

# Podcast Mimo zorné pole: „Generace sněhových vloček? Ani náhodou, nátlak na děti je obrovský.“ Nárůst psychických nemocí je alarmující

11.12.2024 - | Člověk v tísní

## Situace se nelepší

Duševní zdraví dětí je rok od roku horší. Šikana, sebepoškozování nebo deprese už nejsou záležitostí jednotlivců, ale problémem, který trápí stovky českých škol. *„Potíže dětí se nedají zcela rozlišit podle věku nebo pohlaví, ale je pravda, že některé jsou u určitých skupin častější. Například dívky se častěji musí vypořádat s tlakem na vzhled, který částečně přichází i ze sociálních sítí,“* říká Kateřina.

Dodává také, že trápení mají všechny děti, tedy i ty z různých socioekonomických podmínek. *„Zatímco v některých rodinách je tak častým stresorem například tlak na výkon, jinde to může být i domácí násilí nebo strach ze špatné finanční situace rodičů. „Pamatuji si na případ chlapce, který často chodil za školu a my jsme potom zjistili, že on zůstává doma proto, aby chránil maminku,“* vzpomíná.

Chci vstoupit do Klubu přátel

Pomoc jen pro někoho

Poptávka po dětské psychoterapeutické pomoci v Česku výrazně převyšuje nabídku. Přestože zde podle Kateřiny tak máme velmi vzdělané experty a expertky na duševní zdraví, dostane se k nim jen málokdo. *„Musíme se zaměřit na to, jak pokrýt duševní zdraví i dalšími odborníky. Například sociální pedagog může ve školách pomáhat ostatním pedagogům. Musíme se zaměřit na prevenci, ne jen na řešení problémů.“*

Rodiče by také neměli podceňovat vlastní duševní zdraví, protože od něj se pak můžou právě dětské problémy odrážet. *„Je také důležité děti informovat, já se setkávám s tím, že děti ani nevědí co psychoterapie je. Myslí si, že přijde OSPOD nebo policie, že je někdo vezme od rodičů...“* apeluje Sára.

Zakoupením darovacího certifikátu Síla pro dětskou duši podpoříte duševní zdraví dítěte a umožníte mu přístup k odborné péči, individuálním i skupinovým setkáním s psychologem a terapeutickým sezením. Více na [www.skutecnydarek.cz](http://www.skutecnydarek.cz).

Kde náš podcast najdete

Podcast Mimo zorné pole můžete poslouchat na našem YouTube kanálu, na našem webu a ve všech běžných podcastových aplikacích (Spotify, Apple Podcasts, České podcasty).

Náměty a připomínky nám můžete psát na [kristina.novakova@clovekvtsni.cz](mailto:kristina.novakova@clovekvtsni.cz).

<https://www.clovekvtsni.cz/podcast-mimo-zorne-pole-generace-snehovych-vlocek-ani-nahodou-natlak>

[-na-deti-je-obrovsky-12137gp](#)