

NA PSYCHICE STŘEDOŠKOLÁKŮ SE PODEPISUJE ZHORŠUJÍCÍ SE EKONOMIKA, ZMĚNA SEXUÁLNÍ ORIENTACE I HLEDÁNÍ GENDEROVÉ IDENTITY

PRAHA, 20. ŘÍJNA 2022 – S psychickými problémy se potýkají statisíce českých středoškoláků. Vyrovnat se s jejich obtížemi pomáhají školní psychologové. Jejich působení na půdě středních škol je ale v Česku spíš rarita.

Hlavním spouštěčem psychických obtíží je zejména u teenagerů stres. Toho si čeští středoškoláci „užili“ během protikoronavirových opatření v minulých dvou letech víc než dost. Není proto divu, že počet dětí, které trpí depresemi nebo úzkostmi, vzrostl podle psychologů a terapeutů během pandemie desetinásobně. „Distanční výuka se na žácích rozhodně podepsala, podobně jako na mnoha rodinách. Někteří žáci byli v kontaktu s vrstevníky jen přes sociální síť, někteří velmi omezili jakýkoliv kontakt s okolím. Tak jako ve společnosti se i v populaci středoškoláků zvýšilo množství žáků s úzkostnými obtížemi. Online výuka přilákala více dětí i mladistvých do kyberprostoru, ze kterého se jim již nechce vystoupit. Výrazně se zvýšil čas, který děti tráví na mobilu, počítači, ať už ve hře, nebo na sociálních sítích, a tím také riziko ohrožení takzvanou ‚modrou digitální demencí‘,“ sdělil Miloslav Janeček, ředitel Střední odborné školy Jarov ([SOŠJ](#)).

Ač se pandemie na duševním zdraví středoškoláků nepochybně podepsala, s psychickými problémy se v období dospívání potýká spousta dětí celkem běžně. Obtíže, které vyžadují pomoc odborníků, se během let mění. V posledních letech psychologové dospívajícím pomáhají vyrovnat se s hledáním vlastní identity. „Spousta problémů zůstává stejných, ale poslední roky přinesly jednu změnu a tou je genderová identita. Světová zdravotnická organizace (WHO) eviduje nyní 76 možných identit. Ve škole máme více žáků, kteří prochází změnou identity, někteří jsou na začátku, jiní již ve změně pokročili. Více žáků se přiznává k odlišné sexuální orientaci, jiní se výrazně identifikují se svými vzory či s komunitami,“ uvedl Miloslav Janeček.

Ani současná ekonomická situace a růst cen psychice středoškoláků neprospívá. Spousta z nich zhoršující se stav rodinného rozpočtu silně vnímá a úbytek financí snáší hůř i z důvodu, že do rodinného rozpočtu nemůže nijak přispět. „Zhoršující se ekonomickou situaci vnímá mnoho žáků a na jejich psychice se poměrně silně podepisuje. Ocítají se v situaci, za kterou nemohou a se kterou neumějí rodičům pomoci. Na odborných školách zpravidla studuje větší procento dětí z nízkopříjmových rodin. A právě žáci ze sociokulturně znevýhodněných rodin pochopitelně často nedostatek peněz hodně řeší, nemají finance na obědy, jsou bez svačín. V těchto případech vypomáhají také asistenti pedagoga, kteří umí nasměrovat dítě na Českou správu sociálního zabezpečení a pomáhají jim se žádostmi o různé dávky,“ uvedl Miloslav Janeček.

Vedle pedagogických asistentů pomáhají dětem vyrovnat se s psychickými problémy školní psychologové, jejich přítomnost na českých školách ale není pravidlem. Naopak bývá spíš výjimečná. „Zatímco výchovný poradce a školní metodik prevence jsou povinně na každé škole, školní psychology a speciální pedagogy již škola mít nemusí a zatím je to na školách nadstandardní služba. Nejčastěji se na školní psychology obracují žáci s poruchami nálad, převážně s úzkostnými obtížemi – mnoho z nich jako ventil psychických obtíží volí v posledních letech sebepoškozování. Druhou skupinou jsou žáci, kteří selhávají ve studiu z mnoha důvodů – nevhodně zvolený obor, chybné způsoby učení, nedostatky ve vzdělání, vysoké nároky rodičů. Třetí oblastí jsou vztahové obtíže – převážně vztahy s rodiči, případně

s těmi, kteří je vychovávají, s novými partnery rodičů, se svými partnery, s vrstevníky a v neposlední řadě vztahy ve třídě,“ vyjmenoval Miloslav Janeček.

Pomoci školních psychologů mohou využít i rodiče žáků. S rodiči žáků pravidelně konzultují například problematické chování, zhoršující se prospěch, záškoláctví, ale i vyčleňování se z kolektivu a společně se snaží najít řešení. „Nejčastěji se na nás obracejí rodiče s prosbou, zda bychom mohli pracovat s jejich dětmi při obtížné adaptaci na střední školu – velmi často řešíme situace, kdy žák začal chodit za školu, doma lže nebo se chytil nějaké party. Naši pomoc vyhledávají i rodiče žáků, kterým se rapidně zhoršuje prospěch, kdy v kooperaci s rodiči zjišťujeme příčiny a navrhuje i nové způsoby metod učení – většina žáků má totiž zažité špatné učební návyky. Pomáháme i při náročnějších vztazích v rodině způsobených pubertálními změnami chování žáků. Rodiče a učitelé se na nás obracejí i kvůli klimatu ve třídě, kdy řešíme například posměšky nebo naschvály od spolužáků. V případě psychických obtíží rodičů jsou psycholožky schopné zprostředkovat kontakt na odborníka,“ popsala Tereza Trčková, školní psycholožka a vedoucí Školního poradenského pracoviště Střední odborné školy Jarov.
