

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**

**Pedagogická fakulta**

**Katedra pedagogiky a sociálních studií**

**Bakalářská práce**

**Barbora Jarošová**

**FYZICKÉ A PSYCHICKÉ TRESTY V RODINNÉ VÝCHOVĚ**

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci na téma „Fyzické a psychické tresty v rodinné výchově“ napsala samostatně s použitím uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že nebyla použita k získání stejného nebo jiného titulu.

Datum

.....  
podpis

## **Poděkování**

Děkuji vedoucí mé bakalářské práce PhDr. Janě Kvintové, Ph.D. za odborné vedení, věnovaný čas a milý přístup.

## ANOTACE

<b>Jméno a příjmení:</b>	Barbora Jarošová
<b>Katedra:</b>	Katedra pedagogiky a sociálních studií
<b>Vedoucí práce:</b>	PhDr. Jana Kvintová, PhD.
<b>Rok obhajoby:</b>	2023

<b>Název práce:</b>	Fyzické a psychické tresty v rodinné výchově
<b>Název v angličtině:</b>	Physical and psychological punishments in family education
<b>Anotace práce:</b>	<p>Tato bakalářská práce je zaměřena na psychické a fyzické tresty v rodinné výchově. Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části se zaměřuji na funkce rodiny a styly výchovy. Dále na charakteristiku trestů, fyzické a psychické tresty a jejich následky. Poslední kapitola se věnuje ostatním výchovným prostředkům a metodě řešení konfliktu bez poražených. Praktická část je realizovaná pomocí dotazníku ve kterém zjišťuji s jakými typy fyzických a psychických trestů mají adolescenti osobní zkušenost, v jakém období nejčastěji a zda znali důvod jejich vykonání.</p>
<b>Klíčová slova:</b>	Tresty, psychické tresty, fyzické tresty, rodina, výchova
<b>Anotace v angličtině:</b>	<p>This bachelor's thesis is focused on psychological and physical punishments in family education. The work is divided into a theoretical and a practical part. In the theoretical part, I focus on family functions and parenting styles. Furthermore, the characteristics of punishments, physical and psychological punishments, and their consequences. The last chapter is devoted to other educational means and a method of conflict resolution without losers. The practical part is implemented with the help of a questionnaire in which I find out what types of physical and psychological punishments adolescents have personal experience with, in what period most often and whether they knew the reason for their execution.</p>

<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	Punishments, psychological punishments, physical punishments, family, upbringing
<b>Přílohy vázané v práci:</b>	Příloha č. 1: Dotazník pro adolescenty
<b>Rozsah práce:</b>	54 stran
<b>Jazyk práce:</b>	Čeština

## Úvod

Téma této bakalářské práce je úzce spojeno s osobní zkušeností autorky, která v dětství zažívala obě formy trestu. To ji přivedlo k zamyšlení, jaké zkušenosti mají další jednotlivci, kteří dospívali v podobném období. Dalším podnětem k napsání této práce byla vzpomínka na rozzlobenou maminku její kamarádky, která v záchvatu vzteku dala své dítě pod ledovou sprchu. Byl to odstrašující případ, jak nejednat s malým tvorem, který mnohdy ani neví, co udělal špatně. I když si díky výzkumu autorka uvědomila, že psychické a fyzické tresty, které zažívala byly běžnou součástí každé výchovy, myslí si, že ovlivnily především její důvěru v rodiče. S odstupem času si uvědomila, že mnohdy tresty neměly ani přímou spojitost s jejím chováním. Spouštěčem byl například stres v práci, který rodič neměl kde uvolnit, a tak si ho vybil na dítěti. Autorka především u otevřených otázek pociťovala lítost nad osobními zkušenostmi respondentů. Za pozitivní se dají považovat negativní názory, které respondenti měli na využití trestu a fakt, že je ve většině nehodlají uplatňovat na svých potomcích.

Teoretická část bakalářské práce přináší informace z odborné literatury. Charakteristiku rodiny, výchovy, fyzických a psychických trestů. Následující kapitoly jsou věnovány alternativním metodám, které napomáhají trestům předejít. Tyto metody jsou založeny především na rovnocenném vztahu mezi dítětem a rodičem, jejich komunikaci, která vede k předcházení nežádoucího chování.

Praktická část byla realizována pomocí elektronického dotazníku, který byl vytvořen pro jedince v období adolescence. Hlavním cílem bylo zjistit osobní zkušenosti respondentů s fyzickými a psychickými tresty v jejich rodinném prostředí. Dílčími cíli bylo stanovit v jakém věkovém období se s tresty setkali nejčastěji, s jakými mají osobní zkušenost, zda je považují za efektivní a jestli budou využívat tresty ve své výchově.

# Fyzické a psychické tresty v rodinné výchově

## OBSAH

Úvod

### I. TEORETICKÁ ČÁST

<b>1 Rodina</b> .....	10
1.1 Charakteristické znaky současné rodiny .....	10
1.2 Funkce rodiny .....	11
1.3 Typy rodiny .....	13
<b>2 Výchova</b> .....	15
2.1 Styly výchovy .....	15
<b>3 Tresty</b> .....	17
3.1 Znaky trestu .....	18
3.2 Psychické tresty .....	19
3.2.1 Následky psychických trestů .....	20
3.3 Fyzické tresty .....	21
3.3.1 Následky fyzických trestů .....	23
3.4 Ostatní výchovné prostředky .....	25
3.4.1 Metoda „bez poražených“ .....	25
<b>4 Specifika vývojového období adolescence</b> .....	29

### II. PRAKTICKÁ ČÁST

<b>5 Cíl a výzkumné otázky</b> .....	31
5.1 Výzkumné otázky: .....	31
<b>6 Metodologie výzkumu</b> .....	31
6.1 Charakteristika výzkumného vzorku .....	31

6.2 Výzkumná metoda a sběr dat .....	31
<b>7 Výsledky výzkumu .....</b>	<b>33</b>
<b>8 Diskuze .....</b>	<b>42</b>
<b>9 Závěr .....</b>	<b>44</b>
<b>10 Souhrn .....</b>	<b>45</b>
<b>Literatura .....</b>	<b>46</b>
<b>Seznam grafů a tabulek .....</b>	<b>49</b>
<b>Seznam příloh .....</b>	<b>50</b>



## **TEORETICKÁ ČÁST**

# 1 Rodina

Obecně rodinu označujeme jako skupinu lidí, kteří jsou spojeni manželstvím, pokrevním příbuzenstvím nebo adopcí. Zahrnuje dva dospělé jedince neboli rodiče a jejich potomky. Sociologie označuje rodinu za sociální instituci nebo malou sociální skupinu. (Jandourek, 2012). Ekonomie ji považuje za výrobní a spotřební jednotku. Z pohledu sociální pedagogiky rodina zastupuje primární skupinu, ze které jedinec vychází a která ho ovlivňuje, je jeho přirozeným prostředím a neformální sociální skupinou. (Kraus, 2014) K dalším přirozeným prostředím člověka patří vrstevnická skupina a lokální prostředí. Rodina předává společenské hodnoty a zprostředkovává kulturní vliv. Manželský svazek není již nutnou podmínkou k utvoření rodiny, to vede k růstu počtu narozených dětí mimo manželství. Podle Plaňavy (1994) je náplní rodiny vytvářet bezpečný a stabilní prostor, ve kterém může osoba sdílet a reprodukovat život.

## 1.1 Charakteristické znaky současné rodiny

Při srovnání s rodinou v minulosti zaznamenala současná rodina řadu změn, a to například ve větší rovnosti pohlaví. Podle Krause (2014) se starost o domácnost a děti se stává úkolem obou rodičů, stejně jako přispívání do rodinného rozpočtu díky možnosti žen pracovat a budovat svou kariéru. Rodina se demokratizuje, a to vede ke snížení dříve výsadního postavení otce v rodině. Avšak role otce neztrácí na důležitosti, naopak oba rodiče jsou důležitým příkladem pro dítě, jak budovat partnerský vztah a tím se rozvíjí jeho sociální schopnosti. Pokud dítě vyrůstá v rozvedené rodině může to vést ke zhoršení duševního zdraví a nesprávnému rozvoji osobnosti. Hádky, které během rozpadu manželství často nastávají, mohou vést k úzkostným stavům nebo psychickým poruchám. Mění se také struktura rodiny. Manželé již častěji místo vztahu manželského žijí ve vztahu partnerském. Tím stoupá počet dětí narozených mimo manželství, současně stoupá také počet rozvodů a domácností, kde je pouze jeden rodič. Tyto rodiny jsou náchylnější k sociálním událostem, kterým mohou vést k sociální dezintegraci jedince, ztrátě zaměstnání až k chudobě. S celkovou změnou struktury je také spojen klesající počet dětí, a to díky vynalezení antikoncepce, díky které mohou partneři plánovat početí. Populační pokles jde v ruku v ruce se zaměřením na kariéru. (Kraus, 2014)

Charakteristickým znakem je také dezintegrace, která se projevuje úbytkem času, který rodina tráví spolu. Na rozdíl od minulosti spolu již nevečeří, neprobírají, co v uplynulém dni zažili, nekomunikují. „*Nastává atomizace života v rodině*“ (Kraus, 2014, s. 85). Nedostatek

času na děti a společný život je spojen s velkým pracovní vytížením rodičů, které je kompenzováno nákupem materiálních věcí, které slouží jako úplatek dětem. To vše je spojeno s termínem dvoukariérového manželství – oba partneři si budují maximální pracovní kariéru. Mnoho funkcí rodiny převzaly další instituce jako je například škola, to je spojeno s krizí rodiny. S delší dobou dožití rodičů je spojen i pozdější odchod dětí z domova a starší věk lidí, kteří se stávají prarodiči. Sílí jsou také socioekonomické rozdíly mezi rodinami, které se mohou projevit šikanou dětí z méně majetných domácností (Kraus a Poláčková, 2001)

## 1.2 Funkce rodiny

Rodina má pro společnost a jedince nenahraditelné funkce. Ve vztahu ke společnosti má primárně funkci reprodukční a ve vztahu k jedinci všechny další funkce, které napomáhají k jeho zdravému vývoji. Její funkce se v průběhu doby mění, ale stále zůstává základním článkem lidské společnosti. Jednotlivé funkce jsou spolu úzce propojeny (Kraus, 2014).

### 1. Biologicko – reprodukční funkce

Tato funkce je důležitá jak pro jedince, tak pro společnost. Společnost díky nové generaci naplňuje své perspektivy. Pro jedince je narození dítěte znakem vyspělosti, dává jeho životu nový směr a uspokojuje potřebu pokračování jeho rodu. Narození potomka sebou, ale nese také změny, které jedinec může vnímat negativně, a to především zásah do kariéry, který znamená ztrátu kontaktu se společností a chybějící praxe snižuje postavení na trhu práce. Mateřství přináší celkovou změnu životního stylu (nedostatek volného času, ztráta koníčků, zodpovědnost za dalšího člověka aj.), nábourání do ekonomického chodu rodiny, který je spojen s většími náklady, a to může být pro mladé rodiny nebo matky samoživitelky problém. Jelikož mít dítě je nenávratným rozhodnutím, může být také zkouškou pro vztah partnerský. V současné době dochází k odkladu mateřství a nárůstu počtu párů, které děti neplánují vůbec. (Kraus, 2014)

### 2. Sociálně – ekonomická funkce

Tato funkce je spojena s ekonomikou, která rodinu neboli domácnost spatřuje jako spotřebitele, tvůrce ekonomických hodnot a samostatnou ekonomickou (obchodní, výrobní) jednotku. Zajišťuje materiální existenci každého jejího člena. *„Z vnitřního hlediska lze ekonomickou funkci rodiny vyjádřit jako schopnost zajistit ekonomické a sociální podmínky pro*

*zajištění a realizaci potřeb svých členů*“ (Procházka, 2012, s. 105). Poškození této funkce vede k chudobě a hmotnému nedostatku.

### 3. Socializačně výchovná funkce

Jedná se o jednu z nejdůležitějších funkcí rodiny. Hlavní úlohou je příprava dítěte na vstup do praktického života, předání životních hodnot, osvojení si základních návyků a způsobů chování ve společnosti. Nedostatečně naplněná výchovná funkce je spojena se špatným výchovným stylem. Socializační funkci nenaplnují pouze starší generace vůči mladším, ale také naopak. S přibývajícím věkem kontakt se společností klesá, a proto mladší generace zajišťuje socializační funkci pro starší členy rodiny. Důležitou roli hraje taky kulturní a materiální prostředí nebo ekonomické podmínky. (Kraus, 2014)

### 4. Emocionální funkce

Rodina pro jedince zajišťuje prostředí bezpečí, klidu, plné lásky a jistoty. Pokud nejsou tyto hodnoty naplněny, může to mít pro člověka dopad na jeho budoucí život. Podle Procházky (2012) jsou dobré vztahy v rodině důležitým předpokladem pro zdravý rozvoj emocí člověka. Od narození se za důležitý pokládá vztah matky a dítěte. Pokud je dítě po porodu odděleno od matky, vyvolá to v něm citově sociální deprivaci, která se později prokazuje v neschopnosti vnímat lásku k okolí i k sobě samému. V důsledku sociálních problémů (rozvod, dezintegrace aj.) rodiny tuto funkci naplňují jen stěží, to vede k nárůstu dětí citově deprivovaných.

### 5. Ochranná funkce

Ochranná funkce zajišťuje biologické, hygienické, zdravotní a další životní potřeby všech členů domácnosti. V minulosti tuto funkci naplňoval z větší části stát, dnes se stará primárně rodina. Nazývá se také funkce zaopatřovací nebo pečovatelská. (Kraus, 2014)

### 6. Rekreační funkce

Důležitým bodem v životě rodiny je také společné trávení volného času, času na dovolené, aktivní a pasivní odpočinek nebo čas věnovaný zájmovým činnostem. To vše napomáhá pozitivnímu životnímu stylu, přispívá k dobrému duševnímu zdraví a socializaci. Volnočasové aktivity také slouží jako prevence před rizikovým chováním. (Kraus, 2014)

## 1.3 Typy rodiny

- Typy rodiny z pohledu funkčnosti

Podle Dunovského (1986) můžeme rozlišit 4 druhy rodin z hlediska naplnění základních funkcí. Dunovský podle měření funkčnosti rodiny určuje stupeň rodinných poruch. Jako nástroj pro měření pásma funkčnosti rodiny použil dotazník.

