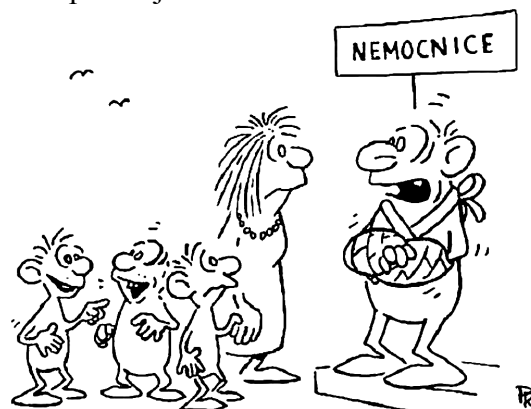


# Jak (ne)trestat děti

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D. 2008

Ministryně Stehlíková navrhuje zakázat deklaratorním zákonem tělesné tresty. Reakce na tento nápad jsou vcelku jednoznačně odmítavé, ale i přesto je dobré se nad tímto návrhem zamyslet.



„Nebohý děti! Budu je teď muset nějakou dobu kopat.“

## Tělesné tresty a CAN

Návrh je veden ideou, že se zákazem tělesných trestů by ubylo tělesného týrání dětí. Aby ubylo týraných dětí je všeobecný zájem, ale bohužel tělesný trest a tělesné týrání mají málo společného. Nejlepší příměr, který má stejnou logiku jako návrh Stehlíkové, je alkohol. Představme si, že by přišel třeba ministr zdravotnictví s návrhem: "Deklaratorním zákonem zakažme pití alkoholu, protože mnoho lidí neumí pít s rozumem. Ubylo by alkoholiků!"

Ano, existují lidé, kteří neumí pít, ale to není důvod, proč prohlásit každou konzumaci alkoholu za špatnou a zlikvidovat vinařství. Toto nám připadá absurdní. Víme, jak dopadly všechny prohibice, ale přesně stejný smysl a dopad by měl i deklaratorní zákaz tělesných trestů. On totiž říká, že tělesný trest je něco svou povahou špatného. A to není pravda.

Ano, mezi tělesným trestem a tělesným týráním neexistuje ostrá hranice, ale ta neexistuje ani mezi psychickým trestem a psychickým týráním. Neexistuje ani mezi pitím alkoholu a alkoholismem, mezi asertivitou a agresivitou, mezi lékem a jedem atd.

## Výchova je řízená frustrace

S trochou nadsázky můžeme říci, že výchova je řízená frustrace. Když dáme před dítě čokoládu a rohlík se sýrem, víme předem, co si vybere - to méně vhodné. Dejte dětem volbu mezi knihou a podle věku - Krtečkem, počítačovou hru či akčním filmem. Opět zjistíme, že děti nemají přirozenou záklopku, která by jim řekla, že třeba není možno koukat na Krtečka dvě hodiny, nebo že není zdravé hrát počítačové hry 26 hodin v kuse. Existuje tisíce podobných příkladů, kdy dítě řízeně frustrujeme, aby získalo užitečné návyky pro budoucí život. Hodnota těchto návyků je ohromná, protože na nich do značné míry závisí nejen zdraví dítěte, ale i jeho životní úspěšnost - například návyk číst knihy.

Abychom mohli uskutečňovat tuto řízenou frustraci, musíme používat nejrůznější motivační techniky. Ne vždy vystačíme s pozitivní motivací a odměnami. Součástí výchovy bylo, je a bude i používání averzivních technik. Ty samozřejmě můžeme rozdělit do dvou kategorií: tělesné a psychické.

## Psychická versus tělesná bolest

Je obecně rozšířenou pověrou, že duševní je apriori lepší než to hmotné či tělesné. To bohužel není pravda. Například tělesná fyzická bolest má jednu velkou výhodu. Rychle odeznívá. Srovnáme-li bolest ze zlomené ruky a bolest z rozchodu, zjistíme, že bolest ze zlomeniny prakticky zmizí po měsíci, ale psychická bolest má sklon přetrvávat celá léta. Například poslechněme si matky - porodní fyzická bolest se zapomíná rychle, ale psychické bolesti, že se jí partner v době těhotenství zanedbával, přetrvávají celá léta a stávají se symbolem pro nejrůznější párové interakce. Proto se ministryně hrubě mýlí, když se domnívá, že dětem prospějí psychické tresty více než tělesné.

