



Když dítě lže



- Rozdíl mezi pravdou a lží
- Lež u předškoláků, školáků a teenagerů
- „Zlatá pravidla“ při lhaní dětí
- Když nic nezabírá
- Příběhy rodičů

Tereza Beníšková

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umístování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.





Copyright © Grada Publishing, a.s.

Mgr. Tereza Beníšková

KDYŽ DÍTĚ LŽE

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400
www.grada.cz
jako svou 3855. publikaci

Odpovědná redaktorka Jana Henžlíková
Sazba a zlom Milan Vokál
Počet stran 112
Vydání 1., 2010

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.
Husova ulice 1881, Havlíčkův Brod

© Grada Publishing, a.s., 2010
Cover Photo © fotobanka Allphoto

ISBN 978-80-247-2309-9 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-6513-6 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2011

Obsah

ÚVOD	9
1. PRAVDA A LEŽ	11
Rozdíl mezi pravdou a lží	11
Jak často běžný člověk lže? V jakých situacích?	13
Jeden den úplně pravdomluvného člověka	14
Jak se pozná lež?	15
Dá se poznat, že někdo lže?	15
„Zaručené“ metody celníků při odhalování lži	16
Detektor lži	18
Jednoduchý detektor lži – Jak se odhaluje lež v Číně?	19
Shrnutí	19
2. KDYŽ LŽE PŘEDŠKOLÁK	21
Jakým způsobem mohou předškoláci lhát? Příklady lhaní u předškoláků	21
Krátká charakteristika období předškoláka	22
Jak myslí předškolák?	23
Předškolák a rodiče	24
Hra, fantazie	24
Od jakého věku už se dá mluvit o lhaní?	26
Charakteristika lži u předškoláků	26
Lžou všechny předškolní děti?	26
Dovednost lhaní jako pozitivní moment vývoje aneb Kde je čokoláda?	27
Proč předškoláci lžou?	28
Nejčastější důvody lhaní u předškoláků	29
Jak reagovat, když předškolák lže?	30
Jak se chovat k předškolákovi, aby lží bylo co nejméně?	33



Rady jiných rodičů, jak zacházet se lhaním u předškoláka	38
Však my jsme taky lhali...	43
Shrnutí	45
3. KDYŽ LŽE ŠKOLÁK	47
Jakým způsobem mohou školáci lhát? Příklady lhaní u školáků	47
Krátká charakteristika období školáka	48
Jak myslí školák?	49
Školák a jeho rodiče	49
Školák a vrstevníci	50
Charakteristika lži u školáků	50
Lžou všichni školáci?	50
Proč školáci lžou?	51
Proč školáci nejčastěji lžou?	51
Jak reagovat, když školák lže?	52
Jak se chovat ke školákovi, aby lží bylo co nejméně?	57
Anketa mezi školáky o lhaní – Magazín MF DNES	63
Shrnutí	65
4. KDYŽ LŽE TEENAGER	67
Proč jsem zvolila pojem teenager?	67
Jakým způsobem mohou teenageři lhát? Příklady lhaní u teenagerů	67
Krátká charakteristika období teenagera	68
Co je pro teenagera typické?	69
Teenager a rodiče	70
Teenager a vrstevníci	70
Charakteristika lží a lhaní teenagerů	71
Lžou všichni teenageři?	71
Proč teenageři lžou?	72
Teenager chce získat svobodu, vlastní prostor, nezávislost na rodičích	72
Strach	73
Předvídání zamítavé reakce rodičů	73
Nápodoba rodičů či okolí	73
Ze zvyku	73

