává agresivitu?

Agresivitu u dítěte vyvolává nemožnost dosáhnout nebo mít něco, co si dítě velmi přeje (hračka, prvenství ve hře ...). Je to tedy touha dítěte po něčem nebo po někom.

Velmi se diskutuje o tom, zda je agresivita dědičná. Zvláště v předškolním období bych tuto diskusi zavrhla. U mnoha dětí ještě ani nemůžeme mluvit o pravé agresivitě, je to jen pokus dítěte zachovat se způsobem, který mu nejvíc vyhovuje a u kterého se domnívá, že bude mít úspěch - dosáhne svého.

Míra uvědomění si toho, že dělá něco špatně, není podle mého názoru u dítěte předškolního věku určitě stoprocentní.

Agresivitu vyvolává také špatný příklad, který dítě vidí ve svém okolí. Jestliže dítě chce nějakou hračku a vezme si ji od druhého dítěte tak, že ho uhodí a hračku sebere, a nic se mu nestane, nedostane žádnou odezvu na své chování, pak je to špatně a dítě si tak vytváří příští model - vzorec svého chování.

V poslední době se také hovoří o roli sdělovacích prostředků na vývoj dítěte. V předškolním období má dítě trávit volný čas vždy s někým z dospělých, aby si pak mohli o tomto společně stráveném prožitku vyprávět. Je to velmi důležité, protože i televizní reklamy, které jsou zařazovány uprostřed pořadů pro děti, nejsou pro děti v předškolním období často vhodné a mohou jim pak ve fantazii udělat zmatky nebo vyvolat neklid.

## → Profil dítěte, které se chová agresivně

Dítě, které se chová agresivně, může mít aktivnější temperament. Temperament je podle odborníků (Hippokrata) založen na měření nervových procesů, jejich síly, rychlosti a proměnlivosti. U dítěte, které se chová agresivně, bychom předpokládali, že je například cholerik.



nějakým způsobem v tomto předškolním období potrestáno. Něco nesmí (nesmí si třeba hrát s druhými na pískovišti), nebo naopak něco musí (musí jít např. na určitou dobu do kouta a tam být na hanbě).

Dítě, kterému bylo ublíženo, je naopak druhými chráněno. Je mu například řečeno: „S tímto klukem si už nehraj, když ti ubližuje, a když ho někde uvidíš, raději tam už nechod.“

Svým způsobem však vychovatel oběma dětem nějakou měrou škodí.

### → Jak škodí vychovatel agresivnímu dítěti?

Dítě, které je agresivní v předškolním období (v mnoha případech je jen živější), je z vrstevnické dvojice „odstraněno“, konflikt je dál řešen v mnoha případech pouze s dospělým. Domnívám se, že dospělý je pak v jasné převaze - má pro dítě argumenty, je pro něj v té chvíli autoritou; v některých případech dítě nemá ani příležitost se bránit, říct, jak věci skutečně byly, jak se staly. Jeho „protivníkem“ v tu chvíli už není dítě, ale silnější dospělý.

### → Jak škodí vychovatel dítěti, kterému je ubližováno?

Škodí mu podle mého soudu tím, že ho příliš ochraňuje a neučí ho v tomto předškolním období mechanismům, jak se bránit sám s pomocí dospělého. Neuvědoměle mu vlastně brání v tom, aby si mohlo samo vytvořit obranné mechanismy. Je to špatně, protože ve školní docházce se už dítě bude samo více dostávat do střetu se svými vrstevníky a nebude tam mít vždy ochranu dospělého.

### → Jak se cítí dítě?

O pocitu dítěte s ním v tu chvíli většinou nikdo nemluví. Mohlo by se stát, že dítě, které druhému ubližuje a které je ze strany dospělého potrestáno, může mít v sobě takové mechanismy, že se bude snažit příště druhému dítěti ublížit ještě víc a rafinovaněji, aby to dospělý neviděl ani neslyšel.

To dítě, kterému je ubližováno, je naopak skryto u dospělého, který ho chrání, a tím pádem se nedostane do přímého kontaktu s druhým dítětem, aby si tento „problém“ vyřešilo.



Obě děti mohou mít pocity selhání, nespravedlnosti, ublížení...

### **Příklad**

- Tři a půl letý Kuba je opět na pískovišti. Je to kluk velmi živý, se kterým si už maminka někdy neví rady. Dnes staví pro auta dráhu na písku. Na pískoviště přišel také Adam. Sedl si opodál a dívá se na Kubu, co dělá. Po chvíli si vezme svůj nový bagr a jde ke Kubovi. Kuba však dostal strach, že mu Adam jeho dráhu rozjezdí nebo s ní něco provede a hned na Adama volá: „Ne ne ne, nechod’ sem ...“ Začne ho také žduchat a Adam spadne a začne brečet na celé kolo...
- Maminka přibíhá k Adamovi, bere ho z pískoviště a přibíhá také maminka ke Kubovi a říká mu: „Cos to zase provedl...?“
- Adamova maminka se na Jakuba stroze podívá a řekne svému synovi: „Pojď, jdeme domů, přece tě tady nenechám, aby tě cizí děti bily ...“

### **→ Jak se cítí rodič?**

S pocity u rodiče je to různé. Pokud v té chvíli, kdy dítě někomu ublíží, je rodičem matka, většinou si klade otázku, jak je to možné, co se s jejím dítětem děje.