Psychické tresty jsou založeny na třech mechanismech:

A) Snižování hodnoty ega (egodevalvace), sebepojetí pomocí výtek: "Kdo lže, je zlobivý, špatný, nehezky, zlý, ošklivý atd."

B) Opuštění či zvětšení psychické vzdálenosti: "Budeš-li zlobit, opustím tě, budu mlčet a nepromluví s tebou ani slovo, budu ukazovat odmítnutí, umřu, vyhodím tě z bytu atd." To je pozorovatelné nejen ve vztahu rodič dítě, ale i u rozchodů obrátce vztahu reaguje na krizi tím, že promptně zvětší vzdálenost - stáhne se a přestane komunikovat, čímž rozchod paradoxně, proti svému zájmu ještě víc urychlí. Toto zvětšování vzdálenosti vidíme i u jiných savců. Například její využití při krocení divokých koní popsal Roberts (1999).

C) Frustrováním jiných potřeb - například zákaz hraní na počítači, domácí vězení, stání v koutě. Tyto metody používají tedy samotu, nudu, obecně sensorickou deprivaci k tomu, aby se dítě příště chovalo jinak.

Jenže používat separační reakce k trestání je velmi zrádná metoda, neboť jak bylo řečeno její destruktivní následky na rozdíl od tělesného trestu přetrvávají mnohem déle. Jedna žena mi vyprávěla výchovnou metodu svých rodičů. Když se jednou se setrou pohádaly, nepromluvili s nimi rodiče celý týden ani slovo - prý aby si příště dokázaly vážit kooperace. Ještě dnes ji polévá úzkost, když si na to vzpomene. Separační reakce tedy mnohem víc připomíná psychické týrání dětí než by tělesné tresty představovaly týrání tělesné.

Téměř všechny psychické tresty jsou zdlouhavé a málo akční. Separační reakce, pokud ji nespustí náhlý odchod rodiče, má často vleklý nástup - rodič přestává hovořit, ale dítě to zjišťuje postupně a tak dlouhodobě narůstá jeho úzkostnost, která přetrvává celé hodiny až dny. Tento dopad na úzkostné ladění tělesné tresty nemají - v rychlém sledu po zlobení, následuje trest a tělesná bolest rychle odeznívá. Stejně tak tělesné tresty nemají nutně egodevalvační aspekt, nevyjadřujeme se k hodnotě dítěte. Prostě toto se nedělá, protože to pak bolí. Není zkrátka žádný důvod, proč považovat psychické násilí za humánnější než fyzické.



*Legenda:* Ilustrace Vladimíry Vopičkové k básničce: "Dokud jsem já Janko, ohýbej mě, mamko. Až já budu Jano, neohneš mě, mámo." (z knihy Kočka lezte dírou, nakladatelství Junior, nedatováno) Tělesný trest má výhodu, že aversivní bolest nastupuje velmi rychle po zlobení, a tak se dobře podmiňuje žádoucí chování, které zde představuje věta: "Kolikrát ti mám říkat, že si máš hrát s míčem na hřišti a ne u domu?" Pokud by matka použila psychické trestání, musela by nyní zvětšit psychickou vzdálenost - přestat se dítětem ostentativně bavit. To by zprvu dítěti moc nevadilo, a tak by matka musela mlčet dlouho. Doma by muselo vzniknout trestající dusno, které zvyšuje úzkostné ladění dítěte. Když toto dusno matka nevydrží, objevuje se nedůsledná výchova. Kromě toho většina rodičů dosvědčí, že takové dusno je spíš Cimrmanovo trestání rodiče rodičem než výchova dítěte.