Mezi kritéria patří:

- a) složení rodiny b) stabilita rodiny c) sociálně – ekonomická situace rodiny d) osobnost rodičů
- e) sourozenci f) osobnost šetřeného dítěte g) zájem o dítě h) péče o dítě

Na základě těchto kritérií rozlišil Dunovský 4 typy rodin (Dunovský, 1986)

### 1. Funkční rodina

Funkční rodina zajišťuje dítěti dobrý a optimální rozvoj, výchova zde probíhá optimálně. Helus (2007) doplňuje tuto kategorii o rodinu funkční s přechodnými, více či méně vážnými problémy. Tyto rodiny mají problémy, ale dokáží je vyřešit a tím utužit vztahy v rodině. Těmito problémy mohou být např. krátkodobá manželská krize, dospívání dětí, bytové a finanční problémy. Rodina se v těchto chvílích semkne a snaží se co nejefektivněji a nejrychleji problém vyřešit.

### 2. Problémová rodina

Tato rodina už nemá problémy dočasné, ale dlouhodobé, nezvládá naplňovat některé své funkce. Rodina není schopna tyto problémy řešit sama, a tak nachází pomoc u osob zvenčí. Podle Jiřího Dunovského (1986) však není narušen rodinný systém ani vývoj dítěte.

### 3. Dysfunkční rodina

V této rodině jsou porušeny všechny funkce. Je ohroženo dítě i všichni další členové. V tomto případě je nutný zásah institucí, které se snaží rodině pomoci. Rodina může mít problémy spojené s patologickými jevy, dlouhodobou krizí, nedostatkem finančních prostředků apod. Pomoc orgánů nebývá vždy účinná a následuje rozpad rodiny (Dunovský, 1986)

### 4. Afunkční rodina

Rodina přestává úplně plnit svou funkci. Sanace rodiny nemá smysl a dítě je umístěno v náhradní rodinné péči. V těchto rodinách dochází k týrání, zneužívání a zanedbávání dítěte.

- Typy rodiny podle velikosti

Psychologický slovník (Hartl a Hartlová, 2015) rozlišuje nukleární rodinu, která se skládá z rodičů/manželů a dítěte nebo více dětí, a širší rodinu, která zahrnuje prarodiče, tety, strýce, bratrance atd.

- Typy rodiny podle struktury

Rozlišuje se rodina úplná, kdy nechybí ani jeden z rodičů, a neúplná, kdy jeden z rodičů není v rodině přítomen.

- Typy rodiny podle příslušnosti

Určujeme dva druhy – rodina orientační označuje rodinu, ze které pocházíme, a rodina prokreační je rodina, kterou založíme.

## 2 Výchova

Podle psychologického slovníku se výchovou označuje záměrné, více či méně systematické rozvíjení citových a rozumových schopností člověka, utváření jeho postojů, způsobu chování, v souladu s cíli dané skupiny, kultury apod. (Hartl a Hartlová, 2015).

Podle pedagogického slovníku se jedná o proces záměrného a cílevědomého vytváření a ovlivňování podmínek umožňující optimální rozvoj každého jedince (Mareš a spol., 2003).

Tedy hlavními znaky výchovy je její záměrnost, cílevědomost v působení na člověka. V potaz musíme brát také další faktory působící na jedince, které výchovu ovlivňují. Tyto faktory rozdělujeme na vnější a vnitřní. Mezi vnitřní faktory patří specifika lidského organismu jedince jako je např. temperament, genetika, základní lidské potřeby, hodnoty, zájmy aj. Jako vnější faktory označujeme přírodní a sociální prostředí, mezi které řadíme např. úroveň společenského rozvoje, etiku, rodinnou situaci, kulturu, bydlení aj.

Podle anglického filozofa Locka (1984) je výchova založena na učení se ze zkušenosti. Locke (1984) klade důraz na výchovu mravní a jeho výchovným cílem je moudrost a mravní ušlechtilost. Vědomosti staví na poslední místo. Přijetí správných návyků je spolehlivější než rozum. Osvícenský myslitel Rousseau (1926) tvrdí, že člověk se narodí dobrý, ale společnost ho zkazí. Nutný je podle něj návrat k přírodě, od které se lidstvo odklonilo, a proto má výchova probíhat v přírodním prostředí, kde se dítě může chovat svobodně a přirozeně.

### 2.1 Styly výchovy

Tato kapitola reprezentuje základní styly výchovy podle Krause a Poláčkové (2001).

#### 1. Autoritářská výchova

Jedná se o výchovný styl, ve kterém se nejvíce uplatňuje síla a moc dospělého. Rodič od dítěte vyžaduje poslušnost, plnění jeho příkazů a klade na něj vysoké nároky. Děti nemají výchovné problémy a mají dobré školní výsledky. Prostředky výchovy jsou nezávislé na vychovávaném. Emocionální vztah je vytlačen a mezi rodičem a dítětem probíhá komunikace v příkazech a pokynech. Děti nemají dostatečnou podporu rodičů a kvůli tomu hledají lásku na nevhodných místech. Ve výchově mohou být přítomny také fyzické tresty, vydírání, manipulace a jiné prostředky (Kraus a Poláčková, 2001)

## 2. Liberální výchova

Tento styl výchovy respektuje svobodný rozvoj dítěte, je opakem autoritářského stylu výchovy. Rodiče nevynakládají velké výchovné úsilí a nechávají dítě dojít k poznání samotné. Liberální výchova podporuje kreativitu a volné myšlenky, ale je v rozporu s pravidly, která nastoluje škola nebo zaměstnání. (Kraus a Poláčková, 2001)

## 3. Demokratická výchova

Tato výchova zdůrazňuje spolupráci vychovávaného a vychovatele. Důležitým rysem je, aby si rodič byl schopen zachovat svou přirozenou autoritu a dokázal být příkladem dítěti ve zvládnání sebe sama. To vede k cíli demokratické výchovy – k sebevýchově. (Kraus a Poláčková, 2001)



### 3 Tresty

Podle pedagogického slovníku je trest jedna z forem negativního motivačního působení, která je následkem toho, že dítě nesplnilo požadavky, které na něj byly kladeny. „Podle psychologických pouček není trest to, co jsme si pro dítě jako trest vymysleli, ale to, co dítě za trest prožívá. Onen nepříjemný, tísnivý pocit, zahanbující, ponížující pocit, kterého bychom se chtěli co nejdříve zbavit a kterému bychom se určitě chtěli pro příště vyhnout“ (Matějček, 1994, s. 26).

Typ trestu je pro každé dítě individuální. Trest dítě zastaví v pokračování špatného chování, co jej ale motivuje se příště špatně nechovat je odměna. Pokud je dítě potrestáno, ví že udělalo chybu. Pokud ale dítěti ukážeme, jak dělat věc správně a následně ho za to odměníme, chybu už opakovat nebude. Trest může fungovat i opakovaně. Pokud dítě bude vícekrát potrestáno za stejnou věc, ponaučí se a zkušenost se již nebude opakovat. Aby toto fungovalo, je nutné dítě v situaci jasně a důrazně upozornit na nežádoucí chování (Matějček, 2007).

Při ukládání trestu je důležitý blízký vztah dítěte a rodiče, protože trest mezi ně staví zeď, která přináší pocit odcizení. Kdyby dítě vědomě neprožilo trest, bylo by na něm pouze použito násilí. Trest by měl být vykonán hned, aby z dítěte co nejdřív opadl pocit viny. Pak přijde pocit osvobození, když mu rodiče vyjádří svou lásku. Podle Matějčka (2007) děti přijímají tresty snáze od lidí, které mají rádi. Pokud dítě ale trestá někdo cizí, se kterým dítě nemá blízký vztah, vnímá trest jako násilí nebo mstu a ta nemá výchovný charakter. Dítě se učí, že trestat může ten, kdo má převahu, a to je zneužití rodičovské moci.

Tresty by se měli využívat s rozumem a střídmostí. Mohou být sice motivátorem a eliminačním činitelem špatného chování, ale jejich špatné užití může vyvodit nežádoucí účinky. Mezi takové účinky řadíme únikové reakce. Smyslem únikové reakce je uniknout z nepříjemné situace např. lhaním, záškoláctvím, předstíráním nemoci, podváděním apod. Úniková reakce umožňuje trestu předejít. Pokud se ale úniková reakce stane běžnou reakcí dítěte, její následky jsou větší než primární trest a utíkání od problémů se stane rutinou, které se těžko zbavuje. Většina autorů dělí tresty na ty, se kterými přichází něco nepříjemného nebo bolestivého. Tato kategorie zahrnuje fyzické tresty, slovní výtky (hrozby, křik, sarkasmus) a faciální exprese (zlý pohled, grimasy). Druhou kategorií jsou tresty, při kterých je dítěti vzato něco příjemného. Patří zde psychické tresty (ztráta lásky, pozornosti, náklonnosti), odejmutí odměn a izolace (Dařílek a Kusák, 1990).

### 3.1 Znaky trestu

Aby byl trest účinný, měl by splňovat následující znaky:

- Měl by se vztahovat k nevhodnému chování.
- Měl by být odůvodněný.
- Měl by být spravedlivý.
- Měl by být srozumitelný.
- Měl by být objektivní.
- Neměl by vyvolávat negativní pocity v podobě strachu, úzkosti, paniky, hrůzy.
- Neměl by obsahovat činnosti, které nemají nic společného s chováním, za které je dítě trestáno.

*Podle pedagogů má trest tři funkce: 1. napravit škodu, 2. zabránit, aby se nesprávné chování opakovalo, 3. zbavit viníka pocitu viny (Matějček, 1994, s. 32).*

Podle dětského psychologa Mertina (2013) trest nenaučí dítě správnému chování, tak jak to očekávají rodiče, ale napomáhá k učení a zdokonalování nečestného chování. Dítě totiž, aby se vyhnulo trestu, bude lhát, svádět vinu na druhé, zapírat, vymlouvat se, a tak se od rodiče citově vzdaluje. Podle Mertina (2013), který se zaměřuje na výchovu bez trestu, je důležité, aby si dítě uvědomovalo spojení svého činu s jeho následky a aby je bylo připraveno nést. Také klade důraz na pomoc rodiče v hledání náprav nevhodného chování, tím rodič vyjadřuje svoji pomoc a podporu dítěti. *„Největší energii bychom měli věnovat hledání opatření, která dopadnou na dítě a dají mu pocítit, že se rozhodlo pro špatnou variantu. Zatímco posílat dítě pro vařečku na výprask pokládám za nedůstojné, zapojit je do hledání možného odčinění nevhodného činu vnímám jako velmi vhodné opatření.“* (Mertin, 2013, online).

Nadměrné užívání trestů má několik rizik:

- Trest vyvolává v dítěti dlouhodobé pocity úzkosti (silnější děti se bojí, slabším ubližuje).
  - Zabraňuje dítěti chovat se přirozeně.
  - Časté trestání je bezvýsledné.
  - Trvale narušuje vztahy mezi trestajícím rodičem a dítětem.
- (Kubrichtová a spol., 1993)

Podle názoru dětského psychiatra Delaroche (2000) se v dnešní době dává příliš velký důraz na fyzický a morální blahobyt dítěte. Zákazy a tresty jsou podle něj pro výchovu nutné. „Mám ve zvyku říkat, že veškerá výchova je založena na vydírání – když neuděláš tohle, nebudeš mít tamto. Ale také, zvláště na vydírání citovém – když nebudeš poslouchat, riskuješ (to je implicitní), že ztratíš mou lásku“ (Delaroche, 2000, s. 49). Děti mají podle něj chuť plnit příkazy, ale rodiče jim je zadávají málo, protože mají strach, že by u nich klesly, ztratili jejich lásku a vypadali obyčejně. Podle této teorie, pokud rodič potrestá dítě, potrestá tím i sám sebe a toho se rodič bojí, a proto se vyvaruje užívání trestů. „Dítě potřebuje direktivní rodiče. Možnost výběru mu způsobuje úzkost“ (Delaroche, 2000, s. 49). Fyzické tresty podle něj nejsou řešením, ale „jeden rázný pohlavek“ je pro něj lepším řešením než absence trestu. Trest považuje za něco, co se odehrává mezi rodičem a dítětem, a proto není nutné do něj zatahovat třetí osobu, provedení tělesného trestu mezi lidmi je pro něj nemyslitelné.

Prekopová (1995) za nevhodné tresty označuje pohlavek, plácnutí nebo výprask. Nedoporučuje ani využití psychických trestů jako je jakási odplata rodiče, který oplácí dítěti jeho špatné chování. Rodič se tak uchyluje k dětinskému chování a svým vzorem ukazuje dítěti, že je toto chování v pořádku. Ani vyhnání dítěte do pokoje neuznává jako dobrý výchovný trest. Doporučuje dítě opakovaně chválit za to co zvládlo, tím posílit jeho sebevědomí a utvrdit ho, aby se správně chovalo i příště.

### 3.2 Psychické tresty

Na první pohled je trestání psychické mírnější, opak je ale mnohdy pravdou. To vysvětluje, proč je především pro starší děti snesitelnější jedna facka než dlouhé kázání spojené s křikem a výčitkami. Psychické tresty dítěti přinášejí pocit viny, smutku, zoufalství. Zraňují jeho city a snižují jeho sebevědomí a sebehodnotu. Dítě se cítí bezmocné.