V některých případech jde o pocit smutku, skleslosti, překvapení, ale někdy také vzteku a zlosti. Někdy maminka pocituje také stud, že si to dítě dovolilo zase, že nebude mít snad žádné kamarády, že už neví, na jaké jiné pískoviště by s ním měla chodit, když to tady zase provedl ... Tento vztek nebo zlost ve většině případů matka neumí ventilovat sama za sebe, sama před sebou, a ventiluje ho směrem k dítěti - jak je dítě hrozný, co zase provedlo...

Někdy ventiluje tento svůj vztek tak, že dítě nepřiměřeně potrestá.

### **→ Kdo má být tím, kdo se v agresivitě dítěte orientuje a podpoří jedno dítě i druhé?**

Jistě je to dospělý, ke kterému má dítě důvěru, kterého „bere“. Je to rodič, paní učitelka ve školce, teta, babička...

Pak se však musí v mnoha případech změnit **výchovný postup**, který zastávají rodiče nebo někdo jiný, kdo se o dítě stará. Výchovný postup má být v danou chvíli **láskyplně pevný**. Pokud se totiž řada odborníků domnívá, že agresivita je u dítěte naučená, znamená to, že si ji dítě osvojí na základě zkušenosti.

Dítě se tedy ve svém životě naučilo, že agresivita se mu vyplácí, proto ji uplatňuje. Díky agresivitě totiž dosahuje svého cíle - je možné se díky ní zmocnit předmětu, vynutit si od druhých službu, kterou dotyčné dítě vyžaduje...

Špatným výchovným postupem je sledování televize dítětem bez přítomnosti dospělého (jak jsem již zmínila). I v televizi totiž dítě může vidět prvky agresivity, která je mnohdy oslavována a odměňována. Takto - pokud toto pravidlo není ze strany dospělého korigováno - se v dítěti utvrzuje chybný model této situace.

Špatným příkladem je samozřejmě také to, pokud rodiče nebo vychovatel dítě v předškolním období bezdůvodně trestá. Pokud se to stává, dítě vidí a vnímá tento model chování a připadá mu normální.

Dítě si zapamatuje způsoby svého chování, které vedou k úspěchu. Když například dítě uhodí svého brácha a vezme si jeho bonbon, užije si bonbon i slávu z tohoto vítězství = úspěch je uložen v dítěti, v jeho psychice. Dítě si takto může vytvořit scénář pro své chování v dalších situacích. Pokud nastane nová nebo podobná situace, bude se chovat podobně a využívat tento model. Proto si dítě nesmí vytvořit model úspěchu ze svých agresivních scénářů.

Z těchto scénářů si dítě odvozuje zásady, podle kterých se pak řídí v další situaci.

Důležité je to, jak jednájí lidé, které má dítě za vzor v předškolním období, s nimiž se dále identifikuje (rodiče, prarodiče, lidé na obrazovce...).

Dítě má velkou touhu být v citovém vztahu, být milováno, obdivováno. Když se mu to nedaří, vynutí si ze zoufalství vztah alespoň tím, že na druhého zaútočí. Naváže silný, byť negativní vztah, a to se někdy může stát i díky tomu, že dítě začne být agresivní, a tak si vlastně získá druhé dítě, které mu bude podřízené a z nějakého důvodu i podřízeným zůstane.

## → Co tedy dělat, abychom agresivitu u předškolních dětí eliminovali?

### a/ Jak postupovat u agresivního dítěte

- 1. Vnímejme impulzivitu dítěte, jeho temperament a berme to jako fakt. Jeho temperament nezměníme.
- 2. Zkusme plánovitě jeho temperament „vybíjet“.
- 3. Pokud chceme, zkusme využít na toto vybíjení temperamentu a živosti různé sportovní aktivity (fotbal, hokej, běh...).
- 4. Pokud dojde k nějakému agresivnímu chování ze strany tohoto dítěte vůči jinému dítěti, které ještě tuto situaci nedokáže samo zvládnout, postavme se mezi ně a pomozme jim.
- 5. Pokud agresivní dítě bouchne druhé dítě, zamezme tomu, aby ho bilo dál.
- 6. Pomozme oběma dětem, aby konflikt mezi sebou dořešily, nechtějme, aby jedno dítě od druhého odešlo, aby si už spolu nemohly hrát. Naopak. Pomozme jim, aby se dokázalo jedno dítě druhému omluvit, a ukažme jim například vhodný způsob další hry.
- 7. Nechtějme slyšet výmluvy jednoho ani druhého, učme děti, že lepší je přiznat pravdu (i když bude těžká) než lhát.
- 8. Učme dítě, které reaguje agresivně, aby nějakým způsobem svůj čin odčinilo.
- 9. Učme ho se s naší pomocí omluvit.
- 10. Nevylučujme ho z kolektivu dětí, ale po tomto incidentu (v tuto chvíli již vyřešeném) mu dovolme, ať si dál hraje.