### **Tělesný trest jako referenční bod**

I když obhajují právo rodičů používat tělesné tresty, je pravda, že je v praxi používám velmi málo. Například mám čtyřletou dceru a na zadek ode mě dostala jen jednou, před rokem. Tělesné tresty však fungují velmi dobře jako referenční bod. Šikovní rodiče mají k dispozici celou plejádu výchovných prostředků - od vysvětlení, otázky až po tvrdší metod - výtky, tělesného trestu a v nejhorším zmíněné separační reakce a jiné psychické tresty a násilí.

Děti by neměly dostávat velký tělesný trest - výprask či bití na zadek častěji než jednou měsíčně. Důvod je prostý. Dochází i inflaci trestu. Psychické i tělesné trestání totiž funguje na základě kontrastu. Když je dítě zvyklé na poměr devět pochval ku jedné výtce, vnímá trest jako kognitivní disonanci a ta má sklon změnit jeho jednání směrem k lepšímu, k pochvalám. Jestliže je dítě zvyklé na tresty a poměr je devět trestů a jedna pochvala (například rodiče jsou mylně přesvědčeni, že za samozřejmosti se nechválí), pak dítě vnímá pochvalu jako něco nepatřičného a má sklon ji ignorovat. Dochází i ke zdegenerovanému vnímání trestu jako odměny - když mě trestá, tak si mě všimá a má mě rád, když mě netrestá, tak neexistuji...

Tělesný trest tedy nejlépe funguje jako referenční bod. Když má dítě "svůj den", zvyšuje rodič postupně svou aktivaci a dává na sobě dobře znát rostoucí napětí, informuje, vysvětluje, brunátní a postupuje vcelku jako u hypnosy: Oznamuje, že se něco bude dít, že se to začíná dít, že se to děje... Toto krešendo - stupňující se varovné známky - slouží dítěti jako teploměr toho, jak moc by mělo zauvažovat o změně svého chování. Proto musí rodič emotivně ukazovat míru své naštvanosti, aby z těchto projevů mohlo dítě vyčíst, že v nějakém momentu došlo k vyrovnání frustrace jeho a rodiče. A tedy, že hrozí trest. Poslední varovnou známkou by mělo být varování před tělesným trestem a občas i samotný tělesný trest.

Když rodiče dodržují toto výchovné krešendo, pak dítě zpravidla nenechá situaci dojít do samotného tělesného trestu, ale stáhne se samo ještě před vrcholem. Dítě musí dobře vědět, kam až může nechat dojít své provokace, tj. vyrovnávání své a rodičovské frustrace. Tělesný trest se tak stává referenčním bodem, který slouží spíš jako memento, vztyčený prst. Je to legitimní, leč vyjímečný výchovný prostředek. Důležité je, aby dítě vědělo, že rodič dělá správně, když mu třeba jednou za půl roku naplácá na zadek. Ne že bude argumentovat pomocí zákona Stehlíkové: "Ano, já sice zlobím, ale ty porušuješ zákon. To je horší a já si na tebe budu stěžovat sociálním pracovníkům." Toto přeci běžně vidíme ve školách.

### **Inflace trestů**

Jednou z chyb rodičů je, že varování před tělesným používají příliš brzo. Věta: "Jestliže nepřestaneš, tak ti budu muset nařezat." je závazek. Jestliže to řeknou s klidnou tváří a dítě nepřestane, tak mu holt podle svého slibu musejí nařezat, jinak vzniká nedůsledná výchova, což je horší.

Kombinace klidná, důrazná řeč v kombinaci s naprosto jasnými, byť tvrdými pravidly se doporučuje při práci s adolescenty, kteří dobře rozumějí každé slovo a přesný význam řečeného. U předškolních dětí by se neměla objevovat dvojná vazba - klidná řeč a tvrdé tělesné tresty. Měla by panovat korespondence mezi emotivním chováním rodiče a jeho trestajícím chováním. Tělesnému trestu by měly předcházet zřetelné emotivní známky naštvání.