Mezi tento typ trestů patří:

- odepření lásky, emočního vztahu,
- odměřené a chladné chování,
- vyhrožování,
- výčitky,
- křik a nadávky,
- ponižování, shazování,
- velký nátlak,

- zakazování (domácí vězení, zákaz činnosti),
- přílišné kontrolování,
- ignorování a vylučování z rodinného dění, nevěnování pozornosti,
- zastrašování,
- ukládání práce nad rámec schopností, dodatečné učení,
- vystavování situacím, při kterých zažíváme velký stres aj. (Čáp a Mareš, 2007)

Rodič slovy a mimikou (zlými, přísnými, vyčítavými pohledy) dítěti vyjadřuje, že se na něj zlobí. Pokud má toto chování dlouhodobý charakter a rodiče se k provinění dítěte stále vracují, jedná se o psychické týrání.

### 3.2.1 Následky psychických trestů

Podle výzkumů a klinických zkušeností vyplývá, že děti, které zažili nějakou z forem psychického trestání mají pocity viny, hříšnosti a morální méněcennosti. „*U dětí soustavně psychicky trestaných se často formuluje labilita, popřípadě dochází k psychosomatickým obtížím a neurózám*“ (Čáp a Mareš, 2007, s. 256).

Důležitým aspektem při ukládání trestu jako je zákaz nebo odeření oblíbené aktivity je, aby činnost nebyla pro vývoj a život dítěte důležitá. Čáp a Mareš (2007) jako příklad uvádí zákaz navštívení sportovního kroužku, který může dítěti vynahrazovat školní neúspěch, nedostatek emočních vztahů v rodině. Takový trest má nepříznivý vliv na vývoj dítěte (Čáp a Mareš, 2007).

Pokud dítě dostane nařídáno na něčem pracovat nebo se více učit, může to vést k narušení motivace k těmto aktivitám, což je opět nevhodné z hlediska vývoje a výchovy dítěte. Podle Matějčka (1994) dává smysl dát dítěti za trest nějakou práci pouze v případě, jde-li o nápravu nějaké škody, kterou způsobilo. Dítě například schválně rozházelo hračky, efektivní trest je, aby hračky uklidilo. Tento způsob trestu můžeme využít pouze v případě, že se dítě takto zachovalo naschvál, nemůžeme trestat neopatrnost nebo neobratnost. Dodatečné učení můžeme dítěti uložit v případě že se tzv. ulilo a je nutné, aby se látku doučilo, nebo aby napravilo to, co zameškalo. Při uložení takového trestu bychom měli brát ohled na časové možnosti, které je dítě schopno zvládnout (Matějček, 1994).

Dalším příkladem uplatnění psychických trestů jsou posměšky, které vedou k zahanbení. Tento trest je založen na předpokladu, že se společnost dítěti za jeho chování vysměje, ono se bude stydět a tím se napraví. Odborníci tento trest považují za velice

neefektivní a nedoporučují jeho používání. Ve velkém množství případů totiž dítě nesklízí posměšky za věci, které by mohlo ovlivnit, ale za věci, které jsou spojeny s jeho fyzickým stavem. Zpravidla se jedná o nápadnosti v činnosti nervové soustavy (tiky, koktání, grimasování apod.), nedokonalou funkci smyslových orgánů, motorické činnosti a nedostatek inteligence (Matějček, 1994).

Psycholožka a rodinná terapeutka Krtičková (2022) upozorňuje na stoupající agresi rodiče ve slovním projevu. Slova mají hrubší charakter a přidány jsou také vulgarismy. Za psychické tresty, které jsou nepřijatelné, označuje vysmívání, ironii, sarkasmus, zesměšňování, které má dopad na sebehodnotu a sebevědomí dítěte až do dospělosti. Dále vyhrožování opuštěním či zvětšováním psychické vzdálenosti mezi dítětem a rodičem, žalostné výtky, obviňování, trestání mlčením, nevšímavost, křik nebo zastrašování a obecně nenaplnění potřeb dítěte (Krtičková, 2022).

### 3.3 Fyzické tresty

Za fyzické neboli tělesné tresty označujeme úmyslné způsobení bolesti v důsledku kázeňského přestupku. Jedná se o primitivní výchovný prostředek, který má ale velkou tradici a je hojně používán. Jeho dlouhodobé užívání nevede ke změně chování. „*Užití tělesného násilí na dítěti je známkou nezvládnutí rodičovské role*“ (Zikmund, 2020, online). Tělesný trest nabourává tělesnou integritu dítěte a jeho zdravý vývoj. Pokud se stane běžnou praktikou, postrádá efektivitu, srozumitelnost pokárání a stane se pro dítě metodou, jak řešit náročné životní situace. Použití tělesného trestu sebou nese velké riziko přehánění (Matějček, 1994). Plácnutí přes ruku nebo zadek je podle Matějčka (1994) u dítěte v batolecím věku vhodnou metodou, jak ukázat fyzickou převahu rodiče. Nutností je ale dobrý odhad, abychom trest nepřehnali nebo nepoužili v situaci, kdy není nutný. Když se dítě dostane do předškolního a školního věku, fyzické tresty ztrácí svůj význam, stejně jako s přibývajícím věkem i další typy trestů.

Naopak autorky Cenková a Langrová (2010) považují vztáhnutí ruky na dítě za signál, že si ho nevážíme a nemáme ho příliš rádi a tím snižujeme jeho sebeúctu. Především u dětí doporučují místo fyzických trestů vysvětlovat slovy, jak se rodič cítí a co mu ublížilo, proč křičel a jaký je důvod jeho vzteku. „*Fyzické trestání dětí poukazuje především na neschopnost rodičů proniknout do dětské duše. Tam, kde nejsou argumenty, nastupuje facka*“ (Cenková a Langrová, 2010, s. 137).

To, co pro jednoho rodiče může být běžný tělesný trest, pro jiného může být krutost, a proto je velmi obtížné určit jeho hranice. V tomto případě platí méně je více a zdrženlivé užívání je ta správná cesta, i když v praxi se rodiče k fyzickým trestům uchylují většinou v afektu, kdy o dítě mají strach, protože provedlo něco, co rodiče polekalo (např. skok dítěte do vozovky). V tomto případě je paradoxně fyzický trest formou útěchy, že všechno dobře dopadlo a rodič, který běžně tělesné tresty neužívá, pak většinou svého činu lituje. (Vaníčková, 2004)

Podle psychoterapeuta Zikmunda (2020) se rodiče mohou na vykonávání tělesných trestů stát závislími. Po užití trestu se dítě přestane chovat tak, jak rodič nechce, a to mu přinese úlevu. Existují také lidé, kteří si pomoci fyzických trestů na dětech vnitřně uspokojují a řeší své vnitřní problémy. Proto je dobré si po užití trestu vyhodnotit, jestli se opravdu jednalo o užití výchovné metody nebo o známku lidské slabosti (Matějček, 1994).

Pokud rodič racionálně vyhodnotí, že trestá své dítě až moc krutě a že má problém se sebekontrolou, může se obrátit na krizová centra a poradny, které jsou anonymní. (Matějček, 1994). Autorka knih o výchově a rodičovství (Kvols, 2000) sepsala 9 pravidel, která pomohou rodičům odstranit návyk užívání tělesných trestů.

1. Zachovat klid. Člověk, který pociťuje vztek a ztrácí nad sebou kontrolu, se dopouští chování, které mu v klidném stavu není blízké. Po odeznění těchto pocitů mohou nastoupit pocity viny, smutku a hanby nad sebou samým.
2. Dopřát si sám pro sebe krátký čas. Druhé pravidlo doporučuje se na chvíli vnitřně zastavit a pak začít jednat s klidnou a čistou myslí.
3. Být milý, ale pevný a důstojný. Třetí pravidlo nastiňuje, jakým stylem bychom měli s dítětem komunikovat. Láskyplně, ale jasně a důsledně si stát za svým názorem.
4. Podpořit tvořivý přístup i na straně dětí. Čtvrté pravidlo zdůrazňuje respekt k osobnosti dítěte, které už zná náš názor, a tak má samo vymyslet, jak napraví nebo odčiní své nežádoucí chování.
5. Vycházet z logických důsledků chování dítěte. Toto pravidlo je spojeno s řešením, které přinášíme. Autorka jako příklad uvádí pohlavek dítěti, které rozbilo okno. Pohlavek nikomu logicky neprospěje, a proto je lepším řešením, aby se dítě samo postaralo o nápravu škody.
6. Následující pravidlo zní: stále není důvod pro zdvihnutí ruky, prvně si to necháme vysvětlit. Toto pravidlo platí na případy, kdy dítě poruší předem domluvenou dohodu.

Necháme si vysvětlit, proč k porušení došlo, a pak vymyslíme trest, pokud je vůbec na místě.

7. Nevývolávat konflikt a využít situace ve svůj prospěch. Tento bod je pro rodiče, aby ukázali dítěti, jak nastalou situaci řešit a jak se k ní postavit.
8. Zachovat laskavost, ale důslednost. Osmé pravidlo lze využít, když dítě nechce plnit požadavek rodiče.
9. Poslední doporučení se týká pravidla 5 minut. Pokud rodič vyžaduje, aby dítě konečně splnilo jeho požadavek, ale to má předem naplánovaný jiný program, doporučuje se, aby si obě strany vzali pět minut, během kterých zhodnotí pro a proti, bude-li každý chtít dosáhnout svého. Po uplynutí doby jsou obě strany schopny spolupráce na vyřešení problému.

### 3.3.1 Následky fyzických trestů

Jelikož v České republice je násilí na dětech trestné, je povinností každého člověka, který pracuje s dětmi a o této skutečnosti se dozvěděl, aby ji ohlásil na policii nebo na orgánu sociálně – právní ochrany dětí. Identifikovat psychické týrání je velice složité, protože ho nemůžeme fyzicky vidět. Naopak u fyzického násilí může lékař při vyšetření identifikovat známky krutého zacházení na těle dítěte (Vaničková, 2004).

Specifické identifikační znaky:

Nespecifické identifikační znaky:

Četné modřiny neobvyklých tvarů na neobvyklých místech	Zvýšená úzkostnost dítěte
Rány na místech, kde nemohly přirozeně vzniknout	Iracionální strach
Lysiny na pokožce hlavy po vytrhání vlasů	Snížená sebehodnota
Natržený ušní boltec	Nízké sebevědomí, pocity méněcennosti
Opakované zlomeniny, často spontánně zhojené	Vyhýbavé chování, útky z domova, ze školy
Ulomené a vyražené zuby	Problémy v sociální komunikaci
Poranění dutiny ústní	Sebepoškozování, sebevražedné myšlenky
Popáleniny	Pocity viny

Mezi další nespecifické známky všech forem násilí řadíme poruchy vztahové vazby, náhlá ztráta kamarádů a sociální izolace, náhlé zhoršení školního prospěchu, pocity osamělosti, pocity zoufalství a delikvenci (Vaničková, 2004).

Jedinci, kteří byli obětí násilí mohou být agresivní vůči sobě, vrstevníkům a v budoucnu i vůči svým dětem. U chlapců v období dospívání může vzniknout agrese i vůči tyranovi. Symbolem pomsty může být také týrání rodičů v seniorském věku. Násilí má také dopad na fyziologii člověka. Ten může být spojen s poruchou spánku, špatným fungováním imunitního systému v důsledku nadměrného vyplavování stresového hormonu kortizolu nebo somatizační poruchou. (Zikmund, 2020). Ohrožený je také bezpečný vývoj dítěte. Vyskytnout se mohou různé duševní nemoci, jako například porucha osobnosti, nebo sociálně-patologické jevy, jako jsou závislosti na návykových látkách, alkoholu, šikana. „*Významným a dlouhodobým následkem tělesných trestů je naplňování přenosu násilí cestou transgeneračního přenosu, řetězem rodinného násilí a impresí sociálních vzorců chování*“ (Lovasová a Schmidová, 2006).

Podle autorů Bourcet a Gravillon (2006) se každý výprask stává násilným a agresivním činem bez ohledu na jeho okolnosti.

Výchova nepůsobí pouze jednostranně, stejně jako rodiče vychovávají dítě, tak je tomu i naopak. Výchova je vzájemná a na sobě závislá. Rodič se učí vyjít s novou osobností, která má své specifické vlastnosti a potřeby. Myšlení a chování obou se navzájem ovlivňují a podmiňují. Proto také tělesné trestání nemá dopad jen na dítě, ale také na rodiče, který trest vykonává. Často rodiče, kteří využívají tresty, jsou nedostatečně vyspělí v oblasti sociálních dovedností a nemají dostatek zkušeností k řešení problémů, konfliktů apod. Rodič nebo vychovatel po potrestání dítěte může mít výčitky svědomí, bude obviňovat sám sebe, bude rozladěný a obecně se cítit špatně. Může dojít také ke střetu názorů s partnerem, a to může nabourat vztahy v celé rodině. Partner totiž vidí svého milého v nové optice, která na něj vrhá špatné světlo, to může vést ke změně názoru a pohledu na partnera. Mohou se také dostavit výčitky ze společného soužití s člověkem, který používá tělesné násilí. S tím se pojí stud za člověka, kterého si dobrovolně vybral. Pocity studu ho donutí distancovat se od přátel, rodiny, sousedů apod. Člověk se uzavírá před světem, čímž se vytváří předpoklady pro agresi druhého partnera (Vaničková, 2004).

Užití trestů je nesmyslným řešením, které nepřináší z dlouhodobého hlediska dobré výsledky, proto trestáním dává rodič svému partnerovi, a také dítěti najevo, že neví, jak jinak situaci vyřešit, a je zoufalý. Rodiče, kteří byli ve svém dětství bití, se domnívají, že tato výchova je v pořádku a správná. Od těchto rodičů pak můžeme slyšet věty, že je škoda rány, která padne vedle, že bití vede k úspěchu dítěte a že je rodiče taky bili a vyrostli z nich normální lidé, tak co je na tom špatného. Podle nesprávně naučeného sociálního chování si trestání ospravedlňují a neuvědomují si svou chybu.



