

Tým pro duševní zdraví dětí na ZŠ

Roman Prokúpek, Fokus ČB

Lucie Šebánková, Cheiron, Tábor

Ranní strečink

Ranní strečink

Kdo se zúčastnil i včerejšího programu konference?

Ranní strečink

Kdo během své praxe řešil ve škole duševní nepohodu žáka/žákyně (studenta/studentky)?

Ranní strečink

Kdo řešil téma sebepoškozování
u konkrétního žáka/žákyně
(studenta/studentky)?

Ranní strečink

Kdo v minulém školním roce řešil
duševní nepohodu žáka/žákyně
(studenta/studentky)?

Ranní strečink

Kdo měl pocit, že je v
problému/řešení duševní
nepohody žáka situace sám?

Ranní strečink

Kdo dostal podporu od školy,
například možnost vzdělávání
nebo supervize?

Ranní strečink

Kdo nemá rád takováto pohybová cvičení během konference?



**Tým
pro duševní zdraví
Cheiron**

Proč se bavíme o duševním zdraví?

- až 40 procent žáků 9. tříd ZŠ vykazuje známky střední až těžké deprese a 30 procent z nich známky úzkosti. (NUDZ)
- ve všech oblastech duševního zdraví jsou více zasaženy dívky. Oproti chlapcům jich depresivními i úzkostnými příznaky trpí více než dvojnásobek.
- preventivní opatření se dlouhodobě jeví jako prospěšná a finančně efektivní. Důvodem je mimo jiné fakt, že 50 procent duševních onemocnění se projeví do 14 let věku, sdělil.

Věděli jste, že...?



30 %

dospívajících dívek uvedlo, že se více než jednou týdně cítí "na dně"

13 %

dospívajících chlapců uvedlo, že se více než jednou týdně cítí "na dně"

75 %

duševních onemocnění se projeví do věku 24 let

50 %

duševních onemocnění se projeví již před 14. rokem věku



sebevražda je čtvrtou nejčastější příčinou úmrtí ve věku 15-19 let



1 ze 7 dětí a dospívajících se potýká s psychickými problémy



deprese a úzkost u dětí a dospívajících patří mezi 1 z 5 nejčastějších duševních onemocnění

Projekt TDZ obecně

- potřeba podpory dětí a mladých lidí v oblasti duševního zdraví
- nedostatek odborníků (pedopsychiatrů, klinických psychologů, míst v psychiatrických nemocnicích - dlouhé čekací lhůty až několik měsíců)
- podpora učitelů, škol (kteří jsou v tématu často sami)

-> pilotní projekt Jihočeského kraje

- 2 Týmy pro duševní zdraví dětí na 2. stupni (ORP Tábor, ORP ČB)
- *2025: vznikne další v Českém Krumlově a budou rozšířeny kapacity i na 1. stupeň*
- **principy:** multidisciplinarita, krátké a intenzivní intervence, spolupráce v rámci celé rodiny a komunity, síťování
- péče je poskytovaná **bezplatně**

Složení týmů

Jádro týmu

- sociální pracovník/ce (hlavní koordinátor/ka)
- psycholog/žka
- speciální pedagog/žka

plus externisté/spolupracující subjekty: školní psychologové (metodici prevence, učitelé,...), psychoterapeuté, sociální služby (SAS, NZDM,...), pedopsychiatrička, klinická psycholožka, SVP (i pobytové), OSPOD, nemocnice apod.

Cílová skupina týmů

Péče a podpora je nejčastěji poskytována dětem na 2. stupni ZŠ

- u nichž došlo k rozvoji nebo hrozí riziko rozvoje psychického onemocnění – péče je tedy zaměřena na zajištění akutní i následné péče, která povede ke zmírnění projevů **(nejčastější témata: úzkostné poruchy, sebepoškozování, sebevražedné myšlenky a pokusy, záškoláctví, ADHD, poruchy osobnosti...)**
- které jsou ohroženy zhoršením duševního zdraví vlivem složité životní situace **(častá témata: problémy v rodinách - agrese, alkohol, rozvod, pěstounství, pocit selhávání rodiče, nedostatek financí..)**

Spolupracujeme a podporujeme celé rodiny, blízké a všechny, kteří s těmito dětmi pracují – učitelé, metodici prevence, školní psychologové, OSPOD. apod.