JY PROTIDROGOVÝ BILLBOARDS ZA OSM MILIONŮ, MOC NEUSPĚLY, TAK JSEM UDĚLAL SVŮJ ZA PĚT KORUN.

V policejní psychologii se doporučuje stejný postup. Jestliže policisté se dostanou do situace, kdy třeba při domácí hádce vytáhne muž pistoli, začne s ní vyhrožovat a žena přivolá policii. V jednom okamžiku proti sobě stojí s vytaženými zbraněmi policisté i manžel. Nedoporučuje se, aby policisté mluvili tiše či mlčeli, stáli s kamennou tváří jako agent 007, protože stejně jako děti i pachatelé odvozují závažnost situace z emotivních projevů policisty. Imitace filmových vzorů stála život již řadu policistů. V tichu totiž narůstá napětí, které někdo nevydrží a začne střílet. Doporučení zní naopak: Policista by měl začít křičet a dávat opakující se instrukce: "Polož tu zbraň! Na stůl ji dej a nic se nestane."

### **Tělesný trest jako gesto**

Rodiče se někdy mylně domnívají, že aby tělesný trest fungoval, tak musí bolet. Nemusí. Již dvouleté malé děti rozumí tělesným trestům jako gestu. Problém spíše v tom, že rodiče neustojí následnou argumentaci. Například rodič jemně plácne dítě přes ruku, aby už konečně nechal mobil na pokoji. Dítě reaguje slovy, které se naučilo ve školce: "Nebolí, nebolí..." Co teď? Přitvrdit? Seřezat nebo přidat varování?: "Ještě držkuj a dostaneš tak, že si to budeš dobře pamatovat!"

Ne, není třeba. Všimněte si, že v této chvíli dítě již přestalo na mobil sahat, takže rodič dosáhl svého záměru. Stačí tedy říci: "Ale, Lukášku, já jsem nechtěl, aby to bolelo. Já jsem jen chtěl, abys ten mobil nechal na pokoji."

## **Tělesný trest jako aktivace organismu**

Tělesný trest je sice legitimní výchovný prostředek, ale to neznamená, že vhodný vždy. Naopak varují rodiče, aby to s tělesnými tresty nepřeháněli. Je totiž třeba rozumět psychologii dané situace. Nejčastější chyby se dělají večer.

Jestliže je dítě k večeru nevladatelné, je třeba si uvědomit, že to představuje autostimulaci dítěte, které se tak brání nepříjemné klesající aktivitě a únavě. Jestliže ho rodič seřeže, tak jeho aktivaci sníží, ale zvýší, což jde proti jeho zájmu - dítě bude ještě divočejší a bude hůř spát. Rodič by si především měl dát pozor na dvě věci: Především dnes běžně chodí děti příliš pozdě spát a následkem toho trpí spánkovou deprivací, která se projevuje zlobením a psychickými rozladami nejen k večeru, ale po celý den. U dětí je osm hodin spánku naprosté minimum, spíše se vyplácí deset hodin a spánek odpoledne.



Druhý aspekt klesající aktivace je potřeba snižovat psychickou vzdálenost od rodiče. Je evoluční normou, že děti usínaly po západu slunce společně s rodiči. Bylo by absurdní, kdyby matka v pravěku, když šla spát, strčila dítě do vedlejší sluje. Dítě nejraději usíná s hlavou zabořenou do rodiče. Jestliže rodiče v deset v noci nutí přetažené děti usínat v oddělených místnostech, pak je to znásilnění lidské přirozenosti a týráním dítěte. Je to jako odnaučovat kozu, aby nedělala bobky kudy chodí. Stejně jako je nevhodné nutit batolata do sedu či do chůze, dokud k tomu nemají sklony, tak je škodlivé vnučovat dětem oddělené pokoje, dokud po nich samy děti nezačínají volat, dokud nezačnou toužit po soukromí. To rozhodně nevidíme u dětí do šesti let.