Další skupinou rodičů, která vliv trestů na sobě pocítuje, jsou rodiče, kteří použijí trest jen zřídka a v afektu. Následně svého činu litují a prohlubují své pocity viny, zklamání a neúspěchu jako vychovatele. Dítě ví, že rodič použil svoji sílu v důsledku selhání, a to v dítěti vyvolá pocit pohrdání (Vaničková, 2004). To vede ke zvýšení stresu a k jeho dalšímu nezvládnutí. Pro dítě je to opět vzorec, jak řešit problémy a krize.

Poslední skupinou, kterou Vaničková (2004) uvádí, jsou rodiče, kteří bijí své děti pod vlivem alkoholu. Když rodiče vystřízlivějí, dostaví se pocity viny a ty zaženou opět alkoholem, tak se dostanou do bludného kruhu, ze kterého je jen těžká cesta ven.

### **3.4 Ostatní výchovné prostředky**

Kromě trestů existuje celá škála dalších výchovných prostředků, které by rodiče měli využívat. Psychické a fyzické tresty jsou na posledním místě.

Jako první bychom dítě měli oslovit a tím upoutat jeho pozornost, když nedává pozor. Následně bychom se ho měli dotknout (pohlázení, obejmutí aj.) a tím ho zklidnit. Vysvětlit, že se nám nelíbí, jak se chová, a nabídnout mu alternativní aktivitu, která ho od nežádoucího chování odláká. Pokud dítě musí dělat něco, co mu dělá potíže, můžeme mu pomoci. Pokud nic nezabírá, můžeme zvýšit hlas nebo ho okřiknout, pak ho varujeme, že přijde trest. Následují jemné psychologické tresty jako jsou zákazy, nebo povinnost udělat něco navíc. V nejkrajnějším případě využijeme tělesný trest (Prekopová, 1995).

#### **3.4.1 Metoda „bez poražených“**

Jednou z metod, jak přistupovat k řešení konfliktů je tzv. Metoda „bez poražených“. O této metodě nazývané také jako Metoda III se můžeme dočíst v knize *Výchova bez poražených* (Gordon, 2012). Tato metoda se používá při řešení konfliktu, kdy jsou si obě strany rovny a nikdo nemá převahu. Jak už vychází z názvu, metoda řeší konflikt pomocí dohody rodiče a dítěte. Obě strany budou s vyřešením spokojené, a tak nedojde například k nedodržení slibu nebo podvodu. U této metody není využito mocenské postavení rodiče. Není jeden správný způsob, jak metodu III použít, metoda je individuální, každý rodič a dítě najde jinou třetí cestu, jak najít kompromis, který bude vyhovovat celé rodině. Při dlouhodobém využívání této metody děti nemají důvod vzdorovat a odporovat rodičům, nemusí se podřizovat a vzdávat svoje postoje, nemají potřebu rodičům ubližovat a mstít se za jejich chování. Děti se neuzavírají do sebe, protože nemají důvod.

Autor uvádí několik důvodů, proč je metoda „bez poražených“ účinná:

1. Dítě je motivováno rozhodnutí splnit

Jelikož se dítě na dohodě podílelo a nebyla mu dána příkazem od rodiče, je více motivované ji dodržet. Dítě cítí zodpovědnost dodržet slovo a také oceňuje, že se rodič snažil o spolupráci a kompromis. Rodič vkládá do dítěte svoji důvěru. Pokud dítě dohodu vymyslí samo, zvyšuje se šance správného provedení a motivace dítěte.

2. Je větší pravděpodobnost, že bude nalezeno opravdu dobré řešení

Promyšlená řešení jsou zpravidla více efektivní, protože si je členové rodiny promýšlejí sami tak, jak vědí, že by mohla konkrétním členům vyhovovat. Při hledání neutřelých kompromisů se také rozvíjí kreativita a schopnost přizpůsobit se.

3. U dětí se rozvíjí dovednost myslet

Vymýšlením a promýšlením efektivního řešení dítě rozvíjí také svoji schopnost myslet a spolupracovat s druhými lidmi.

4. Méně nepřátelství – více lásky

V rodinách využívající tuto metodu se snižuje riziko nepřátelské reakce. Dítě a rodič po vzájemné spolupráci pociťují lásku, vřelost a pocit, že všechno společným úsilím zvládnou. Oba jsou spokojeni, že nikdo neprohrál a oběma se vyhovělo. Děti pociťují radost z toho, že rodičům záleží na jejich názorech a že je respektují, tím je prohlouben jejich společný vztah.

5. Není nutné tolik donucovat

Dítě není nutné do splnění úkolu tolik nutit, protože s řešením souhlasí, a tak nemá problém ho splnit. Tato výhoda se váže i s výhodou moci, která není zapotřebí. Rodič nemusí využívat svého postavení, protože respektuje potřeby své i svého dítěte.

6. Metoda III jde k jádru věci

Metoda dítěti dovoluje vyjádřit své pocity a tím snáze pochopit, proč se chová tak, jak nemá. To vede k rychlému a účelnému vyřešení situace.

7. Metoda III bere děti jako dospělé

Tento bod je spojen s důvěrou, kterou rodiče dítěti dávají. Děti mají radost, že je rodič bere jako sobě rovné.

#### 8. Metoda III je „terapie“ pro děti

Metoda bez poražených má podle rodičů, kteří ji doma aplikovali, léčebný terapeutický potenciál. Děti se zlepšují ve škole, více a snadněji vyjadřují své pocity, zlepšují se také vztahy s vrstevníky a rodinou. Metoda také zmenšuje riziko výbušných projevů. Děti jsou samostatnější a mají menší odpor k plnění domácích prací, úkolů do školy apod. Zlepšuje se také vztah, který mají vůči sobě a obecně jsou šťastnější (Gordon, 2012).

#### Přirozené a nepřirozené důsledky nežádoucího chování

Řešením nežádoucího chování kromě trestu může být také dopad důsledků situace. Abychom tyto přirozené důsledky špatného chování odstranili, je nutné, aby dítě samo nebo s rodičem dospělo s logickým řešením situace. Odčiněním svého chování se dítě naučí, jak zvládat a řešit problémové situace nebo jim úplně předcházet. *„Jejich smyslem je zprostředkovat porozumění přirozeným zákonitostem, podle nichž funguje svět a společnost“* (Kopřiva a spol., 2008, s. 135).

#### Rozdíl trestů a přirozených důsledků

Řešení přirozených důsledků nestaví rodiče do mocenské pozice, ale navrhuje, jak by se mohla vzniklá situace vyřešit, tím dává dítěti volnost, jak věc napraví. Když děti cítí, že rodič jim není nadřízený, snáze přijímají řád. Negativní emoce, které dítě po trestání vůči rodiči pociťuje, se v případě přirozených důsledků mnohem více soustředí na nápravu, pozitivní změnu a prevenci. Uličník může být totiž naštván jen sám na sebe. Podle Kopřivy a dalších (2008) může mít nežádoucí chování také příčiny, kterým samo dítě nerozumí (žárlivost, touha po pozornosti aj.).

Pokud se dítě necítí ohroženo mocenskou pozicí rodiče, přijde na skutečné důvody snáze. Tím se opět utuží vztahy mezi dítětem a vychovatelem. Rozdíl je také v trvání účinku. Tresty fungují jen krátkodobě, a to do té doby, kdy je v okolí osoba, která je běžně vykonává. Řešení důsledků ale vede k dobrému chování i v nepřítomnosti této osoby. Jedním z výchovných úkolů je naučit dítě chovat se správně ne proto, že se bojí trestu, ale protože ví, co je správné. Trest hledá viníka, který bude potrestán, naopak u přirozených důsledků hledáme společné řešení. Z toho vyplývá, že tresty jsou odplatou za to, co se stalo v minulosti, a přirozené důsledky se zaměřují na budoucnost a učení do budoucnosti (Kopřiva, 2008).

## Nepřirozené důsledky nežádoucího chování

V případě nepřirozených důsledků špatného chování vyvolaných rodiči systém poučení a prevence správného chování nefunguje. Nejedná se o přirozený důsledek, ale o vyhrožování. Dítě vnímá tyto důsledky jako trest a nemá snahu o spolupráci v jejich řešení. Cítí, že rodič není na jeho straně, a má mocenskou pozici, to opět narušuje vzájemné vztahy. (Kopřiva, 2008)

Markham (2015) jako příklad uvádí zapomenutí si svačiny při odchodu do školy, kdy rodič nemá čas, aby dítěti svačinu donesl. Přirozeným důsledkem je, že dítě bude mít hlad, ale rodič mu slíbí, že až přijde domů, tak mu udělá velkou svačinu, aby se dosyta najedlo. Z toho se dítě naučí si příště svačinu již nezapomenout, aby nemělo hlad, a zároveň bude vědět, že rodičům na něm záleží a že se o něho postarají. V případě nepřirozených důsledků rodič dítěti vytkne, že svačinu zapomnělo, a tak bude mít dítě pocit, že je rodičům lhostejný. Reakcí rodiče se přirozený důsledek chování dítěte změní na trest.

## 4 Specifika vývojového období adolescence

Adolescence se časuje od 15 do 20 let a podle ohraničení v sociální oblasti začíná ukončením povinné školní docházky a končí ukončením přípravy na profesní život (s výjimkou vysokoškolských studentů). Po pubescenci je druhou částí období dospívání. V období adolescence se člověk stává plnoletým což je jeden z dalších sociálních mezníků. Adolescence je obdobím přípravy na dospělost v psychickém, sociálním a biologickém aspektu. V této fázi vývoje již nedochází k významným fyzickým změnám a důraz je kladen na vzhled těla, kterým se adolescenti hojně zaobírají. Fyzická krása je posuzovaná podle aktuálních trendů a je nástrojem k dosažení prestiže a akceptace ve společnosti. Toto téma je spojeno s medií, které nastolují standardy tělesného vzhledu a útlakem osobitosti a originality, která se ztrácí. Schopnosti myšlení jsou v tomto období na vrcholu. „*Pro adolescenci je typická flexibilita a schopnost používat nové způsoby řešení*“ (Vágnerová, 2000, s. 259)

V adolescenci pokračuje fáze osamostatňování od rodiny a stabilizace vztahů s rodiči. V rodině dochází méně ke konfliktům, protože jedinec díky svému vyspělejšímu chování již nemá potřebu odporovat rodičům. Soužití je díky tomu klidnější a rodina spolu snáze vychází. Ve fázi psychického osamotnění dochází k upevnění individuální osobnosti.

Významná je také identita a ztotožnění se dalšími lidmi. Identita se liší podle myšlení a prožívání jedince, ten se snaží dojít k hodnotám, cílům a postojům se kterými se ztotožňuje a najít si své místo ve světě a společnosti. Vytváří si vlastní identitu nebo přijímá tu, která vychází z jeho rodiny. Ztotožnění se váže také s partnerskými vztahy, které zahrnují i sexualitu. Adolescenti mají potřebu kontaktu s vrstevníky, který uspokojuje jejich potřebu orientace. Vrstevnická skupina také zajišťuje pocity citové jistoty, bezpečí, dodává vzájemné pochopení. (Vágnerová, 2000)

Podle Eriksona, který adolescenci datuje od 12 do 19 let jedinec v tomto období prožívá hledání sebe sama. Dospívající si podle něj prochází bouřlivým obdobím a vyvíjí se jak po stránce fyzické, tak psychické i sociální. Vypořádává se s pojetím svého Já, svého těla a své role ve společnosti. „*Začíná navazovat přátelské vztahy založené na důvěrné intimitě, zamilovává se*“ (Thorová, 2015, s. 284). V této fázi jako konflikt vystupuje zmatečnost rolí. Adolescent může podléhat zmatkům v emocích, obavám z budoucnosti nebo depresivním stavům. Může také dojít k zmatenosti v pojetí vlastní sexuality. Východiskem je věrnost svým ideálům, myšlenkám a hodnotám

## **PRAKTICKÁ ČÁST**

## 5 Cíl a výzkumné otázky

Empirická část předložené práce prezentuje průzkum, který se zaměřuje na problematiku psychických a fyzických trestů. Cílem tohoto výzkumu je zjistit vlastní zkušenosti a názory respondentů spadající do období adolescence s uplatňováním trestů v rodinné výchově.

Dílčí cíle:

- Zjistit, v jakém časovém období se s trestem v rodině setkali.
- Zjistit, zda vnímají psychické a fyzické tresty jako efektivní.

### 5.1 Výzkumné otázky:

- Jaká je osobní zkušenost adolescentů s užitím trestů?
- Jaký byl důvod užití psychického a fyzického trestu?
- Jaký druh psychického trestu vnímají jako nejhorší?
- Jaký druh fyzického a psychického trestu vnímají jako přiměřený?
- Plánují respondenti uplatňovat fyzické tresty ve své výchově?
- Jaký je názor respondentů na dopady trestů na citový vývoj dítěte?
- Který typ trestu (psychický nebo fyzický) vnímají více negativně?

## 6 Metodologie výzkumu

### 6.1 Charakteristika výzkumného vzorku

Do výzkumného vzorku byli zahrnuti respondenti, kteří spadají do období adolescence, a to ve věku od 18 do 20 let. Konkrétně se jednalo o studenty 4. ročníků SŠ (gymnázia a odborné střední školy), obě instituce se nacházejí v Opavě. Respondentem byla při vyplňování dotazníku zaručena naprostá anonymita. Výzkumný vzorec čítal celkem 58 respondentů s 91% návratností.

Důvodem výběru tohoto vzorku byl předpoklad, že již v tomto období budou dospívající schopni posoudit výchovu rodičů a současně si vybavit vzpomínky na ni. Dalším důvodem bylo, že z výzkumu vyplývá, že fyzické tresty se objevují spíše v mladším školním věku.

