

Návrat do školy může být pro děti velkou psychickou zátěží

3.9.2026 - | Městská část Praha 1

V pondělí 31. srpna se v dolní části Václavského náměstí uskutečnila akce věnovaná duševnímu zdraví dětí a jejich návratu do školních lavic. Představeny zde byly výsledky letošního výzkumu UNICEF Mladé hlasy 2026, který upozorňuje na to, že škola patří mezi nejvýznamnější zdroje stresu a psychické nepohody dětí.

Na setkání vystoupila také starostka městské části Praha 1 Terezie Radoměřská, která hovořila na téma: Jak mohou města a veřejný prostor podporovat bezpečí, wellbeing a zdravý rozvoj dětí a jaké je role místních samospráv při vytváření přátelského prostředí pro děti a mladé lidi.

Podle výzkumu zažívá stres kvůli škole nebo jiným povinnostem alespoň občas 60 % dětí. Nejčastěji zmiňují vztahy se spolužáky a učiteli, školní povinnosti, šikanu a tlak na výkon. Data ukazují, že školní stres nedopadá na všechny děti stejně. Vyšší míru zátěže zaznamenává výzkum u starších dospívajících. Ve věkové skupině 14 až 17 let zažívá častý nebo velmi častý stres 24 % mladých lidí, zatímco mezi dětmi ve věku 9 až 13 let je to 17 %.

Pokud se děti rozhodnou svěřit se s problémy, nejčastěji se obracejí na své spolužáky. Uvádí to polovina respondentů. Na učitele se obrací 29 % dětí a služeb školních psychologů nebo poradců využívá pouze 10 % žáků. Téměř dvě třetiny dětí (65 %) nevědí, na jakou krizovou linku nebo organizaci se mohou obrátit v případě psychických obtíží.

Více:

<https://www.unicef.cz/zacatek-skolniho-roku-prinasi-stres-vetsinu-deti-trapi-vztahy-ve-skole-a-skolni-povinnosti-temer-dve-tretiny-neznaji-odbornou-pomoc/>

<https://www.praha1.cz/navrat-do-skoly-muze-byt-pro-deti-velkou-psychickou-zatezi>