Lenost	74
Lhaní jako indikátor něčeho závažnějšího	74
Jak reagovat, když teenager lže?	75
Jak se chovat k teenagerovi, aby bylo lhaní co nejméně?	78
Lhaní a internet	87
Proč je na internetu snazší lhát?	87
Typické on-line lži – experimentování s identitou	89
Mám to jako rodič nějak řešit, když zjistím, že si teenager na internetu vymýšlí?	89
Učte potomky pravidla bezpečnosti na internetu	90
Lež pubertální dcery	91
Shrnutí	92
5. JAK DÍTĚ VYCHOVÁVAT, ABY BYLO LHANÍ CO NEJMÉNĚ?	93
„Zlatá pravidla“, která se osvědčují při lhaní dětí	93
6. CO KDYŽ TO NEZABERE	97
Pokuste se najít někoho, kdo vám pomůže	97
Koho mám vlastně hledat?	98
Kde takového odborníka hledat?	98
Jak poznám, že je to dobrý odborník? Že mi bude vyhovovat?	99
Kolik to bude stát?	99
Co od takového odborníka můžete čekat? Co ne?	100
Je potřeba dobře formulovat zakázku – tedy to, co od odborníka chcete	101
Má cenu nechat dítěti předepsat nějaké léky?	102
ZÁVĚREM	103
LITERATURA	105



Úvod

Milí čtenáři,

dostává se vám do ruky knížka, která by vám měla pomoci ve chvíli, kdy vaše dítě lže. Se lhaním u svého dítěte se setkal snad každý rodič. Lhaní dítěte je pro rodiče vždycky zátěžová situace. Dochází ke ztrátě důvěry v dítě, kazí se vztah mezi dítětem a rodičem.

Každá lež nemusí být však tak strašná, jak to na první pohled může vypadat. Lhát zkoušejí prakticky všechny děti. Některé druhy lží jsou běžné, některé lži ani není potřeba nějak víc řešit.

Děkuji všem rodičům, kteří mi vyprávěli postřehy, které se týkaly lhaní u jejich dětí. Děkuji svému manželovi Petrovi a synům Ondrovi a Danečkovi za všestrannou pomoc, sestře Míše za trpělivé korektury a rodině a přátelům za pomoc a podporu.

Tereza Beníšková

V Kadani, listopad 2009

Pravda a lež

1

Cílem kapitoly je probrat rozdíl mezi pravdou a lží a různé druhy lží. Měli bychom se podívat se na to, jak často běžný člověk lže a v jakých situacích. Jak by to vypadalo, kdyby někdo mluvil stále pravdu? Dá se poznat, že někdo lže? A jak? Jak funguje detektor lží?

Rozdíl mezi pravdou a lží

Možná vám bude připadat nadpis absurdní. Vždyť rozdíl mezi pravdou a lží je přece zřejmý. Pravda je pravda, lež je lež. Každému je to jasné. Pravda je správná, lež je špatná. Pravda je žádoucí, lež by se měla potrestat. Chceme, aby naše dítě říkalo jen pravdu, vždyť my sami také nelžeme.

Ale tak jednoduché to není. Zkuste si sami pro sebe zformulovat svou definici pravdy a svou definici lži. Tak tedy: Co je to pravda a co je to lež?

Například: Pravda je to, co odpovídá skutečnosti. Lež je všechno ostatní.

Ale co když říkám něco, co neodpovídá skutečnosti, ale já to nevím a jsem přesvědčen o tom, že je to pravda? Pak přece nelžu. Při lži musí být přítomen záměr druhého oklamat, pak se teprve jedná o skutečnou lež. Musíme chtít druhého záměrně uvést v omyl.

U mnoha výroků se dá těžko rozeznat, zda jsou pravda nebo lež. Je v nich obsažena část pravdy, ale i část nepravdy, existuje hodně polopravd.