### 6.2 Výzkumná metoda a sběr dat

Pro realizaci mého výzkumu jsem si vybrala metodu dotazníku. Respektive se jedná o dotazník anketového typu (dále jen dotazník), který byl vytvořen elektronicky na platformě

elektronického formuláře. Dotazník je čteně užívaná výzkumná metoda. „*Podstatou dotazníku je zjištění dat o respondentovi, ale i jeho názorů a postojů k problémům, které dotazujícího zajímají. Otázky se mohou týkat minulosti, přítomnosti a budoucnosti.*“ (Bartošová a Skutil, 2013, s. 80). Respondent na předem formulované otázky odpovídá písemně. Dotazník jako každá další metoda výzkumu má své výhody a nevýhody. Výhodou je rychlé a jednoduché shromáždění dat při kterém je ale minimální možnost kontroly respondenta. Tato kontrola se zvyšuje při přímém sběru dat s využitím tištěného dotazníku. Další výhodou je zajištěná anonymita odpovídajících a rychlé a snadné vyhodnocování otázek. Často kritizovaným faktorem při dotazníkové metodě je subjektivita respondentů, kteří neodpovídají po pravdě, ale tak jak sami sebe vnímají a jak chtějí být vnímáni (Chráska, 2016). Jedná se tedy o kvantitativní typ průzkumu.

Nevýhodou při elektronických dotaznících může být nedostatečná znalost počítačové gramotnosti nebo vícenásobné vyplnění dotazníku jedním respondentem. Při elektronickém dotazníku také nemůžeme respondentovi vysvětlit, jak přesně byla otázka myšlena a pokud respondent nesouzní s žádnou z nabízených odpovědí je nucen zvolit variantu která dostatečně nereflektuje jeho postoj. Klesá tak validita dotazníku (Bartošová a Skutil, 2013).

Dotazník vlastní konstrukce obsahuje 18 otázek a je smíšeného charakteru. Skládá se z 11 uzavřených, 5 polouzavřených a 2 otevřených otázek. U uzavřených a polouzavřených otázek respondent volí mezi odpověďmi, které jsou předem stanovené, u odpovědí je možný jednoduchý nebo vícenásobný výběr. Některé uzavřené odpovědi využívají Likertovy škály s 5 stupni. U otevřených otázek respondent odpovídá volně. Tyto budou hodnoceny kvalitativně.

Pro vyhodnocení jednotlivých položek dotazníku je použita pouze deskriptivní statistika (vyhodnocení absolutních četností a procentuálních poměrů) a ne pokročilejšího statistického zpracování. Z těchto důvodů nestanovujeme hypotézy, ale pouze výzkumné otázky.

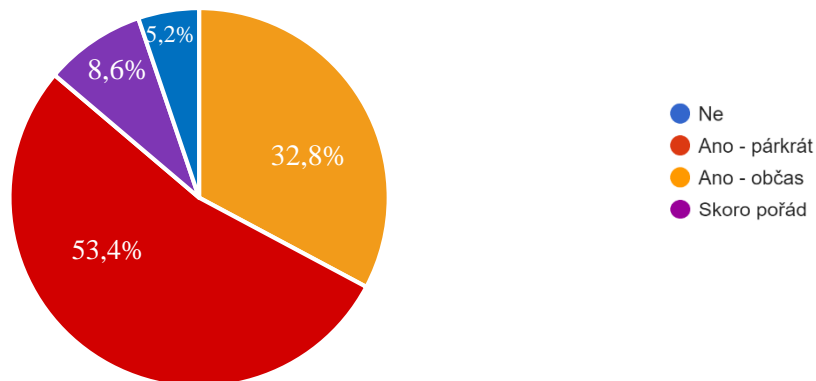
Sběr dat byl realizován ve dvou třídách 4 ročníku středních škol, konkrétně se jednalo o gymnázium a odbornou střední školu. Odkaz na dotazník byl distribuován prostřednictvím uzavřené třídní skupiny na sociální síti Facebook.



## 7 Výsledky výzkumu

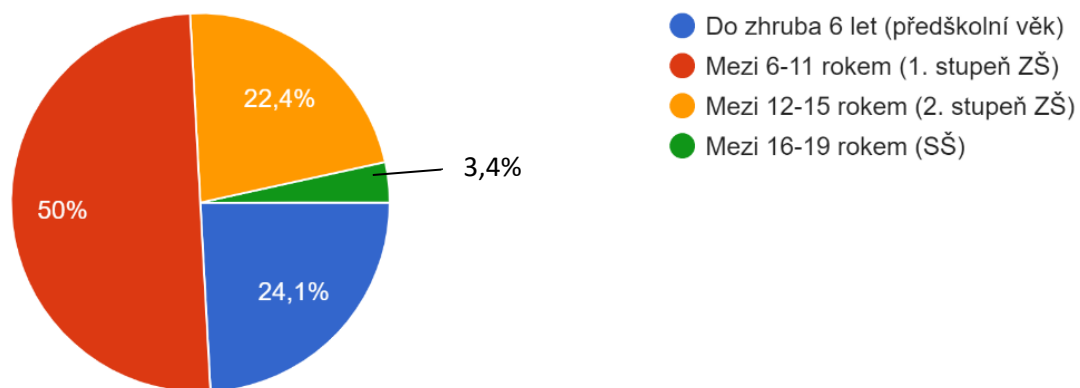
V této kapitole jsou prezentovány výsledky výzkumu.

### Otázka a graf č.1 – Byli jste v minulosti doma trestáni?



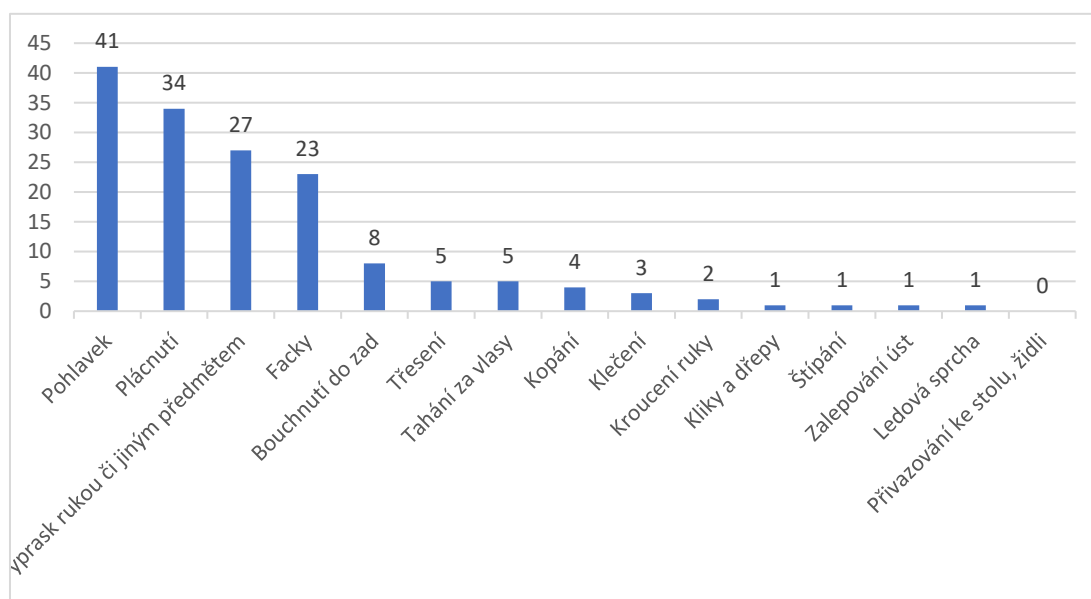
Z uvedeného grafu vyplývá, že největší část respondentů (53,4 %, 31) zažila nějakou formu trestání párkrát ve svém životě. Žádné zkušenosti s tresty nemá 5,2 % respondentů.

### Otázka a graf č. 2–V jakém období to bylo nejčastěji?



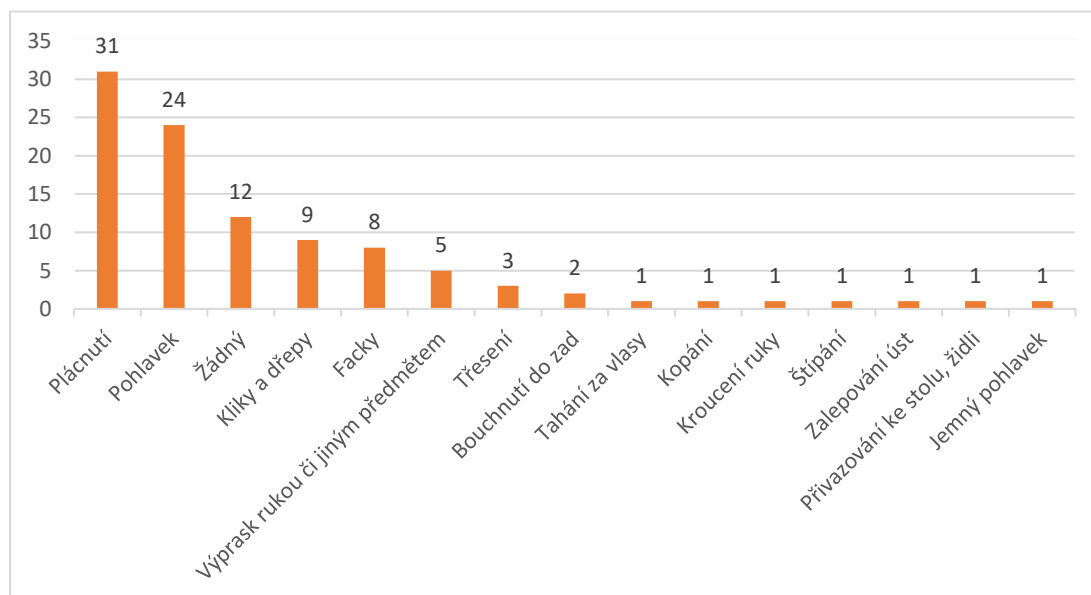
Z uvedeného grafu vyplývá, že 50 % (29) respondentů zažilo jakoukoliv formu trestu mezi 6 až 11 rokem. Nejméně respondentů zažilo trestání v období mezi 16 až 19 rokem (3,4 %, 2).

### Otázka a graf č. 3–S jakými fyzickými tresty jste se osobně setkali?



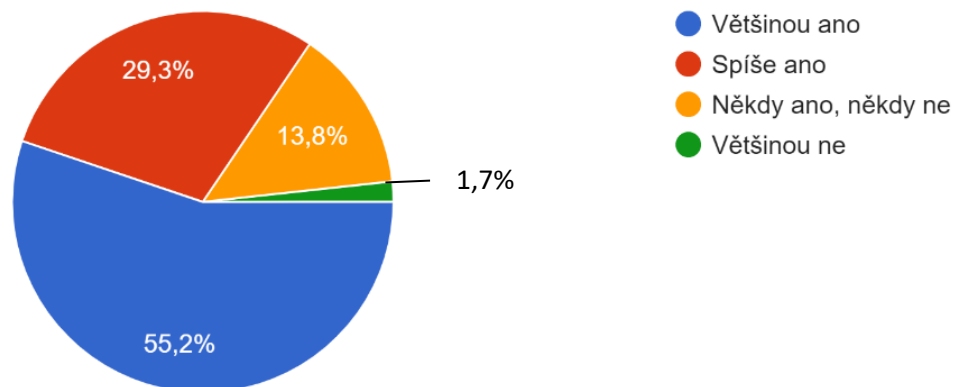
Respondenti u této položky mohli vybírat z více odpovědí. Mezi tři nejčastější tresty patří pohlavek (setkalo se s ním 41 respondentů) plácnutí (34 respondentů) a výprask rukou či jiným předmětem (27 respondentů).

### Otázka a graf č. 4 – Jaký fyzický trest vám přijde přiměřený?



U této otázky opět platí, že respondenti mohli vybírat z více odpovědí. Za přiměřený fyzický trest bylo nejvíce označováno plácnutí (31krát) nebo pohlavek (24krát). 12krát respondenti označili, že žádný fyzický trest nepovažují za přiměřený.

**Otázka a graf č. 5 – Pokud jste byli někdy fyzicky trestáni, věděli jste příčinu tohoto trestu?**



Z grafu vyplývá, že více než polovina respondentů (55,2 %, 32) ve většině případů vědělo příčinu trestání. Naopak 1,7 % (1) respondentů důvod trestání většinou nevědělo.

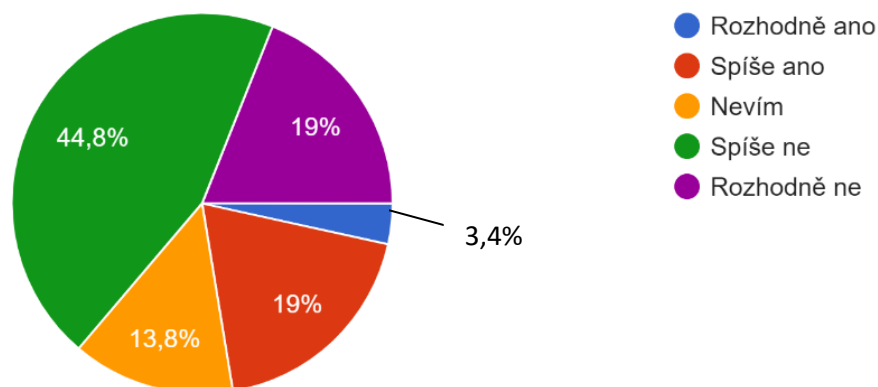
**Otázka a tabulka č. 6 – Co byl nejčastější důvod fyzického trestu?**

Tabulka prezentuje kvalitativní zpracování otevřené otázky zaměřené na pojmenování důvodu trestu. Z obdržených otevřených odpovědí bylo formulováno 8 kategorií.

