

# Duševní zdraví žáků v Praze je alarmující, odborníci bijí na poplach

30.8.2023 - Michal Milko | Centrum sociálních služeb Praha

**Nárůst nadměrného a rizikového užívání technologií, vysoký výskyt úzkostí a depresí, malá spokojenost se životem na straně žáků. Problémy nově zmapoval výzkum duševního zdraví a rizikového chování žáků 2. stupně základních škol a studentů středních škol v Praze. Výsledky potvrzují obavy odborníků, že se covidová pandemie, ale také nekončící ruská agrese proti Ukrajině a nejasný hospodářský vývoj negativně podepisuje na duševním zdraví, a to především u dětí a mladistvých.**

Se svým životem je aktuálně spokojeno méně žáků než dříve. V roce 2019 uvádělo celkovou spokojenost se svým životem 65 % žáků, v roce 2022 už jen 54 % žáků. Naopak podíl žáků, kteří explicitně uvedli, že nejsou spokojeni, narostl z 8 % v roce 2019 na 15 % v roce 2022.

Až 27 % žáků v Praze vykazuje wellbeing (spokojenost se životem) na tak nízké úrovni, pro kterou Světová zdravotnická organizace (WHO) doporučuje konzultaci či intervenci odborníka. To znamená, že cca každému čtvrtému žákovi 2. stupně ZŠ a SŠ v metropoli by měla být poskytnuta odborná pomoc.

O problému svědčí i pohled na detailnější ukazatele, například z oblasti psychického zdraví. Okolo 14 % žáků vykazuje příznaky vysoké míry úzkosti, dalších 15 % žáků pak střední míru úzkosti. Přibližně 11 % žáků vykazuje příznaky těžké deprese, dalších 11 % žáků středně těžké deprese. Všichni tito žáci přesahují hodnoty, při kterých je doporučeno vyhledat konzultaci odborníka a další případnou intervenci.

To vytváří velký tlak na podpůrné a intervenční služby a odhaluje nejen známý deficit psychiatrické péče, ale také nedostatek dětských psychologů, adiktologů a dalších specializovaných služeb (např. pro žáky, kteří se sebepoškozují či žáky zasažené násilím v blízkých vztazích).

## Nejohroženější skupinou jsou středoškolačky

Nejohroženější skupinou z hlediska duševního zdraví a wellbeingu jsou dívky starší 14 let. V porovnání se stejně starými chlapci udávají dívky starší 14 let významně horší pocit spokojenosti se životem (wellbeing). Dívky starší 14 let výrazně častěji trpí příznaky deprese a úzkostí a jsou 5x ohroženější rizikem k rozvinutí poruch příjmů potravy než chlapci.

## Odborníci se snaží o změny, chybí ale systémová podpora

„Zhoršení duševního zdraví a obavy Pražanů z budoucího vývoje sledujeme také u dospělé populace. Jsem ráda, že naše práce směřem k primární prevenci a podpoře poradenských služeb pro žáky na pražských školách vychází z podrobných dat. Na řešení problematiky spolupracujeme také s Magistrátem hl. města Prahy a pražskými pedagogicko-psychologickými poradnami,“ uvádí Jana Holubová, pověřena řízením Centra sociálních služeb Praha.

„Prevence a péče o duševní zdraví dětí a mladých dospělých je pro mě naprostou prioritou. Jsem moc ráda, že se toto téma i s nástupem školního roku otevírá. Je potřeba o něm mluvit a detabuizovat ho. Jako náměstkyně, která má v gesci i tuto problematiku udělám maximum pro to, abychom vylepšili péči a podpůrné prostředí pro ty, kteří potřebují pomoci,“ říká Alexandra Udženija, náměstkyně primátora hl. m. Prahy pro oblast sociálních věcí a zdravotnictví.

