



PROGRAMY PODPORY DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ DĚTÍ

Pavel Dosoudil

Centrum Sociálních služeb
Praha

pavel.dosoudil@csspraha.cz

DUŠEVNÍ ZDRAVÍ DĚTÍ

V období pandemie byl zvýrazněn význam a ohrožení duševního zdraví u dětí

- ▶ V řadě studií se prokázal nárůst výskytu duševních onemocnění jak v celé populaci (NUDZ; 2020) tak v dětské populaci (CSSP; 2021, 2022,2023)
- ▶ Rostoucí trend narušeného duševního zdraví (např. deprese, poruchy emocí a chování, sebevražedné myšlenky) u dětí a dospívajících byl však zaznamenán již před propuknutím pandemie řadou studií realizovaných v několika západních zemích (např. USA Twenge et al, 2018; Velká Británie Patalay et Gage,2019; Francie Baromètre santé 2017, zveřejněno v Santé Publique France 2019) i u nás Formánek et al, 2019)

- ▶ Programy na podporu duševního zdraví se zaměřují na rozvoj dovedností (kompetencí)

- ▶ Zvládání zátěžových situací

- ▶ Seberegulace

- ▶ Mezilidské komunikace

PROGRAMY PODPORUJÍCÍ DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Flourishing

High mental wellbeing

Individuals with high levels of mental wellbeing living with a diagnosable mental illness

Severe and or persistent mental illness

Individuals with low levels of mental wellbeing living with a diagnosable mental illness

Individuals with low levels of mental wellbeing and no diagnosable mental illness

No or minimal mental illness

Poor mental wellbeing

Languishing

PROGRAM ZIPYHO KAMARÁDI



- ▶ Zipyho kamarádi je program pro děti ve věku 5 - 7 let
- ▶ Zaměřený je na rozvoj, copingových dovedností a sociálních dovedností.
- ▶ Je určen pro školní třídy (předškolní skupiny) Vede jej proškolený lektor s pomocí podrobného manuálu.

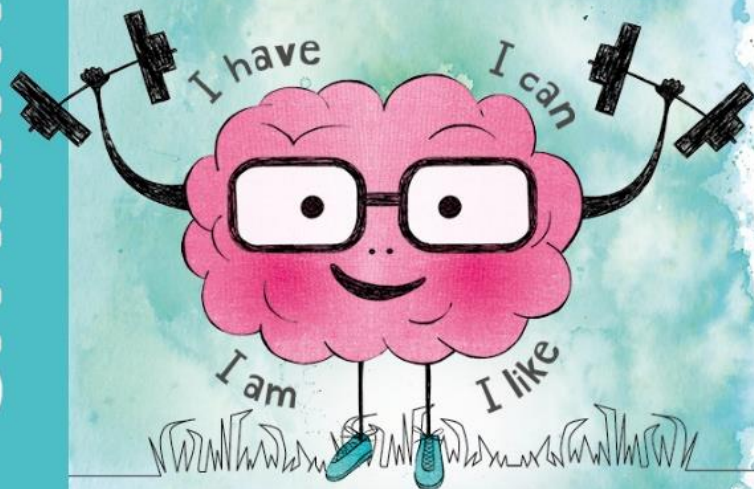
PROGRAM JABLÍKOVI KAMARÁDI



- ▶ Jablíkovi kamarádi jsou program pro děti ve věku 7- 9 let. Navazuje na metodiku ZK.
- ▶ Zaměřený je na rozvoj, copingových dovedností a sociálních dovedností.
- ▶ Je určen pro školní třídy. Vede jej proškolený lektor s pomocí podrobného manuálu.

Teaching coping and resilience

TEACHER'S MANUAL



PROGRAM SPARK RESILIENCE

- ▶ SPARK Resilience je program pro děti ve věku 10 - 12 let
- ▶ Zaměřený je na rozvoj resilience, copingových dovedností a emočně-sociálních dovedností.
- ▶ Je určen pro menší skupiny dětí (8 – 12). Vede jej proškolený lektor s pomocí podrobného manuálu.