Neposlušnost	12
Zlobení	7
Potíže ve škole	6
Odmlouvání	6
Nesplnění požadavků	6
Drzost	5
Lhaní	4
Porušení pravidel	3

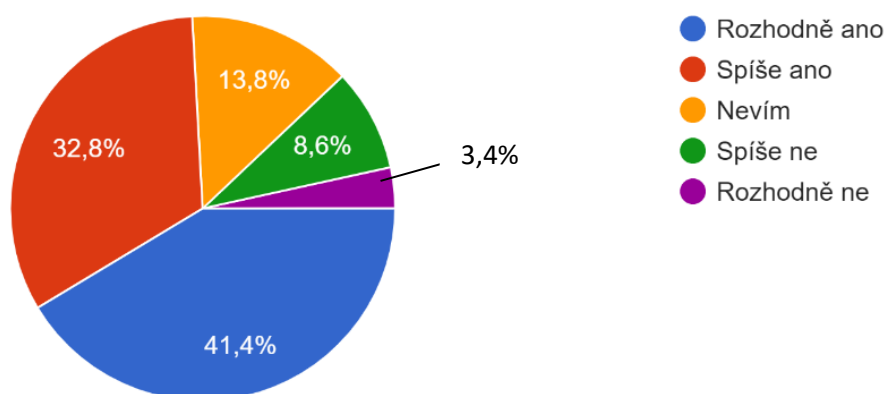
Mezi další odpovědi, které se nedali zařadit do výše uvedených kategorií spadá vstávání do školy, záchvaty vzteku, hádky se sourozenci, pozdní příchod venku, pláč, frustrace vychovatele, potíže s jídlem, křik. Celkem se jednalo o 57 odpovědí a na otázku odpovědělo 43 respondentů.

**Otázka a graf č. 7 – Myslíte si, že používání fyzických trestů ve výchově je efektivní/účinné?**



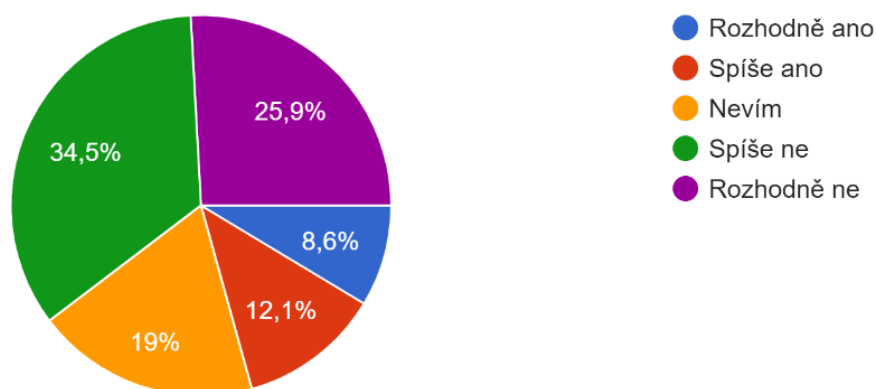
Nejvíce respondentů odpovědělo, že fyzické tresty spíše nepovažují za efektivní (44,8 %, 26). Za rozhodně efektivní je považuje 3,4 % (2) respondentů.

**Otázka a graf č. 8 – Myslíte si, že tělesné tresty negativně ovlivňují citový vztah dítě-rodíč?**



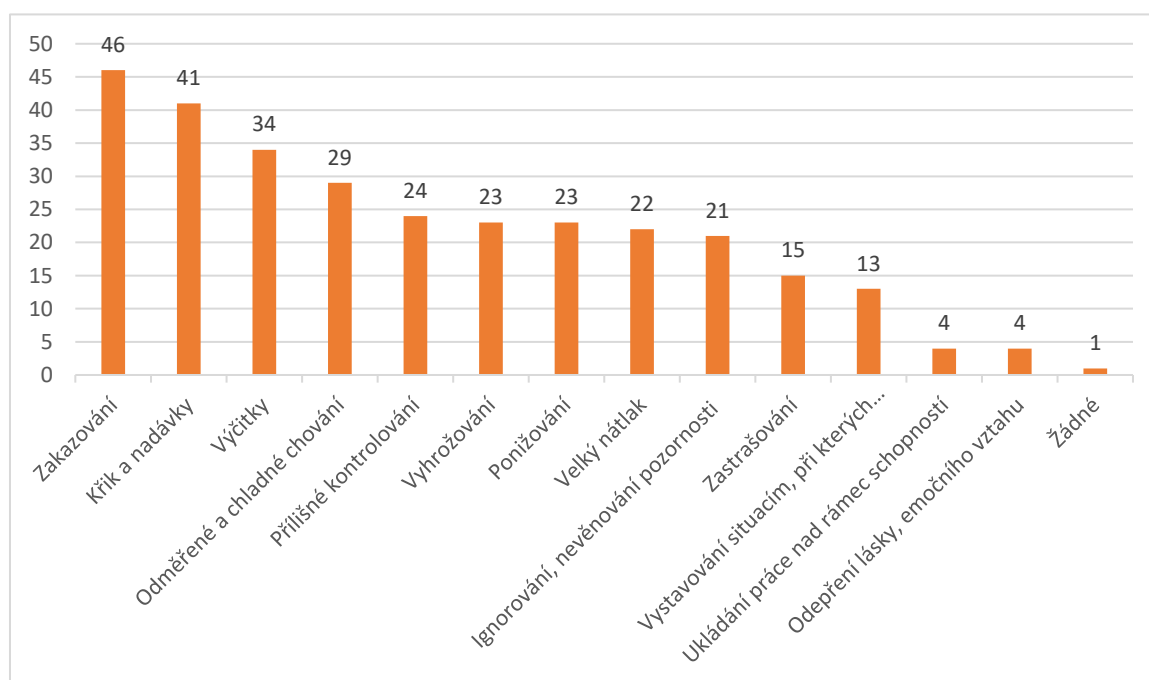
Z uvedeného grafu vyplývá, že 74,2 % (43) respondentů si myslí, že fyzické tresty ovlivňují citový vztah mezi rodičem a dítětem. Podle 2 (3,4 %) respondentů tyto tresty na citový vztah mezi rodičem a dítětem nemají žádný vliv.

**Otázka a graf č. 9 – Plánujete uplatňovat „přiměřené“ fyzické tresty ve své výchově?**



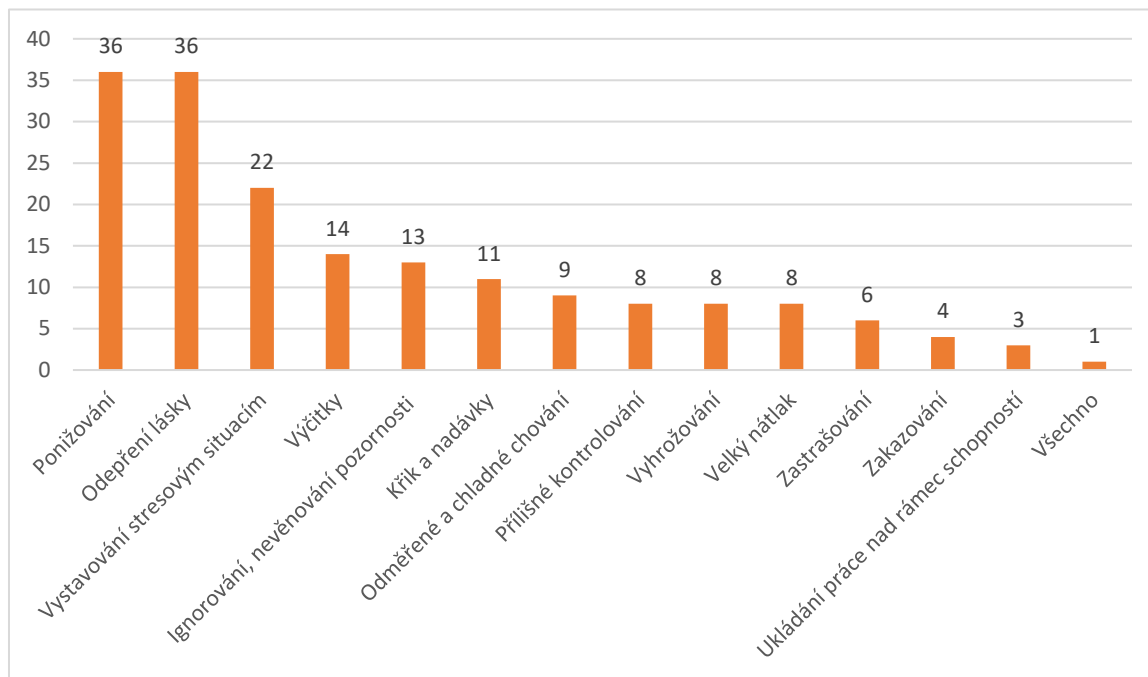
Z uvedeného grafy vyplývá, že 34,5 % (20) respondentů spíše neplánuje uplatňovat fyzické tresty ve své výchově. Tělesné tresty rozhodně hodlá uplatňovat 8,6 % (5) respondentů a 19 % (11) o jejich užívání ještě není rozhodnuto.

**Otázka a graf č. 10–S jakými psychickými tresty jste se osobně setkali?**

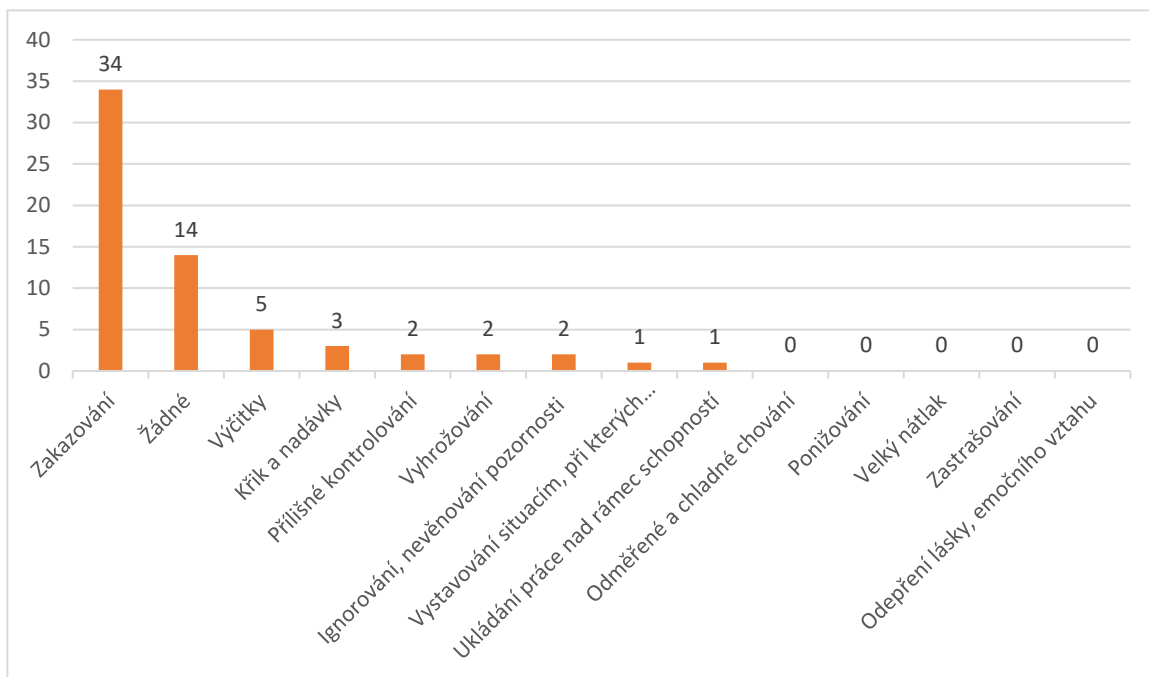


Na rozdíl od fyzických trestů je patrné, že respondenti označovali více odpovědí. Nejvíce respondentů se setkala se zakazováním (46krát), následně křikem a nadávkami (41krát) a výčitky (34krát). Jeden z respondentů se neseťkal s žádným psychickým trestem.

### Otázka a graf č. 11 – Jaký psychický trest vnímáte jako nejhorší?



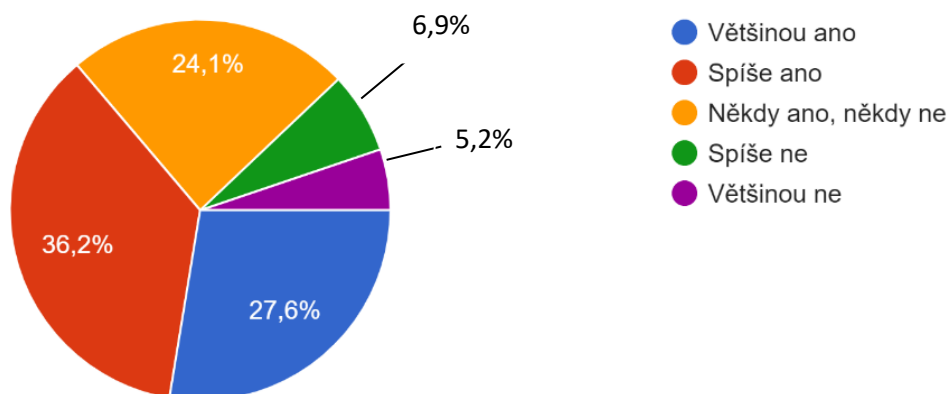
Z uvedeného grafu, ve kterém mohli respondenti označovat více odpovědí vyplývá, že jako nejhorší psychický trest vnímají ponižování a odepření lásky (36krát) a následně vystavování stresovým situacím (22krát).



#### Otázka a graf č. 12 – Jaký psychický trest vám přijde jako přiměřený?

Z uvedeného grafu jednoznačně vyplývá, že nejvíce respondentů za přiměřený psychický trest označila zakazování (34krát). Druhou nejvíce označovanou položkou bylo, že žádný psychický trest není přiměřený (14krát).