## **Když zoufalí rodiče dělají zoufalé činy**

Jestliže rodiče mají nevladatelné dítě, je to zpravidla tím, že nerozumí jeho psychice a neumí analyzovat logiku jeho chování. Pak jakékoliv excesivní trestání, ať psychické nebo tělesné, nevede k cíli. Viděl jsem, jak zoufalí rodiče intenzivně bili adoptované dítě, protože si nevěděli rady s jeho hledáním vlastní romské identity. Toto poslední období se vyznačuje zoufalostí, kdy rodiče se postupně smiřují s myšlenkou, že nad dítětem zlomí hůl a vrátí ho do ústavu. Toto zoufalé období bývá zpravidla provázeno zvýšenou měrou tělesných trestů, které hraničí s tělesným týráním, ale to není problém trestů jako takových, ale především nezvládnání výchovy osvojeného dítěte. Bohužel jim tehdy nepomohli ani odborníci. Navíc rodiče neprošli vzdělávacími kurzy, takže samozřejmě nejprve dítěti zatajovali, že je adoptované, pak mu tvrdili, že není Rom, pak mu zakazovali koukat se po jiných Romech... Prostě těžko si představit, jak hůř už to mohli dělat.

## **Tělesné tresty a věk dítěte**

Vhodnost tělesných trestů je omezená i věkem. Intenzivnější tělesné tresty jako výprask, napládání na zadek ap. by se neměly používat u dětí mladších než dva roky. Do dvou let opravdu vystačíme s tělesnými tresty jako gesty, maximálně plácnutí přes ruku či zadek.

Podobně i u adolescentů vzhledem k jejich zjištěnému prožívání je lepší používat jiné metody výchovy než tělesné tresty, nemluvě o nebezpečí, že tělesný trest se občas zvrtné v bitku, následné volání policie, vyhánění dětí z domova a jiné excesy.

V moderním světě se zapomíná na tradiční výchovné nástroje minulých generací. Adolescenty a mladší dospělé není možno řídit ani psychickými ani tělesnými tresty. Bohužel selhává i pozitivní motivace: "Uč se, ať to někde dotáhneš." Vždy v minulosti se tato věková vrstva řídila pomocí morálky a ideologie, tedy zčásti i pomocí pocitů viny. Tyto děti mají velkou afinitu k ideologickým hnutím a jsou schopny tyto teorie vnímat - všichni chtějí studovat filosofii či psychologii. Rodiče by tedy svým dětem od dětství měli vštěpovat tu ideologii a morální zásady, které v adolescenci opřou o nějaký filosofický základ. Tento vznikající světonázor opřený o vhodnou ideologii je tím očkováním, které krotí excesy v tomto věku.

## **Výtka versus otázka**

Každý druh trestů má své výhody a nevýhody. Psychické tresty jak bylo řečeno jsou založeny na egodevalvací eventuálně na zvětšení psychické vzdálenosti. Jestliže ministryně chce zabránit tělesnému týráním

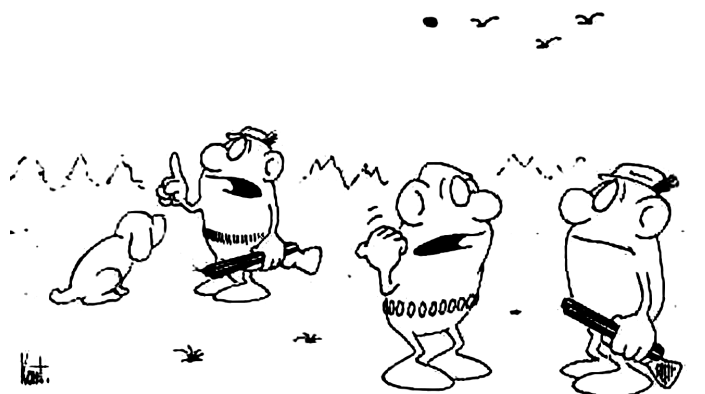
pomocí deklaratorního zákona, zajímalo by mě, zda vymyslí taky nějaký deklaratorní zákon, aby zabránila psychickému týrání.