Definice lži – z Wikipedie, otevřené encyklopedie:

„Lhát znamená tvrdit něco, o čem mluví nebo pisatel ví, že je nepravdivé, nebo o čem nemá rozumný důvod se domnívat, že je pravdivé, ale přesto to vydává za pravdu. Většinou se tak děje s úmyslem získat nějakou výhodu či zakrýt chybu. Lží je také vložení vědomé nepravdy do jinak pravdivé souvislosti. Někdy se lež připouští ze zdvořilosti či k ochraně druhých osob.“

Je každá lež špatná? Určitě je spousta lží, které jsou zavrženíhodné, které druhému ublíží, které mu mají uškodit. Lži, které jsou zlé a podlé. Už v Bibli v Desateru přikázání je uvedeno: „Nepromluvíš krivého svědectví.“ Odhalení lži se většinou podváděného dotkne, zraní ho. Podváděný už nebude mít ke lháři důvěru.

Ale pak existují drobnější lži, které používáme víceméně všichni, aniž bychom si to uvědomovali. Například v obchodě u pokladny řekneme, že nemáme drobné, ačkoliv je máme, jen se nám je nechce lovit z peněženky. Kamarád nás zve večer do kina nebo do hospody, ale nemáme chuť jít a nechceme mu to říct přímo, tak se raději vymluvíme, že už něco máme. Pochválíme kolegyni nový účes, i když se nám nelíbí. Vlastně jsme jí chtěli pouze povědět, že jsme si všimli, že je ostříhaná. Pochválíme partnera, jak to dnes bylo perfektní, i když to vlastně za moc nestálo.

A co tzv. milosrdné lži? Když lžeme proto, abychom druhého potěšili, abychom mu dodali odvahu, abychom mu nesebrali naději...

Pak jsou ještě různé společenské fráze a obraty, které jsou také vlastně nepravdivé. Takové společenské a zdvořilostní lži. Například když se s někým loučíme a říkáme, že to bylo moc fajn a že se těšíme na shledání, ale přitom jsme byli otrávení a další shledání si nepřejeme. Když děkujeme neochotné prodavačce za to, že nám podala zboží. Vždyť je to přece její práce, neudělala pro nás nic navíc. Ani tu svoji práci nedělá dobře, bylo třeba ji urgovat, přesto jí děkujeme... Nakonec i když zdravíme „Dobrý den“ někoho, koho nemáme rádi a vlastně mu tedy nepřejeme, aby měl dobrý den...

A je lhaní to, když sice nelžeme, ale neřekneme druhému všechno, co víme? Když schválně něco zamličíme?

Jak často běžný člověk lže? V jakých situacích?

Zdá se, že lidé lžou opravdu často. Drobné lži se objevují každodenně. Kdo říká, že nikdy nelhal, tak lže právě teď.

Různí lidé mají různě vysokou toleranci ke lži. Někomu lhaní připadá jako celkem běžná věc, sám ho používá často, a je možná i tolerantnější k druhým, když u nich lhaní objeví. Jiný se naopak lhaní vyhýbá, snaží se nelhat. Ale i takový člověk někdy zalže.

Lhaní nám pomáhá uchránit si naši intimitu a soukromí. Nechceme o sobě vše sdělovat, tak se někdy raději uchýlíme ke lži.

Do kategorie lhaní patří nejen lhaní druhým, ale i lhaní sám sobě. Něco si nalháváme, sami před sebou si tvrdíme, že to bylo jinak, až tomu skutečně začneme věřit.

Proč to lidé dělají? Jsou to nevědomé obranné mechanismy našeho ega, abychom si o sobě uchovali příznivý sebeobraz. Pomáhají nám překonat nepříjemné situace, pokud se s nimi nejsme schopni vyrovnat přímo.

A co lež ve sportu? Například fingování zranění při fotbalu či při hokeji, předstírání faulu, ačkoliv se hráče protihráč ani nedotkl... V tenise nepřiznání autu, ve fotbale zahrání rukou... Škoda, že trenéři často učí už malé sportovce, že vlastně není špatná lež a předstírání, ale jen to, když se na ně přijde. Například: „Nevadí, že fauluješ, ale vadí, když to rozhodčí vidí.“ Tím do značné míry formují postoj ke lži u dítěte.