Knut K. Gundersen, Tutte M. Olsen,
Johannes Finne, Børge Strømgren
a Bengt Daleflod



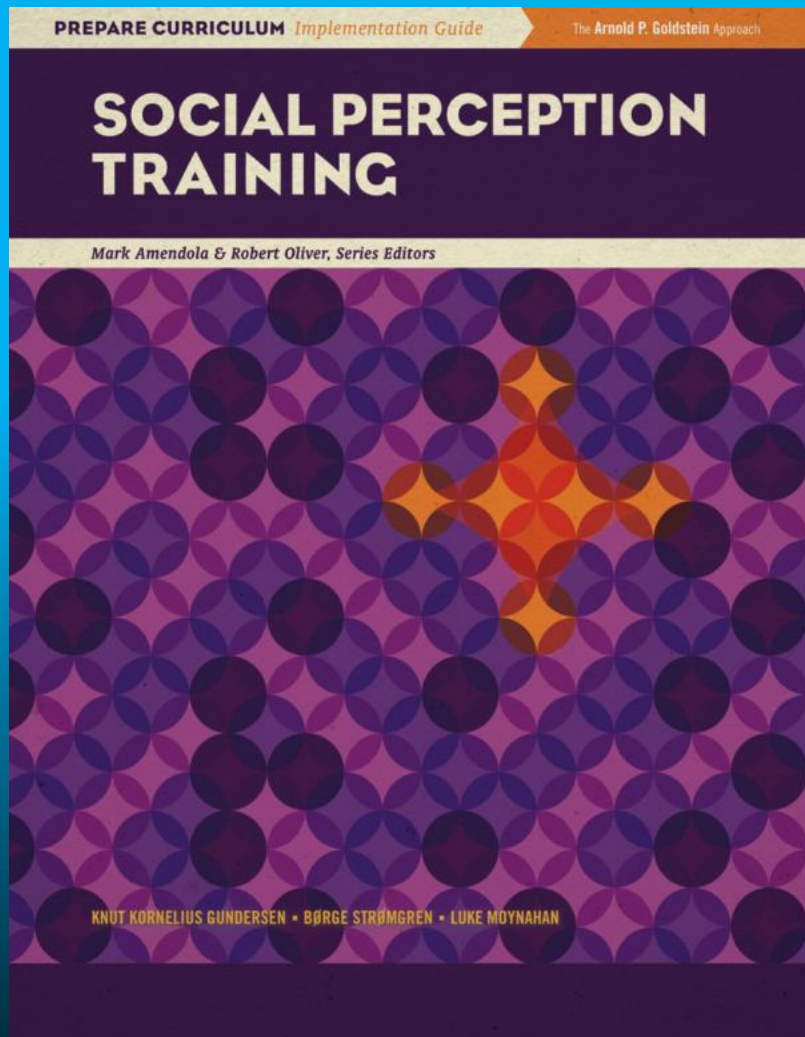
aART

adopted Agression Replacement Training®

Program rozvoje sociálních dovedností,
zvládnání vzteku a morálního usuzování

PROGRAM AART

- **Kognitivně- behaviorální** intervence zaměřená na rozvoj sociální kompetence u dětí a dospívajících
- Jedná se o multimodální program, který má tři složky:
 - 1) Nácvik sociálních dovedností
 - 10 hodinových lekcí specifického tréninku
 - 2) Nácvik zvládnání vzteku
 - 10 hodinových lekcí specifického tréninku
 - 3) Nácvik morálního uvažování
 - 10 hodinových lekcí specifického tréninku



SOCIAL PERCEPTION TRAINING

- Mnoho dětí a dospívajících se dostává do zbytečných konfliktních situací, protože špatně chápou sociální signály.
- Dětem a mladým lidem, kteří neumějí interpretovat emoce druhých, hrozí, že je jejich kamarádi nebudou mít rádi nebo je odmítnou (Fabes et al., 1999)
- Některé děti a dospívající mají také tendenci interpretovat signály nebo záměry druhých lidí jako nepřátelské, zejména v nejasných situacích.