Například co s ironií? Zejména otcové často reagují na zlobící dítě tím, že ho ironizují. To je egodevalvační mechanismus, tedy psychické trestání. Bohužel malé děti ironii nerozumí vnímají to rozporuplně - úzkostně nebo doslova. Matky mívají analogicky jiný egodevalvační mechanismus, jiné psychické trestání - naříkavé výtky: "Proč mi to děláš? To musíš furt zlobit?"

Jestliže chceme krotit rodiče, aby nepoužívali přemíru tělesných trestů, tak ještě víc je musíme krotit, aby nepoužívali přemíru psychických trestů. Například místo ironie: "To bude fakt paráda, až tě přejede auto." nebo plačtivé výtky "Honzičku, proč pořád chodíš tak blízko u kraje silnice?" je možno použít otázku: "To víš, Honzo, že auta jsou zlá a je třeba chodit dál od kraje?" "To já vím!" "Já vím, že to víš. Ty jsi prostě šikovný." Tato otázka měla stejný efekt jako výtka či ironie - dítě šlo dál od kraje silnice, ale navíc ten názor obhajuje proti rodiči jako za svůj (internalizuje ho) a navíc je pochváleno. Zkrátka je řada situací, kde se obejdeme bez psychických i tělesných trestů.

### Nezamýšlené následky zákazu

Jestliže rodičům vezmeme jeden z důležitých výchovných nástrojů, tak v praxi následkem nebude kvalitnější výchova, jak se domnívá Stehlíková, ale rezignování na výchovu. To je, jako kdyby nějaký chytrý úředník z EU přišel s nápadem naučit cyklisty jezdit bez řidítek tím, že jim je odmontujeme. Výsledkem nebudou kvalitnější řidiči, ale jen plné nemocnice zraněných.



Vždy krátce diskutuje se svým psem, než si tu kachnu přinese sám.

Jestliže Stehlíková poukazuje na anglickou výchovu, je to právě ukázka toho, kam bychom to neměli nechat zajít - výchova samospádem - země, která proslavila nezvladatelnými bandami chuligánů. Buď rodiče budou porušovat zákon, nebo jako v Anglii vypoklonkují dítě z bytu, jakmile to bude možné, nebo dají ho do internátní školy. Jedna žena takto přivedla syna na policejní stanici a prohlásila: "Nechejte si ho tady, já ho nezvládám." To měl být trest za to, že přišel pozdě domů a kouřil marihuanu. Tedy ukázkový případ psychického trestání dítěte pomocí hospitalismu.

### Globální výchovná nejistota

V moderním světě ve všech vyspělých zemích po celé zeměkouli se objevuje jev, který by se dal označit za globální výchovnou nejistotu. Ani odborníci, natož rodiče se neshodují, jak v rychle měnícím se světě vychovávat děti. Zmizel konsensus, který všeobecně panoval v minulosti. Rodiče nevědí, co je dnes pro dítě prospěšné a co ne. Tento svět nejistoty je však rájem pro sociální inženýry. Ti se srdcem na dlani vymýšlí experimenty na lidech s pochybnými předpoklady.

Dneska se pousmějeme historickým návrhům na léčení duševních chorob - například Sydenhamova léčba pomocí železných pilin (Foucault 1993) či Charcotova třepací židle (Youngston 2004). Tehdy to ale byly dobře míněné nápady předních psychiatrů.

I když zákaz tělesných trestů ve výchově má asi tolik logiky jako třepací židle u schizofrenie, přesto musíme na adresu Ďzamily Stehlíkové přiznat, že výchova dětí a zejména různé formy trestů jsou opravdu složitou záležitostí a to trochu omlouvá její naivní představy.

### Literatura

Roberts Monty (1999): Muž, který naslouchá koním. Knižní klub, Praha

Youngson Robert M. (2004): Vědecké omyly, bludy a podvrhy. H&H Vyšehradská s.r.o., Jinočany

Foucault Michel (1993): Dějiny šílenství. Praha, Lidové noviny