KAZUISTIKA Tábor 1

Peťa, 9 let

info:

- chlapec z UA (příchod září '23) z venkova do vesnice u Tábora matka v domácnosti, otec pracuje ve stavebnictví (v ČR je již několik let), sestra 6 let
- **prvokontakt:** chlapec přichází s matkou v dubnu k pedopsychiatricke, protože bral psychofarmaka na bolest hlavy
- **zjištění:** chlapec nechodí do školy, žije v málo podnětném prostředí, potřeba léků není potvrzena

Tým je kontaktován pedopsychiatričkou, která rodičům předává kontakt a týmu info. Otec tým kontaktuje, dojde k několik neuskutečněným schůzkám, než rodina opravdu dorazí.

TÝM zjišťuje

- kromě chlapce, který nechodí do školy je v domácnosti ještě jeho **mladší sestra**, která by měla chodit do povinného předškolního vzdělávání
- v domácnosti chybí finanční prostředky
- matka je negramotná a mluví málo česky
- rodinné prostředí je málo podnětné, matka nemá rozvinuté rodičovské kompetence

TÝM vysvětluje

- proč je dobré, aby se děti formálně vzdělávaly a zároveň jejich povinnosti vůči českému vzdělávacímu systému

TÝM podporuje

- rodinu ve svědomité docházce a společně s ostatními aktéry nabízí rodině podporu, včetně spolupráci přímo v domácnosti

TÝM spolupracuje

- s pedopsychiatričkou ohledně léků (resp. nastavení a posléze vysazení léků)
- s klinickou psychologičkou ohledně diagnostiky
- Péťovi je nabídnuta pravidelná psychologická podpora

Speciální pedagožka

- **kontaktuje spádovou školu**
- do týdne od info od pedopsychiatřky jsou chlapec a zároveň jeho sestra (má nastoupit v září do 1. třídy) přijati ve škole
- naváže se úzká **spolupráce rodiny s asistentkou pedagoga**, která je z UA
- zajistí **diagnostiku klinického psychologa** za přítomnosti asistentky, která už dítě zná (zjišťuje se výrazně snížený intelekt)
- **zprostředkuje návštěvu v SPC** (snížené výstupy, podpory ze strany školy)
- motivuje rodinu, aby děti chodily do **družiny**
- celkově komunikuje se školou a **nabízí podporu škole**
- **dále nabízí případné doučování do rodiny**

Sociální pracovníce

- pomáhá vyřídit **humanitární dávku** (rodina několikrát žádala, ale vždy byly nějaké chyby v žádosti, takže nikdy nebyla úspěšná)
- řeší **dopravu do školy**
- motivuje a pomáhá zajišťovat **příměstský tábor** pro děti
- pomáhá matce v **hledání práce**
- zprostředkuje matce **kurzy češtiny**
- **dále nabízí: podporu přímo v domácnosti na podporu rodičovských kompetencí a případných doučovatelů do rodiny (včetně učitelky z UA)**

KAZUISTIKA ČB - 1

Klára

Info:

- Dívka 14 let, žijící v domácnosti s matkou, otcem, sourozencem a prarodiči, komplikovaný vztah s otcem, který se věnuje primárně svým zálibám/práci
- Prvokontakt: přichází s matkou za soc. pracovníkem, obě v silných emocích, matka nerozumí problémům dcery, u které probíhá silný propad duševního zdraví, zmiňují předešlou zkušenost s hospitalizací v dětské PN
- setkání s psycholožkou, zjištěny suicidální tendence, ztráta energie, nemožnost docházet do školy

Tým

- setkání týmu, sdílení informací, plánování kroků a podpory
- rozdělení úkolů, co který člen týmu bude dále dělat, jaké subjekty a osoby kontaktovat
- propojení se ZŠ, kterou dívka navštěvuje, společná porada s školským poradenským pracovištěm, schůzka s rodiči, které tým zapojuje do spolupráce
- podpora rodiny v aktivním řešení ve spolupráci s PPP, pedopsychiatrem a klinickým psychologem

Psycholožka

- přímé intervence s dívkou
- psychická podpora v rámci sezení
- hledání způsobů práce s vlastními emocemi a prožíváním
- podpůrné rozhovory
- nácvik relaxačních technik
- podpora při vyhledání způsobů trávení volného času

