

Na depresi „létající tým“

Desítky tisíc dětí jsou na antidepresivech. Pomoci mají nové týmy odborníků i rady od inspekce

Markéta Lankašová
reportérka MF DNES



Více než polovina českých devátáků se necítí dobře. Duševních problémů mezi dětmi a dospívajícími dramaticky přibývá. Podle České školní inspekce by žákům měli více pomáhat učitelé a další dospělí ve školách. Jak? Třeba tím, že umožní dětem dělat chyby a riskovat.

Čtyři z pěti dívek v devátých třídách se potýkají s depresí, u chlapců je to více než polovina, ukazují poslední průzkumy. Psychiatra vyhledalo předloni kvůli vážnému duševnímu problému více než 67 tisíc dětí a mladistvých. Antidepresiva jich užívalo 33 tisíc.

„Dramatický nárůst některých typů potíží jednoznačně souvisí s digitálním ekosystémem, ve kterém dnes žijeme,“ říká ředitel Národního ústavu duševního zdraví Jiří Horáček. „Žijeme v nejistém a proměnlivém světě, který velmi obtížně můžeme hned změnit. Můžeme ale změnit jeho dopad na nás samé.“

Důležité je postupně zvyšovat práh naší tolerance vůči zátěži a nejistotě,“ míní Horáček.

Nedostatečný systém

Problém je, že v Česku chybí funkční systém, který by dětem nabídl a zajistil potřebnou pomoc včas, shodují se experti. Když vznikne problém, rodiče těžko shánějí odbornou pomoc. Psychologové i psychiatři jim nabízejí termíny často až za dlouhé týdny, dokonce měsíce.

„Stávající systém podpory je roztržitý, přetížený a reaguje pozdě. Chybí odborné kapacity a koordinace mezi školami, rodiči a službami, není zajištěna systematická prevence duševních obtíží ve školách a také chybí jednotná metodika a státní podpora,“ poukazuje Lenka Hečková z organizace SOFA, která se podporou dětí, duševním zdravím a zlepšováním situace na školách dlouhodobě zabývá.

Ministerstvo školství na podzim ve spolupráci s Národním pedagogickým institutem a zmíněnou organizací SOFA proto rozjelo dvouletou podporu týmů duševního zdraví. Ty by měly zajistit dostupnou,



Bez pomoci Mnoho dětí se potýká se svými problémy samo. Odborná pomoc pro alespoň část z nich by se měla přiblížit. Foto: Shutterstock

včasnou a koordinovanou podporu dětem přímo ve škole či rodině.

Zmíněné týmy se budou skládat z psychologů, speciálních pedagogů a sociálních pracovníků. Budou mobilní, takže mohou přijet pomoci, kam bude potřeba. Nabízí při-

mou pomoc při úzkostech, traumatu, sebepoškozování či šikaně, osvětlu, ale také včasnou prevenci. Už pět let takto působí týmy na Kutnohorsku, kde řeší především úzkosti s kořenem v rodinném zázemí. Resort školství by je však chtěl mít ve

většině regionů, proto plánuje pořídit až třicet týmů.

Podle Hečkové je zatím rozjednaná zhruba třetina z nich. Další střediska výchovné péče, při nichž budou týmy fungovat, se postupně do výzvy hlásí a rýsuje se tak spolupráce další desítky týmů. „Překvapivé je z koho týmy skládat. Přihlásilo se nám asi 300 odborníků z různých koutů republiky. Láká je systematická řešení problémů duševního zdraví i možnosti dalšího vzdělávání. Teď je jen potřeba týmy vhodné složit,“ shrnuje Hečková.

Více nároků na mladé

Ředitelka organizace Nevypusť duši Barbora Pšenícová dlouhodobě upozorňuje, že na nejmladší generaci rostou nároky. Nejde podle ní proto jednoduše říct, že dnešní mladí jsou méně odolní. „Mezi hlavní faktory určité nepatří, že mladí lidé nejsou odolní nebo že jsou dokonce slabí,“ říká. Zároveň dodává, že na odolnosti je třeba pracovat.

