

# Třetina pražských žáků trpí duševními obtížemi. Špatně spí a nemají důvěru v učitele, ukázal výzkum

24.4.2025 - | Magistrát hlavního města Prahy

**„Výsledky výzkumu potvrzují to, o čem už dlouho mluvíme a s čím se snažíme něco dělat - třetina pražských dětí se necítí dobře. Špatně spí, mají úzkosti, ztrácí důvěru ve své okolí. Každé páté dítě by dnes potřebovalo odbornou pomoc. To není jen varování do budoucna, to už je smutná realita, kterou musíme akutně řešit! V Praze proto stavíme prostřednictvím Zahrady pro duši síť péče o duševní zdraví. Vznikají nová centra duševního zdraví, posilujeme prevenci ve školách, připravujeme destigmatizační a informační kampaň. Chceme, aby se děti nebály říct si o pomoc. A aby ji opravdu dostaly - včas, citlivě a bezpečně,“ říká náměstkyně primátora pro oblast sociálních věcí a zdravotnictví Alexandra Udženija.**

Aktuální výzkum připravilo Centrum sociálních služeb Praha, které dlouhodobě sleduje stav duševního zdraví mladých lidí v hlavním městě. Data následně zpracovala výzkumná agentura Anreva Solution. Do výzkumu se na konci loňského roku zapojilo přes 10 000 žáků z 2. stupňů základních škol, gymnázií a středních škol. Cílem šetření je monitorovat výskyt rizikového chování a duševních obtíží a poskytovat informace pro směřování pomoci a odborného rozhodování na základě dat.

V porovnání s předchozími lety se přesto situace mírně zlepšila. Poklesl počet žáků ohrožených velmi nízkým wellbeingem, ubylo žáků s příznaky těžké deprese i příznaky těžké úzkosti. *„Na optimistická hodnocení je ještě brzy. Sledované ukazatele psychického zdraví žáků zaznamenaly posuny do středu škály, tzn. že ubylo nejhorších hodnot, ale i těch nejlepších, k celkovému zlepšení duševního zdraví žáků tak zatím nedošlo,“* upřesňuje datová analytička Dominika Matějovcová z Anreva Solution.

*„Zejména duševní nepohoda u dívek je dlouhodobě alarmující. Potřebujeme včasné intervence, cílenou podporu ve školách i širší společenskou debatu o schopnosti mladých lidí zvládat stres a budovat jejich resilience,“* dodává Roman Petrenko, vedoucí výzkumu.

Vedle duševního zdraví se výzkum zaměřil také na vztahy ve školách. Slovní i fyzické napadání ve školách spíše klesá. Šetření ho sleduje stejným způsobem již od roku 2016 a za tuto dobu byly výsledky z roku 2024 nejlepší za sledované období. Ubližování se částečně přesouvá do on-line prostředí, některé formy ubližování mezi žáky mohou eskalovat do výrazných rozměrů, kterým se pak věnuje mediální pozornost, ale celkově žáci sami hlásí setkávání se s šikanou méně než dříve.

Polovina žáků (51,2 %) ve škole nemá dospělou osobu, které by se svěřili se svým problémem. Horší je situace na středních školách a školách, kde školy nemají specializované pozice jako je školní psycholog, nebo sociální pedagog.

<https://praha.eu/w/tretina-prazskych-zaku-trpi-dusevnimi-obtizemi-spatne-spi-a-nemaji-duveru-v-ucitele-ukazal-vyzkum>