#### Otázka a graf č. 13 – Pokud jste byli psychicky trestáni, věděli jste příčinu tohoto trestu?



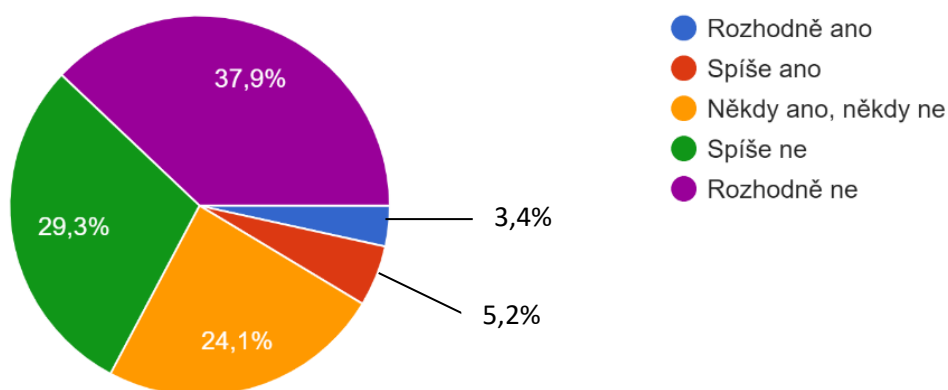
Z uvedeného grafu vyplývá, že 63,8 % (37) respondentů ve většině případů vědělo o příčině psychického trestání. Naopak 12,1 % (7) o příčině psychického trestání většinou nevědělo.

#### Otázka a tabulka č. 14 – Co byl nejčastější důvod psychického trestu?

Neposlušnost	8
Totožné důvody jako u fyzických trestů	4
Drzost	4
Potíže ve škole	3

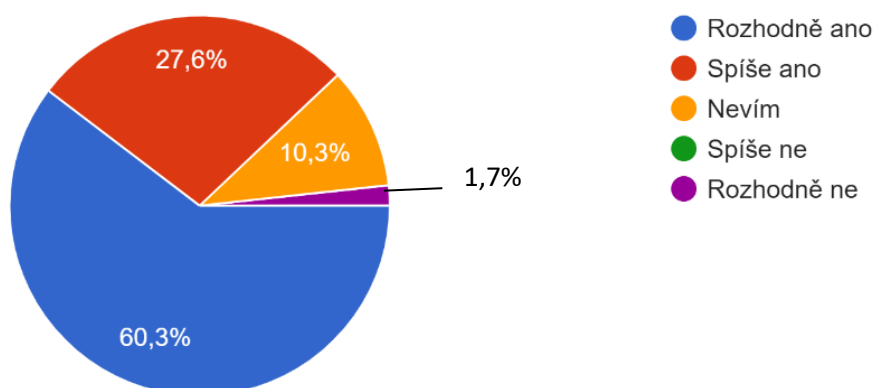
Dalšími důvody, které nespádají do výše uvedených kategorií jsou pozdější příchod domů, nechtěné rozbití věci, ztráta osobních věcí, lhaní, záchvaty vzteku, nesplnění očekávání, hádky s rodiči, nesouhlas. Na otázku odpovědělo 36 respondentů.

**Otázka a graf č. 15 – Myslíte si, že užívání psychických trestů ve výchově je efektivní/účinné?**



Za rozhodně neefektivní považuje psychické tresty 37,9 % (22) respondentů. Za efektivní je považuje 8,6 % respondentů (5).

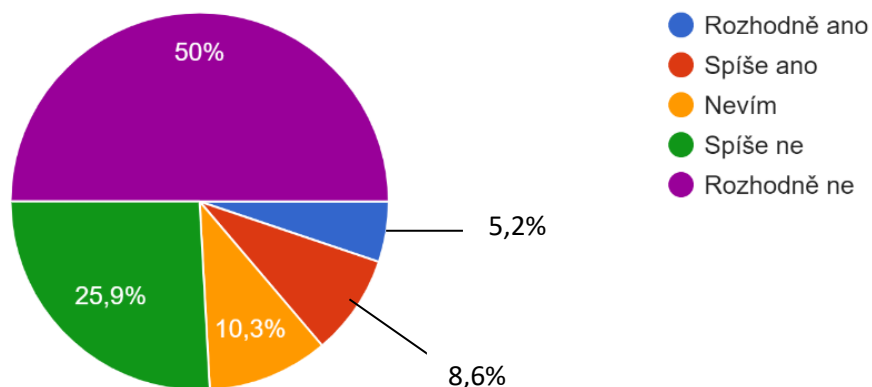
**Otázka a graf č. 16 – Myslíte si, že užití psychických trestů má negativní dopad na psychický vývoj dítěte?**





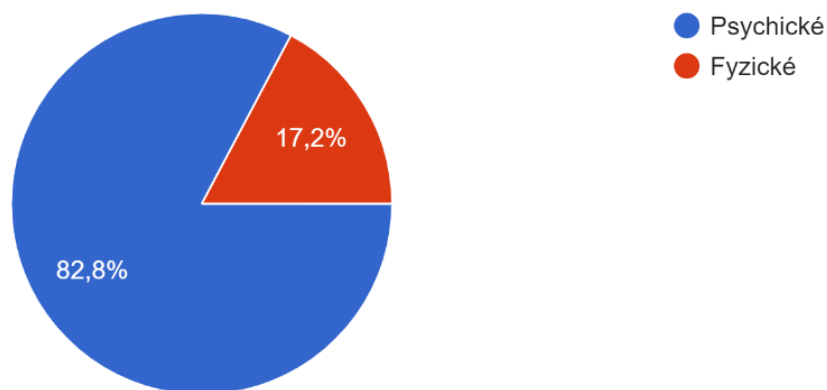
Z uvedeného grafu vyplývá, že většina respondentů (60,3 %, 35) si myslí, že psychické tresty mají rozhodně vliv na psychický vývoj dítěte. Oproti tomu si 1,7 % respondentů (1) myslí, že psychické tresty rozhodně žádný negativní dopad na dítě nemají.

**Otázka a graf č. 17 – Plánujete uplatňovat psychické tresty ve své výchově?**



Z uvedeného grafu vyplývá, že 50 % (29) respondentů rozhodně neplánuje uplatňovat psychické tresty ve své výchově. Rozhodně uplatňovat je hodlá 5,2 % (3) respondentů.

**Otázka a graf č. 18 – Považujete za horší psychické nebo fyzické tresty?**



Z uvedeného grafu jednoznačně vyplývá, že většina respondentů (82,8 %, 48) považuje psychické tresty za horší než tresty fyzické. Tělesné tresty považuje za horší 17,2 % (10) respondentů.

## 8 Diskuze

Tato kapitola se zaměřuje na zhodnocení výsledků výzkumu a jejich srovnání s výsledky dotazníků zaměřující se na podobnou tematiku. Cílem dotazníku bylo zjistit osobní zkušenosti respondentů s fyzickými a psychickými tresty v rodinné výchově. Jako výzkumný nástroj byl použit elektronický dotazník anketového typu, který se skládal z 18 otázek. Dotazníku se zúčastnilo 58 respondentů v období adolescence od 18 do 20 let.

První část otázek byla zaměřena na obě formy trestů. V první otázce jsem se dotazovali na osobní zkušenosti adolescentů s užitím trestů. Z výzkumu vyplývá, že 94,8 % respondentů se ve svém životě setkalo s psychickými nebo fyzickými tresty, a to nejčastěji v období mezi 6-11 rokem, tedy na 1. stupni základní školy. Následně je dotazník rozdělen na dva okruhy. První okruh se týká pouze fyzických trestů a druhý pouze trestů psychických.

Prvně jsme se dotazovali na důvody užití fyzických trestů. Z otevřených otázek lze vyvodit, že nejčastějším důvodem bylo neposlušné chování (12), druhým nejčastějším důvodem bylo uvedeno nesplnění požadavků (6), potíže ve škole (6) a odmlouvání (6). V dotazníku Doležala (2009) uvádí respondenti také jako nejčastější odpověď odmítnutí poslušnosti vůči rodičům (61 %) a následně lhaní (55 %). Za přiměřený fyzický trest respondenti nejvíce označovali plácnutí (31krát) a pohlavek (24krát). Třetí nejčastější odpovědí bylo, že žádný fyzický trest nevnímají jako přiměřený. Na otázku, zda plánují uplatňovat tělesné tresty ve své výchově 60,4 % respondentů odpovědělo, že neplánují. Z výzkumu Doležala (2009) vyplývá, že 53 % respondentů hodlá výjimečně tělesné tresty použít a z výzkumu Koplíkové (2009) vyplývá, že respondenti budou fyzické tresty využívat, ale také jen ve výjimečných případech.

Následuje druhý okruh, který je zaměřen na psychické tresty v rodině. Dotazovali jsem se na důvody užití psychických trestů. Důvody psychických trestů se ve většině shodovali s důvody trestů fyzických. Dalšími důvody byly například ztráta osobních věcí, problémy ve škole, nepohodnutí se s rodiči aj. Následovala otázka týkající se nejhorších psychických trestů. Za nejhorší psychický trest bylo nejčastěji označeno ponižování, které dotazovaní označili 36krát, stejně jako odepření lásky (36krát). Také jsem se dotazovali, jaký psychický trest vnímají respondenti jako přiměřený. Za přiměřený psychický trest nejvíce respondentů označilo zakazování (34krát). Další položka se týkala užití psychických trestů ve své výchově. Psychické tresty ve své výchově neplánuje uplatňovat 75,9 % respondentů. Na otázku týkající se dopadu psychických trestů na citový vývoj dítěte 87,9 % dotázaných odpovědělo, že psychické tresty mají podle jejich názoru negativní dopad na vývoj dítěte což také potvrzuje teorii.

Ptali jsem se, jaký typ trestu (psychický nebo fyzický) vnímají respondenti více negativně. Z výzkumu vyplývá, že 82,8 % respondentů považuje psychické tresty za horší, než tresty fyzické což také potvrzuje teorii.

Z výzkumu dále vyplývá, že za nejčastější fyzický trest, s kterým se respondenti setkali můžeme označit různé druhy úderů. Nejvíce respondentů se setkalo s pohlavkem (70krát), následovalo plácnutí (34krát) a facka (23krát). Z výzkumu Doležala (2009) také vyplývá, že nejčastějším fyzickým trestem, s kterým se respondenti setkali byl pohlavek (74 %) a následoval výprask rukou na zadek (72 %) nebo jiným předmětem (54 %). Pokud byli respondenti fyzicky trestáni 84,5 % z nich vždy znalo příčinu tohoto trestu. 13,8 % odpovědělo, že někdy příčinu znali a někdy ne. Užití fyzických trestů jako spíše neefektivní označilo 44,8 % respondentů což se shoduje i s výsledky dotazníku Koplíkové (2009), kde 95 % dotázaných odpovědělo, že tělesné tresty nevnímá jako účinné. To, že fyzické tresty mohou ovlivnit vztah dítěte s vychovatelem si myslí 74,2 % respondentů což vychází i teorie, že vykonávání tělesných trestů ovlivňuje jak dítě, tak rodiče.

V otázce týkající se osobních zkušeností s psychickými tresty bylo patrné, že respondenti označovali více odpovědí a tím pádem rozdíly mezi odpověďmi nebyly velké. Nejvíce se respondenti setkali se zakazováním (46krát), křikem a nadávkami (41krát) a výčitkami (34krát). Respondentů, kteří znali příčinu psychického trestání (63,8 %) bylo v porovnání s tělesnými tresty méně. 24,1 % znali důvod trestu jen někdy což je v porovnání s fyzickými tresty více. Užívání psychických trestů za neefektivní považuje 67,2 % respondentů, 24,1 % je považuje za neefektivní jen někdy.

Cílem průzkumu bylo zjistit základní informace této problematiky a v budoucnu se věnovat rozvinutí výsledků v diplomové práci, zaměřené na podrobnější informace se zdůrazněním kvalitativní části výzkumu. Jedná se o průzkum na omezeném počtu respondentů, výsledky nelze generalizovat. Zajímavým rozvinutím tohoto výzkumu by mohlo být srovnání dospělých a dospělých, kteří děti již mají nebo srovnání dvou států s rozdílnými společenskými normami.

Stanovené cíle praktické části této bakalářské práce byly splněny.

## 9 Závěr

Na základě vyhodnocení výsledku výzkumu lze konstatovat tyto závěry:

- Téměř 98 % respondentů v období adolescence v rámci našeho šetření má osobní zkušenost s trestáním v rodinném prostředí.
- Nejčastějším důvod pro užití psychického a fyzického trestu byla neposlušnost, dále problémy ve škole a odmlouvání.
- Respondenti jako nejhorší druh psychického trestu vnímají ponižování nebo odepření lásky.
- Nejvíce respondentů vnímá plácnutí jako přiměřený fyzický trest a zakazování jako přiměřený psychický trest.
- Více než půlka respondentů našeho šetření neplánuje uplatňovat fyzické tresty ve své výchově. Psychické tresty neplánuje uplatňovat 50 % respondentů.
- Podle většiny respondentů (87,9 %) mají psychické tresty negativní dopad na citový vývoj dítěte.
- Respondenti jako více negativní vnímají psychické tresty.
- Nejvíce respondentů (50 %) se s tresty setkalo v období od 6 do 11 let.
- 63,8 % respondentů vnímá fyzické tresty jako neefektivní. Psychické tresty jako neefektivní vnímá více než polovina respondentů (67,2 %).

## 10 Souhrn

Bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část je zaměřena na charakteristiku rodiny, její typy a funkce. Následuje kapitola zaměřující se na výchovu a její styly. Třetí kapitola je zaměřena na obecnou charakteristiku trestu, psychické a fyzické tresty a jejich následky. Dále pak na ostatní výchovné prostředky, kde je popsáno, jak může rodič přistupovat k výchovným problémům, aniž by musel použít trest. V této kapitole je také rozebrána konkrétní metoda tzv. „Metoda bez poražených“, která je založena na rovnocenném vztahu rodiče a dítěte.

Praktická část se věnuje výzkumnému šetření, které bylo realizováno pomocí elektronického dotazníku. Výzkumu se zúčastnilo 58 respondentů v období adolescence. Dotazník obsahoval 18 otázek, a to jak uzavřených, tak otevřených. Podrobnému zhodnocení jednotlivých otázek se věnuje kapitola diskuze. Z šetření vyplývá, že osobní zkušenost adolescentů s tresty není ojedinělá a že je běžnou součástí výchovy v rodině. Příjemným zjištěním bylo, že si respondenti uvědomují dopad na vývoj dítěte a obecně na vztah rodiče s dítětem. Výsledkem je odmítnutí psychických a fyzických trestů v rámci vlastní výchovy. I když dopad psychických trestů má dlouhodobější charakter, než u trestů fyzických stále bylo překvapivým zjištěním, že je respondenti vnímají jako horší.