Právě na posilování odolnosti žáků už od mateřských škol chce zapracovat i školní inspekce. Nedávno vydala dvě publikace pro před-

školní a také pro základní a střední vzdělávání. V nich radí, co ve třídách změnit, aby duševních problémů u dětí mohlo ubývat.

Od září 2027 budou muset školy na odolnosti žáků pracovat povinně. Očekává se, že žák, který úspěšně ukončí „základku“, si osvojí nejen vědomosti, ale také respekt vůči druhým a rozvíjení vlastní pohody a odolnosti.

Žáci přitom mají potíže se zvládáním neúspěchu a často ztrácejí motivaci při prvních obtížích. „Rozhodně to neznamena, že bychom měli „přitvrdit“. Prostředí tlaku, kde je chyba vnímána jen jako selhání, vede spíše k úzkosti, stagnaci a rezignaci,“ stojí v publikaci inspekce.

Pokud má dítě obavu, že úkol nezvládne, měl by učitel například jeho vyplnění rozdělit do více částí, nabídnout nápovědu či později projít všechny postupy společně a ukázat, proč daná cesta nevede ke správnému cíli. Žáci se také mohou cíleně zaměřit na slepé uličky a ukazovat si, na čem řešení ztroskotalo. Dalším tipem je vysvětlování, jak se konkrétní dovednost využije v praxi.

Ve 101 letech zemřel veterán Masopust

Veterán druhé světové války generálporučík Miloslav Masopust zemřel. Rodák z volyňského Českého Strakova prošel boji na východní frontě, kde byl i zraněn. Vysloužil si řadu vyznamenání včetně toho nejvyššího - Řádu bílého lva I. třídy.

Narodil se v září 1924 do učitelské rodiny. V březnu 1944 vstoupil do 1. československé samostatné brigády v Sovětském svazu, kam jej doprovázel i jeho otec, čímž započala jeho bohatá vojenská kariéra. Během válečných let prokázal velitelské schopnosti i statečnost. Po výcviku u praporu automatčků a absolvování kurzu pro velitele čet byl nasazen do bojů o polské Krosno, kde utrpěl průstřel nohy. Brzy se však na frontu vrátil. Po válce působil v dělostřeleckém a raketovém vojsku. Do výslužby odešel v prosinci 1980.

Byl také místopředsedou Československé obce legionářské. Zemřel ve 101 letech 4. ledna. (sahu)



INZERCE

Koupím

Hodinky, hodiny, budíky i nejduccí.
T.777311101

Sníte
o lepším
bydlení?



Více než 100 000 nemovitostí na
www.reality.idnes.cz



Cena Czech Press Photo za cestu smrku

Porota Czech Press Photo vyhlásila Fotem měsíce za listopad sérii snímků „Cesta vánočního stromu“ od fotografky Anny Kristové ze společnosti MAFRA, která vydává i deník MF DNES a provozuje server iDNES.cz. „Mezi hlavní atributy vánoční Prahy každoročně patří mohutný jehličnatý strom zdobící Staroměstské náměstí. Cesta k finálnímu rozsvícení však není zcela jednoduchá, rozhodla jsem se ji proto letos celou dokumentovat,“ svěřila se na webu Czech Photo Kristová. Během těchto Vánoc zdobil Staroměstské náměstí mohutný sedmitunový smrk z osady Lesné u Jířetiny pod Jedlovou. Anna Kristová, za svobodna Boháčová, je držitelkou ocenění ČTK pro mladého fotografa v Czech Press Photo za sérii „Happening k masakru v Buči“ či ceny Canon za aktuální „Útok na muzeum“. V 30. ročníku Czech Press Photo získala 1. místo v kategorii Aktualita za sérii Tragická střelba na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy. (jpl) 3x foto: Anna Kristová, MAFRA