Sociální pracovník

- intervence s rodinou, ale i s dívkou
- u rodičů podpora vyhledávání další odborné pomoci, předání kontaktů na odborníky, základní psychoedukace, tvorba protikrizového plánu společně v případě potřeby podpořit dívku
- navázání rodičů na organizaci zabývající se podporou rodičů v oblasti výchovy
- v rámci terénní podpory několik společných setkání ve škole se speciálním pedagogem a výchovnou poradkyní, primárně jako podpora dívky ve formulaci svých potřeb

Speciální pedagog

- spolupráce se speciálním pedagogem školním, sdílení informací o možnostech primární prevence v oblasti duševního zdraví
- výběr možností podpory dívky v rámci školy

Tipy, kam pro rady a materiály

- TDZ- www.dusevpohode.cz
- SOFA - [Knihovna - Society for all](#)
- NÚDZ - DZDA: [Materiály pro školy - Duševní zdraví dětí a adolescentů \(dzda.cz\)](#)
- LOCIKA - [Centrum LOCIKA](#)
- NEVYPUSŤ DUŠI - [Homepage - Nevypušť duši \(nevypustdusi.cz\)](#)
- OPATRUJ SE - [Duševní zdraví — Opatruj.se](#)
- aplikace Nepanikař, IG stránka Vzkazy na těle



Financováno
Evropskou unií

Operační program **Zaměstnanost plus**



Jihočeský kraj



FOKUS
České Budějovice

KAZUISTIKA Tábor - 2

Lukáš (8), Zdeněk (10)

info:

- chlapci žijící s otcem a dědou (poté co odešla matka z rodiny kvůli alkoholu a babička zemřela)
- otec si našel novou přítelkyni a mají se stěhovat do jiné vesnice, do domu přítelkyně otce (starší to odmítá a chce zůstat s dědou), která má ještě dvě starší děti
- mladší z chlapců má agresivní výlevy vůči svému otci (fyzické i slovní)

Tým je kontaktován otcem dětí.

TÝM

- se schází spolu s otcem a přítelkyní a oběma chlapci (všichni čtyři dochází na pravidelná setkání)
- rozkrývá dynamiku v domácnosti
- podporuje společné soužití všech členů, tak aby se všichni cítili dobře
- řeší nastavování pravidel, hranic ve výchově - kdo je jak nastavuje, jak je třeba aby byly dodržovány
- pojmenovává situaci - přetížení přítelkyně ze snahy držet pravidla, nedůslednost otce v dodržování pravidel
- podporuje přítelkyni otce, která je katalyzátorem pozitivních změn, ale zároveň se v situaci cítí sama a přetížená

Psycholožka

- **dělá přímé intervence s Lukášem**
- terapie hrou
- podpora v rozpoznávání emocí (u sebe i u ostatních)
- podpora ve zpracování emocí
- **zprostředkuje diagnostiku klinické psycholožky**

Sociální pracovnice

- řeší možnosti **styku chlapců s biologickou matkou** (možnost asistovaného kontaktu, vhodný způsob komunikace matky s chlapci apod.)
- **baví se s otcem o způsobu, jak vhodně s chlapci mluvit o matce**
- zprostředkovává **terapeutickou podporu pro otce**
- podporuje **rodičovské kompetence**
- **dále nabízí: program Triple P (podpora rodičovských kompetencí), skupinová setkání pro otce**

Speciální pedagožka

- řeší **přechod dětí na nové školy**
- řeší vhodné **kroužky pro rozvoj a relaxaci**
- baví se s dětmi o **povinnostech v domácnosti**
- otevřela s dětmi téma **kapesného** (doteď nebyl příjem peněz nijak regulován) a pak mediuje a vysvětluje toto téma před rodiči

Tipy, kam pro rady a materiály

- TDZ- www.dusevpohode.cz
- SOFA - [Knihovna - Society for all](#)
- NÚDZ - DZDA: [Materiály pro školy - Duševní zdraví dětí a adolescentů \(dzda.cz\)](#)
- LOCIKA - [Centrum LOCIKA](#)
- NEVYPUSŤ DUŠI - [Homepage - Nevypušť duši \(nevypustdusi.cz\)](#)
- OPATRUJ SE - [Duševní zdraví — Opatruj.se](#)
- aplikace Nepanikař, IG stránka Vzkazy na těle



Financováno
Evropskou unií

Operační program **Zaměstnanost plus**



Jihočeský kraj



FOKUS
České Budějovice