

№4 Квітень 2026 року

взаємодіємо зі спеціалістами / діти з ООП

Тетяна Гурковська: старший науковий співробітник Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, психолог-консультант, Київ

Агресія в дітей з ООП: чим зумовлена та як зарадити

Агресія, яку можуть проявляти діти, зокрема й дошкільного віку, викликає в дорослих чимало тривоги. Утім, коли йдеться про дітей з ООП, ця тривога зростає. Розставимо акценти, які дадуть змогу виробити правильну стратегію взаємодії й допомогти дитині з ООП зменшити прояви агресії

Статті до теми:

[Як діяти, якщо дитина поводиться агресивно](#)

[Інклюзивна група в дитячому садку: що робить вихователь](#)

[Лялька-персона в інклюзивному освітньому просторі: навчаємо дітей взаємодіяти](#)

Агресивна поведінка в дітей з особливими освітніми потребами (*далі* — діти з ООП) — це не просто спалахи гніву. Найчастіше — це спосіб повідомити про внутрішній дискомфорт або навіть попросити про допомогу. Агресивна дитина не означає «погана», це лише дитина, яка має труднощі. Завдання дорослого — допомогти їй: в моменті пережити спалах і надалі відійти від агресії як усталеної форми поведінки та спілкування. Для цього дорослі — батьки та педагоги — мають передусім усвідомлювати природу агресивної поведінки в дітей з ООП, а також знати, як діяти, щоб поліпшити якість життя і самої дитини, і її оточення. Про це й поговоримо.

Чому діти з ООП поведуться агресивно

Агресія в дітей з ООП часто має зовсім іншу природу, ніж у дітей з нормотиповим розвитком. У дітей, які розвиваються типово, агресивна поведінка може бути формою маніпуляції, способом домогтися свого або скинути психічну напругу. У дітей з ООП за агресивною поведінкою зазвичай криються інші причини. Наприклад, дитина не розуміє, що відбувається, відчуває стрес, тривогу, не може висловити почуття в інший спосіб або її психіка перевантажилася через надмірну кількість інформації чи стимулів.

Причин агресії в дітей з ООП може бути чимало. Розглянемо кілька основних.

[Неможливість виразити емоції та потреби](#)

Якщо дитина має мовленнєві та когнітивні порушення, їй складно вербально пояснити, чого вона хоче, або навіть просто чимось поділитися. Коли вона бачить, що її тривалий час не розуміють, підключає агресію.

Сенсорне перевантаження

У дітей із РАС або РДУГ сенсорне перевантаження можуть викликати, зокрема, надто яскраве світло, натовп, гучний звук або навіть некомфортний одяг.

Стан фрустрації

Дитина з ООП переживає стан фрустрації, коли не може досягти бажаного. Наприклад, бажана іграшка лежить надто високо, а ніхто не допомагає її дістати; дитина хоче про щось висловитися, а їй не дають цього зробити.



Якщо дитина не може чітко сказати, що їй щось не подобається, вона може просто вдарити співрозмовника або закричати. Особливо це помітно в дітей із мовленнєвими чи інтелектуальними порушеннями. У них часто агресія — це реакція на внутрішнє напруження, біль чи фрустрацію

Зауважимо, що агресивна поведінка в дітей з ООП майже не пов'язана з **віковими особливостями** розвитку. Адже в них біологічний вік не збігається з емоційним. Для малюків агресія — нормальна вікова реакція. Інакше вони просто не вміють. У дітей з ООП, особливо при затримці розвитку, агресивна поведінка може проявлятися й у значно старшому віці. Тому важливо зважати не на біологічний вік, а на рівень емоційного та поведінкового розвитку дитини. Що раніше розпочати корекційну роботу, то більше шансів, що з віком агресивні прояви зменшаться й не трансформуються у сталу форму поведінки.

За яких порушень діти найчастіше проявляють агресію

Не всі категорії дітей із ООП однаково схильні до агресії. Є стани, у яких така поведінка проявляється з більшою ймовірністю. До **категорії ризику**, зокрема, належать діти:

- з РАС — їм складно інтерпретувати поведінку оточення, витримувати сенсорні навантаження, тому агресія, яку вони проявляють, має реактивний характер і часто супроводжується нанесенням шкоди собі;
- РДУГ — агресія в них може бути миттєвою та ситуативною, але водночас швидко загасати;
- розумовою відсталістю — часто проявляють фізичну агресію, тому що не розуміють соціальні норми, їм бракує словникового запасу, щоб повідомити про свої потреби чи проблеми;
- порушеннями слуху та мовлення — можуть проявляти агресію через соціальну ізоляцію, комунікативні бар'єри та нерозуміння з боку оточення.

Також важливо зазначити, що деякі порушення в дітей з ООП проявляються чутливістю до змін. Відповідно, навіть дрібна зміна, як-от зміна розкладу, поява нового педагога, може викликати сильну реакцію.

