

## Národní monitoring duševního zdraví dětí: 40 % vykazuje známky střední až těžké deprese, 30 % úzkosti. Odborníci připravují preventivní opatření

10. 10. 2023, KLECANY – V Česku dosud chyběla studie, která by poskytovala ucelenější obraz o duševním zdraví dětí. Odborníci z Národního ústavu duševního zdraví (NUDZ) ve spolupráci s Českou školní inspekcí proto nyní provedli unikátní pilotní Národní monitoring duševního zdraví žáků na základních školách v České republice. Výsledky projektu, který nemá ve střední a východní Evropě obdoby, jsou přitom alarmující a vyžadují řadu opatření zejména na úrovni prevence.

„Z průzkumu vyplývá, že víc jak 50 % žáků devátých tříd v ČR projevuje známky zhoršeného well-beingu. Ten je zásadní, neboť odráží kvalitu života, kterou v současné chvíli subjektivně prožíváme, a do určité míry nám pomáhá zvládat zátěžové situace, které život přináší. Náhlé náročné situace, stres, potíže v práci, škole, partnerském vztahu nebo ztráta blízké osoby mohou narušovat naše duševní zdraví,“ vysvětluje koordinátor a analytik monitoringu Matěj Kučera z Národního ústavu duševního zdraví.

### Odborná pomoc by prospěla téměř každému třetímu žákovi

„30 % dotazovaných navíc projevilo znaky, které ukazují na středně těžké až těžké úzkosti. Téměř každému třetímu deváťákovi by tak z těchto důvodů prospělo vyhledání odborné pomoci. 4 z 10 oslovených žáků navíc reportují známky středně těžké až těžké deprese. Převedeme-li to na průměrnou třídu o dvaceti žácích, průměrně 6 jich vykazuje příznaky úzkosti a 8 příznaky středně těžké až těžké deprese, dalších 5 vykazuje příznaky deprese mírné,“ popisuje Matěj Kučera. Platí přitom, že ve všech oblastech duševního zdraví jsou více zasaženy dívky: oproti chlapcům jich depresivními i úzkostnými příznaky trpí více než dvojnásobek.

„Většina duševních onemocnění vzniká v dětství a adolescenci, které tak představují nejen období zvýšeného rizika, ale především období, které je enormně důležité pro systematickou, cílenou a na evidenci založenou prevenci a včasnou intervenci. Při chronickém nedostatku dětských psychologů a psychiatrů, který není možné ani při nejlepší vůli a vysokých investicích vyřešit v horizontu několika let, se musíme zaměřit právě na preventivní složku systému péče o duševní zdraví. To je strategie, kterou se nám mimo jiné podařilo promítnout také do relevantních národních akčních plánů, v jejichž naplňování hrajeme jako NUDZ významnou roli,“ vysvětluje Petr Winkler, ředitel Národního ústavu duševního zdraví.

Význam podpory duševního zdraví u dětí a mladých lidí si uvědomuje také Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. „Již ve Strategii 2030+ i dalších strategických dokumentech resortu jsme položili základy intenzivní podpoře duševního zdraví formou různých aktivit a intervencí, jako je rozvoj školních poradenských pracovišť, akcent na preventivní aktivity ve školách a podporu nespécifické primární prevence nebo celkově holistický přístup k podpoře bezpečného, zdravého a vstřícného prostředí ve školách

a školských zařízeních," říká státní tajemník na Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy Ondřej Andrys a dodává, že součástí podpory duševního zdraví je také důraz na rozvoj pravidelných pohybových aktivit dětí, žáků a studentů, které jsou pro celkovou fyzickou i duševní odolnost mladých lidí naprosto zásadní. Ministerstvo pak na oblast podpory duševního zdraví pamatuje také různými finančními nástroji, ať už jde o národní dotační programy, nebo o možnosti nabízené Operačním programem Jan Amos Komenský, a intenzivní pozornost problematice duševního zdraví věnuje také Česká školní inspekce, která se na národním monitoringu duševního zdraví realizovanému ze strany NUDZ významně podílela.

## **NUDZ plánuje celostátní kampaň, hledá partnery**

Monitoring realizovala Pracovní skupina pro výzkum duševního zdraví dětí a adolescentů NUDZ. Sběr dat proběhl v květnu a červnu roku 2023 ve všech krajích u více jak 6 tisíc žáků devátých tříd napříč republikou, monitoring byl z praktických důvodů připojen ke každoročnímu testování žáků v předmětech povinné výuky a omezen na devátý ročník, aby bylo možné otestovat funkčnost celého procesu. Zahrnuti byli pouze žáci škol, kde se vyučuje v českém jazyce. Výsledky průzkumu budou nyní prezentovány klíčovými aktéry, plánuje se také vznik Platformy pro monitoring duševního zdraví, která bude sdružovat zástupce projektů, které sbírají a analyzují data o duševním zdraví.

„Náš tým také připravuje vědecké publikace, aby byla oslovena široká akademická obec v tuzemsku i zahraničí. Společně se stakeholdery chceme také realizovat sérii jednání, kde jim představíme možnosti reakcí na danou situaci. Mezi ně patří další monitoring situace nebo podpora prevence duševních onemocnění žáků – v této oblasti ostatně NUDZ realizuje již několik projektů: například vytvořil program Všech pět pohromadě zaměřený na zvýšení duševní gramotnosti žáků, vyvíjí program pro rodiče dětí, které se potýkají s úzkostmi, či spolupracuje na dalších projektech s fondem UNICEF a Světovou zdravotnickou organizací (WHO). Chceme také najít partnera pro mediální kampaň pro širokou veřejnost, zaměřenou na tuto problematiku. Data ze zahraničí ukazují, že tato opatření se dlouhodobě ukazují jako velice prospěšná a nákladově efektivní. 50 % duševních onemocnění se totiž projeví do 14 let věku," uzavírá Matěj Kučera.

Pilotní monitoring duševního zdraví žáků proběhl v rámci projektu Monitoring a posilování duševního zdraví dětí a adolescentů (SUPREME-MH). Výstupy budou prezentovány na konferenci projektu 24. listopadu 2023 v Michnově paláci v Praze. Projekt je financován za podpory Fondů EHP 2014–2021. Více informací o probíhajících projektech a pozvánku na závěrečnou konferenci je možné najít na [www.dzda.cz](http://www.dzda.cz).

### **Pro další informace prosím kontaktujte:**

**Mgr. Jan Červenka**

tiskový mluvčí

E-mail: [jan.cervenka@nudz.cz](mailto:jan.cervenka@nudz.cz)

Telefon: +420 774 851 335