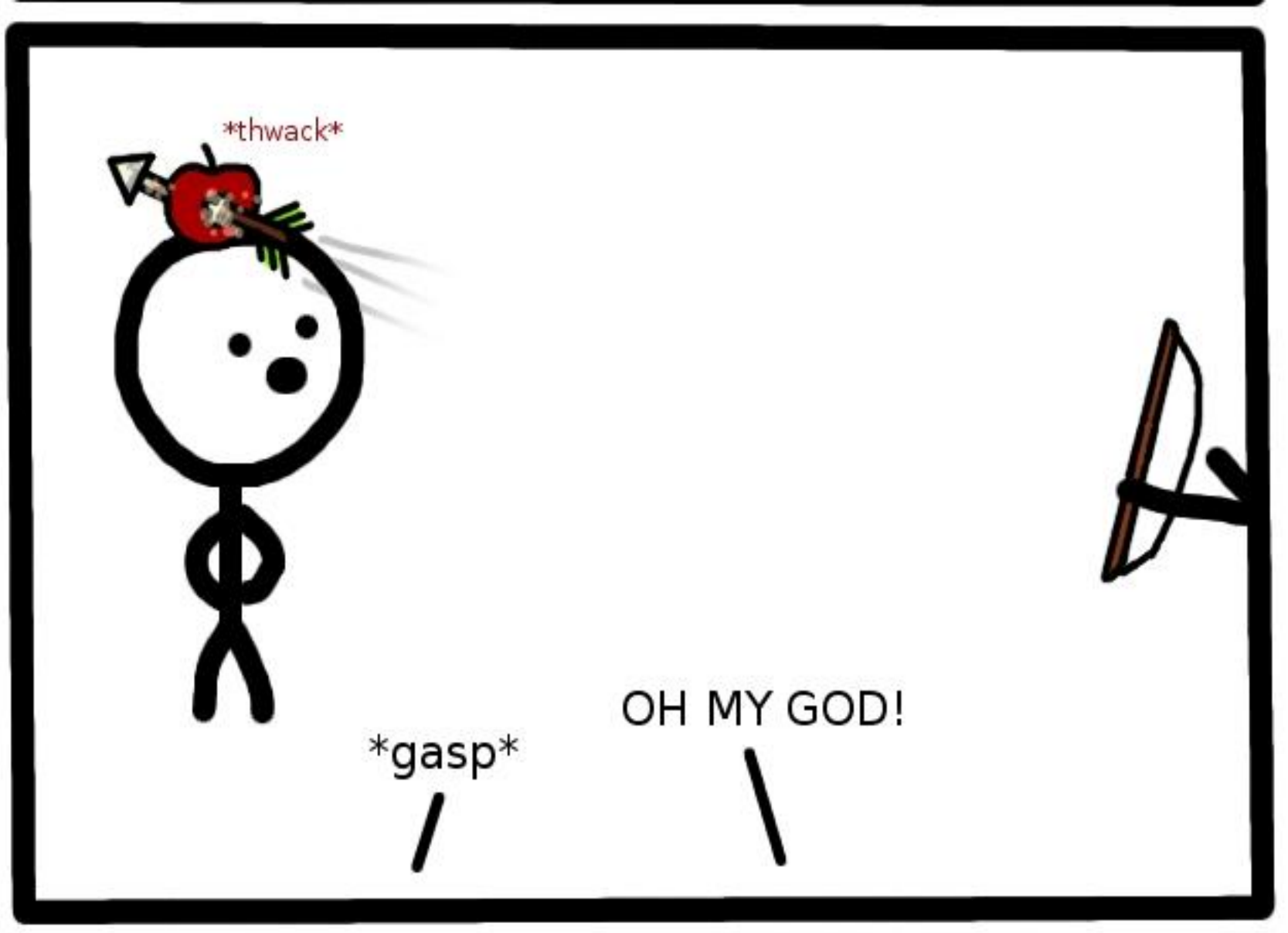
what if he
misses??