## Literatura

BOURCET, Stéphane a Isabelle GRAVILLON. *Šikana ve škole, na ulici, doma: jak bránit své dítě--: praktický průvodce pro rodiče, pedagogy a vychovatele*. Přeložil Martina

CENKOVÁ, Tamara a Monika LANGROVÁ. *Jak přežít pubertu svých dětí*. Praha: Grada, 2010, 166 s. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2913-8.

ČÁP, Jan a Jiří MAREŠ. *Psychologie pro učitele*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2007, 655 s. ISBN 9788073672737.

DAŘÍLEK, Pavel a Pavel KUSÁK. *Kapitoly z pedagogické psychologie*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990, 157 s.

DELAROCHE, Patrick. *Rodiče, nebojte se říkat ne*. Přeložil Markéta DEMLOVÁ. Praha: Portál, 2000, 138 s. ISBN 8071784419.

DOLEŽAL, Jan. *Tělesné tresty dětí*. 2009. Diplomová práce. Univerzita Karlova, 3. lékařská fakulta, Ústav hygieny. Vedoucí práce Vaničková, Eva.

DUNOVSKÝ, Jiří. *Dítě a poruchy rodiny*. Praha: Avicenum, 1986, 139 s.

GORDON, Thomas. *Výchova bez poražených: řešení konfliktů mezi rodiči a dětmi*. Přeložil Julie ŽEMLOVÁ, přeložil Kristýna ŠEVČÍKOVÁ. Praha: Malvern, 2012, 307 s. ISBN 978-80-87580-06-6.

GULOVÁ, Lenka a Radim ŠÍP, ed. *Výzkumné metody v pedagogické praxi*. Praha: Grada, c2013, 245 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-4368-4.

HADJ-MOUSSOVÁ, Zuzana, Eva VANÍČKOVÁ a Hana PROVAZNÍKOVÁ. *Násilí v rodině: syndrom zneužívaného a zanedbávaného dítěte*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR, 1995, (80) s. ISBN 8085529173.

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Třetí, aktualizované vydání. Praha: Portál, 2015, 774 s. ISBN 978-80-262-0873-0.

HELUS, Zdeněk. *Sociální psychologie pro pedagogy*. Praha: Grada Publishing, 2007, 280 s. Pedagogika. ISBN 9788024711683.

HRONCOVÁ, Jolana, Anna HUDECOVÁ a Tatiana MATULAYOVÁ. *Sociální pedagogika a sociální práce*. 2. vyd. Banská Bystrica: Pedagogická fakulta Univerzity Mateja Bela, 2001, 298 s. ISBN 8080554765.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016, 254 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5326-3.

JANDOUREK, Jan. *Slovník sociologických pojmů: 610 hesel*. Praha: Grada, 2012, 258 s. ISBN 978-80-247-3679-2.

KLAPILOVÁ, Světlana. *Kapitoly ze sociální pedagogiky*. 1. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1996. ISBN 8070676698.

KOPŘIVA, Pavel, Jana NOVÁČKOVÁ, Dobromila NEVOLOVÁ a Tatjana KOPŘIVOVÁ. *Respektovat a být respektován*. 3. vyd. Kroměříž: Spirála, 2008, 286 s. ISBN 978-80-904030-0-0.

KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ. *Člověk – prostředí – výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001, 199 s. ISBN 8073150042.

KRAUS, Bohuslav. *Základy sociální pedagogiky*. 2. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0643-9.

KRTIČKOVÁ, Kateřina. Tresty ve výchově dětí: ano, či ne? In: *Šance Dětem* [online]. Praha, 2011 [cit. 2023-01-24]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/tresty-ve-vychove-deti-ano-ci-ne#jake-tresty-jsou-neprijatelne>

KUBRICHTOVÁ, Lenka, Olga WILDOVÁ a Eva MARÁDOVÁ. *Péče o dítě pro 8.-9. ročník základní školy*. Ilustroval Ivana SVOBODOVÁ. Praha: Fortuna, 1993, 63 s. ISBN 8071680397.

KOPLÍKOVÁ, Štěpánka. *Užívání fyzických trestů při výchově v rodině* [online]. Brno, 2009 [cit. 2023-04-19]. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/zjiyn/>. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Marie VÍTKOVÁ.

LOCKE, John a František SINGULE. *O výchově*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1984, 229 s.

LOVASOVÁ, Lenka a Kateřina SCHMIDOVÁ. *Tělesné tresty: definice, popis, následky*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-869-9175-X.

LOVASOVÁ, Lenka a Kateřina SCHMIDOVÁ. *Vzdělávání dospělých – Tělesné tresty* [online]. In: s. 2 [cit. 2023-03-21]. Dostupné z: <https://www.zsmalse.cz/media/userfiles/Tresty.pdf>

MAREŠ, Jiří, Jan PRŮCHA a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 4., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003, 322 s. ISBN 8071787728.

MARKHAM, Laura. *Aha! Rodičovství: jak přestat křičet a začít žít s dětmi v harmonii*. Vydání druhé. Přeložil Jana VLKOVÁ. V Praze: Kristián entertainment, 2015, 293 s. ISBN 978-80-88130-03-1.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Po dobrém, nebo po zlém?: o výchovných odměnách a trestech*. 4. vyd. Praha: Portál, 1994, 109 s. ISBN 8085282003.

MERTIN, Václav. *Výchova bez trestů*. Praha: Wolters Kluwer Česká republika, 2013, 123 s. ISBN 978-80-7478-028-8.

MERTIN, Václav. *Výchova bez trestu* [online]. 10/2012 [cit. 2023-03-21]. Dostupné z: <https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/rodina-a-skola/90567/vychova-bez-trestu>

PLAŇAVA, Ivo. Komponenty a procesy fungující rodiny a manželství. *Československá psychologie*. 1994, **39**(1), 8. ISSN 0009-062X.

PROCHÁZKA, Miroslav. *Sociální pedagogika: historické kořeny : výchova, socializace a prostředí : výchovná prostředí : škola a sociální pedagogika*. Praha: Grada, 2012, 203 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-3470-5.

ROUSSEAU, Jean-Jacques. *Emil čili, O vychování*. Překlad Antonín Krezar. Třetí vydání, zrevidované. Olomouc: R. Promberger, 1926. 419 stran.

SCHWEIZER, Christel a Jirina PREKOP. *Děti jsou hosté, kteří hledají cestu*. 2. vyd. Přeložil Kristina LIŠKOVÁ. Praha: Portál, 1995, 151 s. ISBN 8085282771.

THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál, 2015, 575 s. ISBN 978-80-262-0714-6.

VANÍČKOVÁ, Eva. *Tělesné tresty dětí: definice – popis – následky*. Praha: Grada Publishing, c2004, 116 s. Psyché. ISBN 8024708140.

ZIKMUND, Martin. 13 hříchů rodičovství: Dětská strana facky. In: *YouTube* [online]. 2020 [cit. 2023-01-24]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=wJRAKoOQuYk>



## Seznam grafů a tabulek

- Graf č. 1 – Byli jste v minulosti trestáni?
- Graf č. 2–V jakém období to bylo nejčastěji?
- Graf č. 3–S jakými fyzickými tresty jste se osobně setkali?
- Graf č. 4 – Jaký fyzický trest vám přijde přiměřený?
- Graf č. 5 – Pokud jste byli někdy fyzicky trestáni, věděli jste příčinu tohoto trestu?
- Tabulka č. 6 – Co byl nejčastější důvod fyzického trestu?
- Graf č. 7 – Myslíte si, že používání fyzických trestů ve výchově je efektivní/účinné?
- Graf č. 8 – Myslíte si, že tělesné tresty negativně ovlivňují citový vztah dítě-rodíč?
- Graf č. 9 – Plánujete uplatňovat „přiměřené“ fyzické tresty ve své výchově?
- Graf č. 10–S jakými psychickými tresty jste se osobně setkali?
- Graf č. 11 – Jaký psychický trest vnímáte jako nejhorší?
- Graf č. 12 – Jaký psychický trest vám přijde jako přiměřený?
- Graf č. 13 – Pokud jste byli psychicky trestáni, věděli jste příčinu tohoto trestu?
- Tabulka č. 14 – Co byl nejčastější důvod psychického trestu?
- Graf č. 15 – Myslíte si, že užívání psychických trestů ve výchově je efektivní/účinné?
- Graf č. 16 – Myslíte si, že užití psychických trestů má negativní dopad na psychický vývoj dítěte?
- Graf č. 17 – Plánujete uplatňovat psychické tresty ve své výchově?
- Graf č. 18 – Považujete za horší psychické nebo fyzické tresty?

## Seznam příloh

Příloha č. 1: Dotazník pro adolescenty

*Dobrý den,*

*jsem studentka 3. ročníku oboru Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci obor Sociální pedagogika a ráda bych Vás poprosila o vyplnění dotazníku pro moji bakalářskou práci na téma Fyzické a psychické tresty v rodinné výchově. Smyslem dotazníku je zjistit jaké zkušenosti mají respondenti s fyzickými a psychickými tresty v jejich rodinném prostředí, jaký mají názor na jejich užívání a dopad na jedince. Dotazník obsahuje 18 otázek a je rozdělen na dvě části. Dotazník je určen pro adolescenty od 18 do 20 let. Výsledky budou sloužit pouze pro účely bakalářské práce. Respondentům je zaručena naprostá anonymita. Děkuji za Váš čas a ochotu odpovědět na dané otázky.*

První část – Fyzické a psychické tresty

1. Byli jste v minulosti doma trestáni?

- Ne
- Ano – párkrát
- Ano – občas
- Skoro pořád

2. V jakém období to bylo nejčastěji?

- Do zhruba 6 let (předškolní věk)
- Mezi 6–11 rokem (1. stupeň ZŠ)
- Mezi 12-15 rokem (2. stupeň ZŠ)
- Mezi 16-19 rokem (SŠ)

Druhá část – Fyzické tresty

3. S jakými fyzickými tresty jste se osobně setkali?

- Facky
- Pohlavek
- Plácnutí
- Výprask rukou či jiným předmětem
- Třesení
- Kliky a dřepy
- Štípání

- Kroucení ruky
  - Zalepování úst
  - Přivazování je stolu, židli
  - Tahání za vlasy
  - Jiné
4. Jaký fyzický trest vám přijde přiměřený?
- Facky
  - Pohlavek
  - Plácnutí
  - Výprask rukou či jiným předmětem
  - Třesení
  - Kliky a dřepy
  - Štípání
  - Kroucení ruky
  - Zalepování úst
  - Přivazování je stolu, židli
  - Tahání za vlasy
  - Jiné
5. Pokud jste byli někdy fyzicky trestáni, věděli jste příčinu tohoto trestu?
- Většinou ano
  - Spíše ano
  - Někdy ano, někdy ne
  - Většinou ne
6. Co byl nejčastější důvod fyzického trestu? *(otevřená otázka)*
7. Myslíte si, že používání fyzických trestů ve výchově je efektivní/účinné?
- Rozhodně ano
  - Spíše ano
  - Nevím
  - Spíše ne
  - Rozhodně ne
8. Myslíte si, že tělesné tresty negativně ovlivňují citový vztah dítě-rodíč?
- Rozhodně ano

- Spíše ano
- Nevím
- Spíše ne
- Rozhodně ne

9. Plánujete uplatňovat „přiměřené“ fyzické tresty ve své výchově?

- Rozhodně ano
- Spíše ano
- Nevím
- Spíše ne
- Rozhodně ne

Třetí část – psychické tresty

10. S jakými psychickými tresty jste se osobně setkali?

- Odměřené a chladné chování
- Vyhrožování
- Výčitky
- Křik a nadávky
- Ponižování
- Velký nátlak
- Zakazování
- Přílišné kontrolování
- Ignorování, nevěnování pozornosti
- Zastrásování
- Ukládání práce nad rámec schopností
- Vystavování situacím, při kterých zažíváme velký stres
- Odepření lásky, emočního vztahu
- Jiná

11. Jaký psychický trest vnímáte jako nejhorší?

- Odměřené a chladné chování
- Vyhrožování
- Výčitky
- Křik a nadávky

- Ponižování
- Velký nátlak
- Zakazování
- Přílišné kontrolování
- Ignorování, nevěnování pozornosti
- Zastrásování
- Ukládání práce nad rámec schopností
- Vystavování situacím, při kterých zažíváme velký stres
- Odepření lásky, emočního vztahu
- Jiná

12. Jaký psychický trest vám přijde jako přiměřený?

- Odměřené a chladné chování
- Vyhrožování
- Výčitky
- Křik a nadávky
- Ponižování
- Velký nátlak
- Zakazování
- Přílišné kontrolování
- Ignorování, nevěnování pozornosti
- Zastrásování
- Ukládání práce nad rámec schopností
- Vystavování situacím, při kterých zažíváme velký stres
- Odepření lásky, emočního vztahu
- Jiná

13. Pokud jste byli psychicky trestáni, věděli jste příčinu tohoto trestu?

- Většinou ano
- Spíše ano
- Někdy ano, někdy ne
- Spíše ne
- Většinou ne

14. Co byl nejčastější důvod psychického trestu? (*otevřená otázka*)

15. Myslíte si, že užívání psychických trestů ve výchově je efektivní/účinné?

- Rozhodně ano
- Spíše ano
- Někdy ano, někdy ne
- Spíše ne
- Rozhodně ne

16. Myslíte si, že užití psychických trestů má negativní dopad na psychický vývoj dítěte?

- Rozhodně ano
- Spíše ano
- Nevím
- Spíše ne
- Rozhodně ne

17. Plánujete uplatňovat psychické tresty ve své výchově?

- Rozhodně ano
- Spíše ano
- Nevím
- Spíše ne
- Rozhodně ne

18. Považujete za horší psychické nebo fyzické tresty?

- Psychické
- Fyzické