Jeden den úplně pravdomluvného člověka

Představte si člověka, který je znechucen množstvím lží, s nimiž se denně setkává. Rozhodne se, že lhaní bylo už dost a že od zítřka bude říkat za všech okolností vždy jen pravdu. Nikdy se neuchýlí ani k drobné lži. Vše, co ho napadne, řekne nahlas. Nenechá si ani nic pro sebe, protože si myslí, že druhí mají právo to vědět. Těší se, jak na světě bude krásně, když bude mluvit jen pravdu, jak bude u druhých oblíben. Pojmenujeme ho například Michal.

Michal se ráno svého prvního pravdomluvného dne probudí vedle manželky. Kromě ranního pozdravu jí ještě sdělí, že bez nalíčení nevypadá nic moc a že jí smrdí z pusy, ale že jí přesto rád vidí. Připomene si, že chce být zcela pravdomluvný a nic nezamlčovat, tak ženě ještě poví, že měl erotický sen o sousedce. Pak vstane a vykonává ranní hygienu. Neopomene říct dětem, jak ho rozčilují svým křikem a že ho štvou tím, že jedí pomalu, i když vědí, že on pospíchá do práce. Ranní promluvy skončí tím, že má pocit, že ho rodina obtěžuje.

Na schodech potká souseda, tak mu konečně řekne pravdu o tom, co si myslí o jeho psovi a jeho protivném štěkání.

V práci Michal pokračuje v totální pravdomluvnosti a ve sdělování všech svých myšlenek. Za jednu pracovní směnu si dokáže zneprátenit šéfa, kolegy i podřízené. Klienti si na něj stěžují.

Když přijde domů, diví se, že manželka se na něj mračí a děti raději odcházejí do pokojíčku. Ani soused se s ním na ulici ne bavil. Takhle si tedy výsledek své pravdomluvnosti nepředstavoval... Místo aby ho všichni rádi viděli, tak se ho straní.

Michal si neuvědomil, že ve snaze o pravdomluvnost se z něj stal neomalený hulvát. Že se mu povedlo urazit snad všechny blízké lidi. Pokud by ve své pravdomluvnosti a sdělování všech svých myšlenek pokračoval, bylo by soužití s ním velmi obtížné. Nejspíš by brzy zůstal sám.

Michal to nechápe. Jak to, že okolí neocení, že je charakterní upřímný člověk, že nikomu nezalhal? Proč si myslí, že je hulvát?

Co z toho vyplývá? Kdyby někdo říkal opravdu jen pravdu a navíc všechno, co mu přijde na mysl, žilo by se mu mezi lidmi dost těžko. Někdy jsou drobné lži či zdvořilostní lži potřeba.

A už vůbec není nutné říkat vše, na co člověk pomyslí. To není lež, když to neřekneme. Záleží na nás, co všechno se rozhodneme sdělit o tom, na co myslíme, co se nám zdálo, o čem sníme... Naše myšlenky jsou náš privátní prostor a nemusíme je nikomu odhalovat, pokud nechceme. Myšlenky jsou prchavé, pocity se často mění. Znáte to, v jedné chvíli vás blízký člověk štve, ale za chvíli už je vám s ním zase dobře. Kdybyste mu pokaždé, když vás napadne, že vás štve, že se vám na něm něco nelíbí apod., sdělili, co si o něm právě myslíte, tak ho jen zbytečně rozladíte. Vždyť víte, že za pár minut může být všechno jinak. Ano, pokud se nějaký pocit z druhého často opakuje, tak je asi dobré o něm mluvit nebo se podle něj chovat. Ale říkat druhým všechny své nápady a pocity ohledně nich je přímo vztahovraždné.

Jak se pozná lež?

Dá se poznat, že někdo lže?

Myslíte si, že poznáte, když vám druhý lže? Poznáte to u neznámého člověka? A u blízkého člověka? U kterého z nich snáze? Podle čeho to odhalíte?