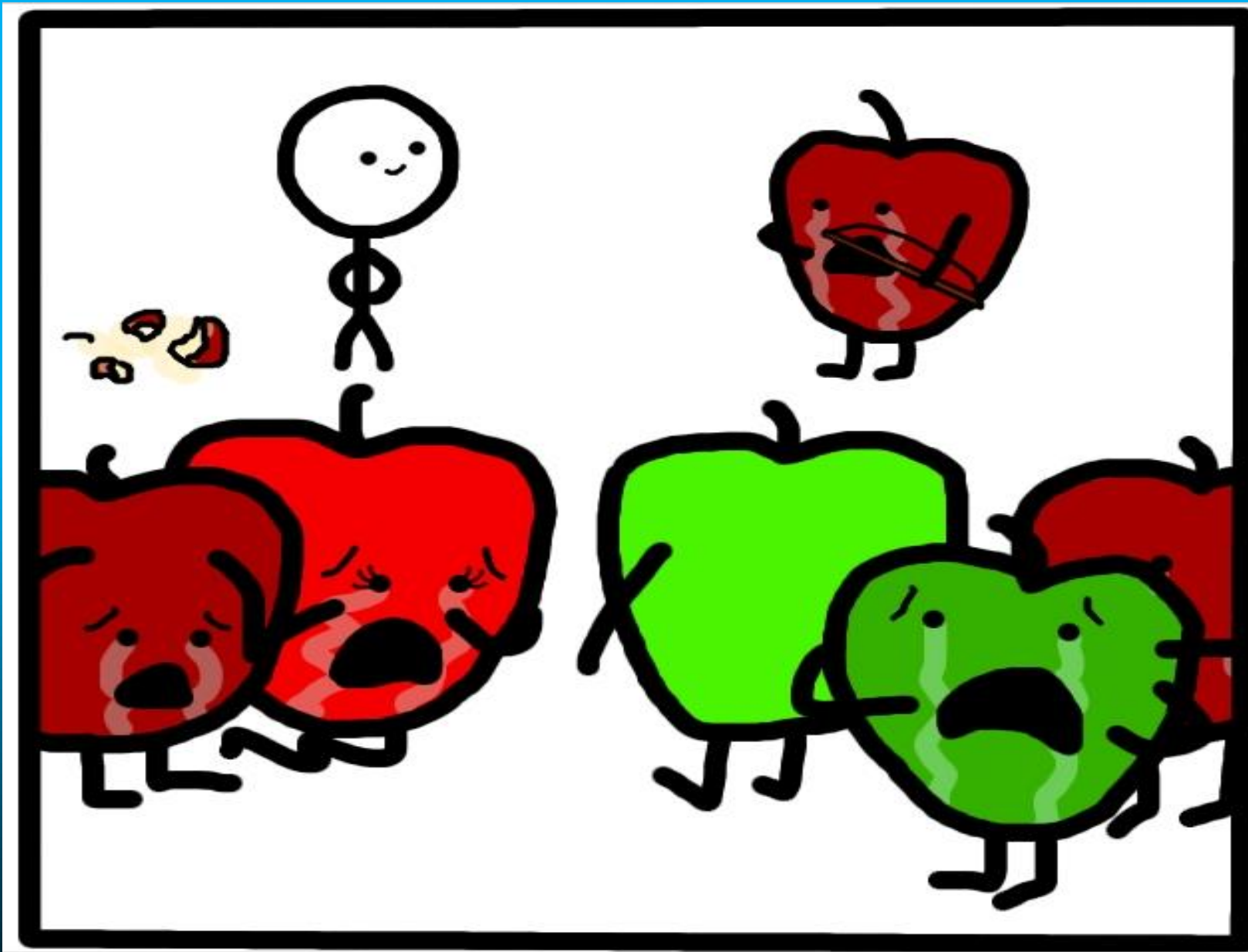
/

i can't look!

\







(SPT) se zabývá 9 různými tématy, která jsou důležitá pro to, jak interpretujeme a jednáme v sociálních situacích.

Analyzuje konfliktní situace na základě aktuálního tématu a také na základě předchozích témat.

Po objasnění situace žáci navrhnou, jak mohou osoby zapojené do konfliktní situace změnit své chování a vyřešit konflikt vhodnějším způsobem.

OBSAH SPT

1. Úvodní hodina
2. Identifikace emocí
3. Psaná a nepsaná pravidla
4. Kulturní podobnosti a rozdíly
5. Události na pozadí
6. Myšlenky - pocity - signály – činy
7. Interpretace záměrů druhých
8. Myšlenkové pastě
9. Načasování (správný čas a místo)

OBSAH SPT





Centrum sociálních služeb Praha
oddělení Pražské centrum primární prevence

DĚKUJI ZA POZORNOST

- ▶ Mgr. Pavel Dosoudil
- ▶ Centrum sociálních služeb Praha
- ▶ pavel.dosoudil@csspraha.cz