### b/ Jak postupovat u dítěte, jemuž je ubližováno

- 1. Snažme se posilovat jeho sebevědomí, v předškolním období je na to nejlepší čas.
- 2. Snažme se, aby se dítě učilo nějakým způsobem bránit samo.
- 3. Zkusme spolu s ním hledat nejvhodnější způsob obrany právě pro něj (někdy se musí druhému dítěti podívat do očí a říct jistým a silnějším hlasem „Nedělej mi to!“).
- 4. Pokud se dítě naučí bránit, bude to zpráva pro dítě, které mu ubližuje, že mu to jen tak neprojde, a možná ho to pak přestane bavit.

5. Snažme se naopak tyto děti dávat při hře spolu (pod naším vedením a dohledem), aby dítě, kterému je ubližováno, nemělo pocit, že se musí před tímto druhým dítětem skrývat.

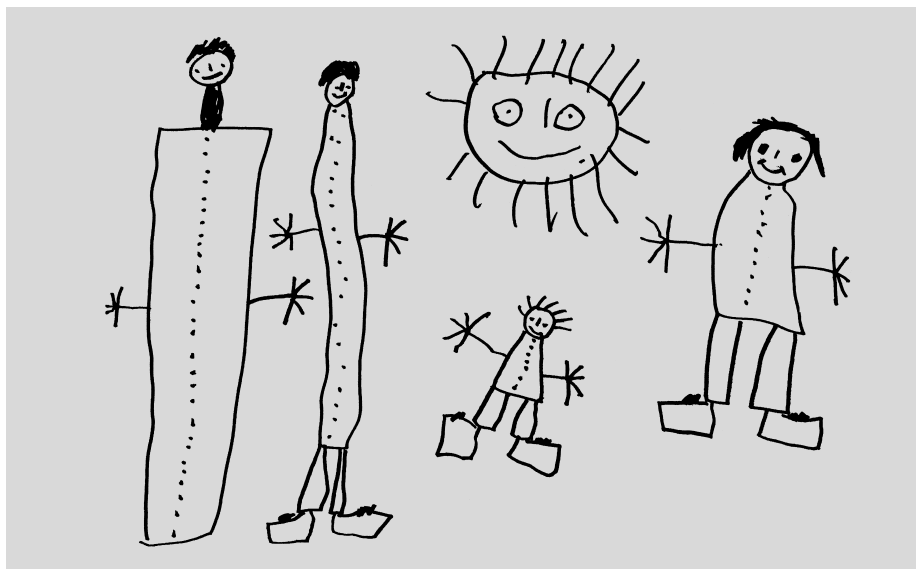
### c/ Jak má postupovat rodič či vychovatel

- 1. A priori dítě nezdravě nechránit (samozřejmě pokud mu nehrozí nebezpečí, a to u dětí v předškolním období nepředpokládám), ale poskytnout mu plnou podporu a pomoc při vyřešení konfliktu.
- 2. Jít dítěti příkladem tím, jak s ním mluvím, jak často s ním mluvím, o čem si povídáme...
- 3. Neříkat dítěti hned „S tím si nebudeme hrát, podívej, co ti udělal...“ – tím je vyčleňujeme z kolektivu, který by byl možná pro dítě přínosem.
- 4. Snažit se usměrnit přílišný temperament u dítěte, které ubližuje, a naopak posílit sebevědomí u dítěte, kterému je ubližováno.
- 5. Učit dítě, které ubližuje, vydat ze sebe energii, a dítě, kterému je ubližováno, učit se bránit.
- 6. Pokud má rodič sám v sobě negativní emoci po nějakém incidentu, má se sám naučit odreagovat. Tuto negativní emoci má ventilovat ne vůči dítěti nebo jinému člověku.

*Není to jednoduché, ale jde to.*

→ Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem, státním rozpočtem České republiky a rozpočtem hlavního města Prahy.

→ ESF napomáhá rozvoji zaměstnanosti podporou zaměstnanosti, podnikatelského ducha, rovných příležitostí a investicemi do lidských zdrojů.



Copyright:  
Vzdělávací institut ochrany dětí o.p.s., PhDr. Ilona Špaňhelová

Typografická úprava:  
AGAMA poly-grafický ateliér, s. r. o., Na Výši 4, 150 00 Praha 5

Tisk:  
Květoslav Zaplatílek, Vesec 66

Vydal:  
Vzdělávací institut ochrany dětí v roce 2007  
U Pergamenky 1511/3, 170 00 Praha 7  
ISBN 978-80-86991-00-9



OPERAČNÍ PROGRAM  
OCHRANY DĚTÍ