Někteří lidé říkají, že mají osvědčené metody k rozpoznání lži u druhého člověka. Podezření, že druhý lže, v nich vzbuzuje například nervozita druhého, uhýbání očima, třesoucí se ruce, poklepávání prsty nebo nohama, zvýšené pocení, rozklepaný hlas...



„Zaručené“ metody celníků při odhalování lži

Policejní psycholožka Ludmila Čírtková (2008) provedla výzkum ohledně lhaní mezi zkušenými celníky. Profesi celníka vybrala proto, že celníci se se lhaním a předstíráním často setkávali. Výzkum zjišťoval schopnost celníků rozpoznat, že jim někdo lže, že je klame. Jaké prvky chování uváděli profesně zdatní celníci jako vodítka pro odhalení lži u druhého člověka? Vyjmenované prvky používali celníci jako orientační vodítka pro rozpoznávání podezřelých osob na hraničních přechodech.

- Vyhýbání se očnímu kontaktu.
- Časté dotýkání se (např. tření nosu, škrábání se na čele, mnutí oka).
- Pohybový neklid (přešlapování, poposedávání, sundávání a nandávání brýlí, rozepínání a zapínání řemínku od hodinek atp.).
- Nápadná snaha vyhnout se položené otázce („okecávání“ tématu).
- Značné prodlevy mezi otázkou a odpovědí.
- Krátké odpovědi.

Podle Čírtkové však žádný z těchto způsobů chování sám o sobě nedokazuje, že se dotyčný pokouší klamat. V následném výzkumu policejních psychologů se ukázalo, že jde o kritéria, která nejsou pro praxi vhodná. Celníci se často mylili v tom, kdo pašuje. Předpokládali pašované zboží spíše u spořádaných cestujících, kteří byli z nějakého důvodu nervózní (možná je stresovala sama situace přechodu hranic a nutnost celní kontroly) než u profesionálních pašeráků. Profesionální podvodníci se většinou uměli dobře ovládat, působit klidně a bezúhonně.

Policejní psycholožka Čírtková (2008) dále uvádí dvě typické chyby posuzovatelů věrohodnosti (tj. těch, kteří hodnotí, jestli daná osoba lže nebo mluví pravdu; mohou to být policisté, soudní znalci, detektivové, ale i běžní lidé, kteří zvažují, zda jim druhý říká pravdu či lže):

- Ne každý, na kom je patrna nervozita, právě lže.
- Ne každý lhář je při lhaní nervózní.

Posuzovatel věrohodnosti obvykle vychází z předpokladu, že lháře prozradí jeho nervozita. Myslí si, že lhář se bojí, že bude usvědčen ze lži, a proto je ner-

vózní. Příznaky rozčilení, které na člověku zpozorujeme, jako například pocení, skvrny na obličeji a krku, vlhké ruce, prudké dýchání, zrychlený puls, pohybový neklid rukou, časté polykání, přeřkávání se, zajíkávání se atp., však zdaleka nemusí být jenom příznaky lži. Mohou být také výrazem obavy z neznámé situace, strachu nevinného člověka z toho, že mu nebudou věřit, že nebude schopen doložit své alibi apod.

Naopak někteří jedinci dokážou lhát velmi obratně a přesvědčivě. Zdatní lháři podle Čírtkové netrpí žádnými vnějšími příznaky nervozity. Vystupují suverénně, klamou s lehkostí a s radostí. U nich je určitě třeba používat k odhalení lži jiná vodítka než ta vázaná na nervozitu (např. obsahové rozpory v jednotlivých výpovědích).