Як взаємодіяти з дитиною, яка схильна до агресії

Коли діти з ООП поведуться агресивно, вони в такий спосіб виражають те, що не вміють донести інакше. Завдання дорослих — навчити їх цього «інакшого» способу дії. Що саме необхідно зробити?

Виявіть причини та функції агресії. Почніть із комплексного аналізу — оцініть неврологічний статус дитини, її когнітивні здібності, комунікативні навички, з'ясуйте, яка ситуація панує в сім'ї. Спробуйте встановити, які потреби дитина намагається реалізувати за допомогою агресії.



Дитина з розумовою відсталістю, яка під час занять жбурляє іграшки, книжки та відмовляється будь-що виконувати, насправді може просто боятися помилитися й опинитися в стані, коли не розуміє, що від неї хочуть

Стабілізуйте емоційне тло. У дітей з ООП, особливо з РАС, РДУГ, мовленнєвими та сенсорними труднощами, часто порушені механізми саморегуляції. Тому за можливості створіть в дитячому садку сенсорну кімнату, проводьте з дітьми дихальні практики, релаксаційні вправи. Усе це допоможе розслабитися й заспокоїтися, а найголовніше — підібрати техніки та вправи, які будуть дієвими для конкретної дитини. Якщо ж реалізувати все це в межах закладу немає змоги, заручіться підтримкою батьків. Порекомендуйте їм почати відвідувати з дитиною спеціальні центри, де є необхідне обладнання та простір для корекційних занять.

Розвивайте альтернативну поведінку. Покажіть дитині, як можна висловлювати почуття інакше — окрім агресії. Наприклад, вербально, жестами, за допомогою карток PECS («Picture Exchange Communication System» — «Комунікаційна система обміну зображеннями»), емоційних шкал тощо. Допоможіть дитині запам'ятати мовленнєві кліше: «Мені не подобається», «Я злюсь, тому що...», «Допоможи мені, будь ласка». Утім, не чекайте, що вона одразу почне їх використовувати. Спочатку формулювання доведеться нагадувати. Та згодом дитина навчиться використовувати їх у потрібному контексті, замість того, щоб одразу впадати в істерику.



Не працюйте з небажаною поведінкою «в лоб». Спершу спробуйте виявити, що криється за агресією. Можливо, дитині боляче, страшно, вона втомилася, щось не зрозуміла тощо

Окресліть правила й дотримуйтеся їх. Дітям з ООП потрібна передбачуваність та чіткі межі. Створіть у груповому приміщенні середовище, в якому дитина почуватиметься безпечно. У пригоді стануть візуальні опори, наприклад, розклади та правила дня. За потреби дитина зможе показати, що вона відчуває або що їй потрібно. Порекомендуйте батькам мати такі самі «маячки» і вдома.

Організуйте взаємодію між дорослими. Важливо, щоб батьки, педагоги та інші працівники дитячого садка, навіть ті, які заходять в групу раз на тиждень на п'ять хвилин, діяли узгоджено. Адже прояви агресії в дітей з ООП часто посилюється, якщо немає певної системи. Якщо ж вона вже є, важливо її не порушити. Тому проінформуйте батьків, які методи в роботі з дитиною використовують, наприклад, дефектолог або практичний психолог. Бажано, аби батьки також дотримувалися окресленої стратегії або принаймні не суперечили їй поза заняттями.

Як діяти під час нападу агресії в дитини з ООП

У момент агресії потрібно не виховувати дитину, а стабілізувати її стан та ситуацію. Для цього:

- зменште сенсорне навантаження — заберіть зайві подразники, як-от гучні звуки, яскраве світло, за можливості відведіть дитину у відокремлене місце;
- говоріть спокійно, чітко й конкретно — використовуйте короткі фрази на кшталт «Я тут», «Ти в безпеці», «Скоро минеться»;
- дотримуйтесь особистих меж — не підходьте до дитини надто близько, якщо вона чутлива до контакту;
- забезпечте фізичний захист, якщо він необхідний, — м'яко зафіксуйте руки дитини, якщо вона завдає шкоди собі чи іншим.



Якщо дорослий реагує спокійно, виважено, його дії чіткі — це сигналізує дитині, що ситуація під контролем. Тому дорослому, який перебуває поряд з дитиною, важливо також тримати себе в руках і не піддаватися паніці

Коли напад закінчиться, спокійно обговоріть з дитиною, що трапилось, поміркуйте разом, чи можна було інакше виразити свої емоції, як саме. За потреби зверніться до дефектолога, практичного психолога, щоб фахівці додатково попрацювали з дитиною.

Отже, прояви агресії в дітей ООП — це індикатор системної проблеми, а не особливість характеру. Завдання педагогів — виявити потребу й організувати для дитини відповідний супровід, надати їй підтримку, а не стимулювати придушувати негативні почуття. Тільки в атмосфері прийняття та діалогу вона зможе навчитися нових способів взаємодії з оточенням та із собою.