„Ačkoliv celkové výsledky nejsou dobré, nalezneme v datech i malé důvody k optimismu. Wellbeing žáků dopadl v roce 2022 o malinko lépe, než v roce 2021. Také se snížil podíl žáků ohrožených poruchami příjmu potravy. Rád bych proto věřil, že se odrážíme ode dna, zároveň je potřeba zesílit podporu pro děti, školy a odborníky pracující s dětmi, a to jak z hlediska kapacity služeb, tak jejich efektivitu,“ komentuje aktuální výsledky vedoucí výzkumu Roman Petrenko.

„Přestože v dohledné době nebudou dostatečné kapacity dětské psychiatrické péče, žákům můžeme pomoci i jinak, rozvojem respektujícího a bezpečného prostředí ve školách, včasnou detekcí ohrožení, preventivními programy, rozšířením počtu školních psychologů či lepším propojením škol, sociálních služeb a odborných neziskových organizací,“ upřesňuje Petrenko.

### **Alkohol nemizí, přidává se kratom**

V problematice užívání návykových látek roste užívání nikotinových sáčků a kratomu. V roce 2021 uvedla použití kratomu necelá 2 % žáků, v roce 2022 již necelých 5 % žáků. Aktuální legislativa navzdory varování odborníků nezakazuje kratom prodávat i osobám mladším 18 let. Roste také užívání elektronických cigaret (tzv. „vapování“).

Alkohol u žáků zůstal na stejných hodnotách jako v roce 2021, kdy se vrátil do „předcovidových“ čísel z roku 2019. Zastavil se tak mírný pokles registrovaný v předchozích letech (užívání alkoholu a marihuany mezi žáky podle většiny studií doteď dlouhodobě mírně klesalo).

### **Epidemie nadměrného a rizikového užívání technologií**

Ohrožení excesivním používáním internetu a technologií za rok 2022 kopíruje hodnoty z roku 2021, které odborníci na danou problematiku vnímají jako velmi vysoké. „Pro představu, 45 % žáků opakovaně vynechalo kvůli internetu (on-line aktivitě) spánek nebo jídlo. 54 % žáků přiznalo, že se někdy rozčílí, když nemohou být na internetu (on-line),“ doplňuje detaily datová analytička Dominika Matějovcová.

„Chlapci mají častěji problém kvůli hraní počítačových her, ale dívky mají více problémů kvůli času strávenému na sociálních sítích, což má také silně negativní dopady na jejich psychický stav a duševní zdraví,“ dodává Matějovcová.

Žáky je také nutné dál edukovat o zásadách bezpečného pohybu v kybersvětě. Necelá třetina žáků uvedla, že je v roce 2022 někdo cizí kontaktoval s nevyžádanou erotickou nabídkou na internetu (nevyžádaným hovorem o sexu, nabídkou peněz za intimní fotografie atd.). Více než 40 % dotazovaných v roce 2022 zažilo, že je na internetu někdo pomluvil, nadával jim či ubližoval, což je největší hodnota od začátku měření v roce 2016.

Výzkum probíhá každoročně od roku 2016, poslední dotazování proběhlo v prosinci 2022. Realizuje ho Centrum sociálních služeb Praha ve spolupráci s Magistrátem hl. města Prahy, s analýzou dat pomáhají datový analytici z výzkumného týmu Anreva Solution.

PR specialisté CSSP: Jiří Wolf (737 208 979, [jiri.wolf@csspraha.cz](mailto:jiri.wolf@csspraha.cz)), Michal Milko (721 984 014, [michal.milko@csspraha.cz](mailto:michal.milko@csspraha.cz))

Pověřena řízením CSSP: Jana Holubová (739 284 762, [jana.holubova@csspraha.cz](mailto:jana.holubova@csspraha.cz))

Vedoucí výzkumu: Roman Petrenko (602 515 196, [roman.petrenko@csspraha.cz](mailto:roman.petrenko@csspraha.cz))

### **Publikace:**

[Komparace dat z šetření duševního zdraví žáků 2. stupně ZŠ a SŠ v Praze](#)

[Komparace dat z šetření rizikového chování žáků 2. stupně ZŠ a SŠ v Praze](#)

Autoři: Roman Petrenko, Miroslav Líbal a Dominika Matějovcová

Vydalo: Centrum sociálních služeb Praha, 2023