Psycholog Paul Ekman (2007), který se zabývá výzkumem lhaní, uvádí zajímavý paradox. Nazývá ho Othellova chyba. Podle něj nevinný člověk, kterému velmi záleží na tom, aby nedůvěřující okolí přesvědčil o své nevině, může při přesvědčování okolí o své bezúhonnosti působit naopak dost nevěrohodně a „podivně“. Je to způsobeno tím, že jak se bojí, aby mu okolí uvěřilo, tak se ocitá ve značném stresu. Mohou se mu třást ruce, chvět hlas, může se potit apod. Tj. vykazuje takové projevy, že by na detektoru lži neobstál. Ukazuje se, že pod vlivem hrozící sankce je nejenom obtížné věrohodně lhát, ale je i obtížné přesvědčit druhé o pravdě. A možná je to ještě obtížnější než podvádět. Součástí Othellovy chyby je i „předpřipravená“ mysl naslouchajícího, který je dopředu přesvědčen, že dotyčný lže. Kvůli tomuto předsudku pak signály vypovídající o úzkosti a stresu dotyčného vyhodnocuje rovnou jako důkazy lži.

Psycholog Zbyněk Vybíral (2003) popisuje ve své knize *Lži, polopravdy a pravda v lidské komunikaci* výsledky metaanalýzy různých výzkumů lži. Metaanalýza znamená analýza různých analýz, tj. byly zkoumány a porovnávány výsledky jednotlivých výzkumů o lži. Uvádím zde dva zajímavé závěry zmiňované metaanalýzy:

Neexistuje zaručený způsob, jak u druhého odhalit lež. Naše odhady pravdy či lhaní u druhých jsou často mylné. Neexistuje typické neverbální chování, které by člověka prozrazovalo ve chvíli, kdy lže. Lhář se nevrčí, víc se neusmívá, nezakoktává se, neuhýbá očima...



Pro odhalení lži je nejspolehlivější poslouchat, co nám druhý člověk říká. Lháře prozradí spíše obsah jeho řeči než jeho neverbální projevy.

Detektor lži

Lidé vždy toužili po prostředku, který by jim pomohl poznat, jestli druhá osoba mluví pravdu, nebo jestli lže. Snažili se sestrojít přístroj, který lež odhalí – detektor lži. Detektor lži dnes existuje. Využívá jej policie jako pomocnou metodu a je také předváděn v televizních soutěžích (např. v současné době na TV Prima v pořadu Nic než pravda). Nefunguje však 100%.

Jak uvádí Daniel Kaiser, analytik BBC, ve svém článku o detektoru lži v politice (Kaiser, 2004), vlastní česká policie jeden detektor lži (tzv. polygraf). Ročně jej použije v několika desítkách případů. Jak je to ve světě? V USA se polygraf využívá, ale jen střídmě. Jeho výsledky nejsou při soudním řízení akceptovány jako jediný důkaz. Musejí být podpořeny dalšími pádnějšími důkazy. Ve Velké Británii detektor lži není povolen jako důkazní prostředek. Jeho věrohodnost je experty zpochybnována (to, že se někomu po určitých otázkách zrychlí tep nebo dech, nebo se začne potit, ještě neznamená, že je to automaticky zločinec). Naopak široké oblibě se detektor lži těší v Izraeli.

Na jakém principu detektor lži (polygraf) pracuje? Polygraf měří různé fyziologické reakce, které člověk může vědomě jen těžko ovlivňovat. Pomocí různých elektrod je monitorována dechová frekvence, tepová frekvence, změna krevního tlaku, změna galvanického odporu kůže (tj. množství potu, jestli se vyšetřovaný u dané otázky potí více nebo méně než předtím) a dále změny v hlase vyšetřované osoby. Předpokládá se, že při položení otázek souvisejících se spáchaným zločinem dojde k výrazné změně těchto ukazatelů. Podle pracovnice policejního prezidia Lucie Uhlířové (in: Kaiser 2004): „...pokud se v nejméně třech těchto kategoriích projevů takzvaná kritická změna, potom můžeme konstatovat, že tázaný člověk buď nemluví pravdu, nebo některou věc úmyslně zamlčel.“

Je však na detektor lži skutečně spolehnouti? Polygraf bohužel neměří lež jako takovou, ale jakoukoliv prudší emoci člověka. Samozřejmě je obtížné po-