

# Děti v pandemii: 1. Velká vlna teprve přijde

*Koronavirová pandemie a nemocné dětské duše*



## **Děti v pandemii: 1. Velká vlna teprve přijde**

Odborníci bijí na poplach: Koronavirová pandemie způsobuje, že stále více dětí a mladých lidí je duševně nemocných. Rozsah této vlny se projeví až po ukončení lockdownu.

V ambulantním sektoru, zejména od podzimu loňského roku, se s psychickými problémy objevilo mnohem více dětí a mladých lidí – až o 40 procent ve srovnání s předchozím rokem. Psychiatrická oddělení byla obsazená ještě než začala pandemie. Nyní mají chronickou přeplněnost kolem 110 procent. Akutní oddělení jsou téměř vždy plná.

Jsme svědky akutních sebevražedných a dalších velmi závažných mimořádných událostí. Podle vnímání odborníků jsou jejich krize intenzivnější a pacienti potřebují více času na stabilizaci. Čekací doby pro mladé lidi, kteří neohrožují své životy, byly například v Německu prodlouženy na šest měsíců. Mladí lidé, kteří naléhavě potřebují pomoc, si proto musí na hospitalizaci dlouho počkat. Je to těžké snést a je to i nepříjemné.

Při prvním lockdownu na jaře 2020 nebylo ještě možné předvídat, co nás čeká. Děti a dospívající mají vysokou úroveň odolnosti, jsou přizpůsobiví, a tak odborníci předpokládali, že se jedná se o výjimečnou situaci, s níž se většina dětí a dospívajících dobře vyrovná. Po prvním lockdownu však zaznamenávají stále větší nárůst pacientů, například adolescentů, u kterých se vyvinula porucha příjmu potravy nebo deprese, a dětí s psychosomatickými potížemi, obavami a odmítáním chodit do školy.

Pandemie trvala rok a jsme ve druhém lockdownu téměř tři měsíce. A je stále jasnější, že dlouhé omezení kontaktu a nedostatek vyhlídek mají vážné dopady na duševní zdraví mnoha dětí a mladých

lidí. Musíme o těchto problémech dětí a mladých lidí mluvit. A také jim nabídnout pomocnou ruku.

*„Některé z dětí už nemohou dál“*

*Mnozí se však také s touto krizí dobře vyrovnávají.*

Mnoho dětí a mladých lidí tento čas samozřejmě zvládne velmi dobře, některé z toho dokonce vyrostou. Část z nich však už nemůže dál. Zvláště ohroženi jsou ti, kteří jsou sami duševně stresováni, mají duševně nemocného rodiče nebo vyrůstají v obecně obtížném psychosociálním prostředí.

Dotčeni jsou však také mladí lidé a děti ze stabilního prostředí. Zažíváme děti a dospívající, kteří z loajality a odpovědnosti dodržují všechna pravidla pandemie a zcela se vzdávají svých vlastních nezbytných potřeb, jako je být dětmi, sociálních kontaktů, blízkosti a doteků. Trvá to příliš dlouho, a proto to může mít negativní dopad na jejich psychosociální vývoj a vlastní duševní zdraví.

### **Jaké jsou důsledky?**

Mnoho dětí cítí odpovědnost za zdraví své rodiny a prožívají úzkost. Ošetření například vyhledal osmiletý chlapec, který nechtěl opustit dům, protože se obával, že by mohl nakazit své rodiče a prarodiče koronavirem.

U jiných se vyvinou problémy s chováním nebo se stanou depresivními, i když se dětská deprese často projevuje jinak než u dospívajících nebo dospělých pacientů, například agresivním chováním, jsou podráždění, mají trvale špatnou náladu.

Jsou také děti, které se o nic nestarají, které už nemají na nic chuť, méně se smějí a stahují se do sebe. Zejména u tichých a dobře přizpůsobených dětí si toho často všimneme pozdě. Zvláště když jsou rodiče extrémně stresováni.

Mnoho dospělých již nemůže být svrchovanými rodiči svých dětí, protože vedení domácnosti, péče o děti, práce z domova (home office) a někdy i souběžné domácí vzdělávání jsou extrémně namáhané.

Dalším problémem je rostoucí využívání médií dětmi. Žáci základních škol sedí před obrazovkou až deset hodin denně kvůli domácímu vzdělávání a nedostatku alternativních volnočasových aktivit.

A i když jsou naše děti nenápadné a zdánlivě v pohodě, nesmíme zapomenout, že rok v životě dítěte je dlouhý. Například šestileté dítě nyní žije šestinu svého života v pandemických podmínkách. Dětství a mládí nelze dohnat, vývoj dítěte se nezastaví.

*„Mnoho dětí a mladých lidí se cítí osaměle“*

*S jakými problémy přicházejí děti a mladí lidé do poraden?*



Nejběžnějšími diagnózami jsou deprese a poruchy příjmu potravy, ale také poruchy spánku, obsedantně-kompulzivní poruchy a závislosti.

Zejména mladí lidé se nemohou vyvíjet způsobem odpovídajícím věku, jen těžko se mohou oddělit od rodičů nebo jít vlastní cestou. Chybí jim příležitost vyvážit svůj vlastní a rodinný stres ve volném čase sportováním v klubu, orchestru nebo setkáním s přáteli.

Hraní počítačových her roste, mladí lidé jsou osamělí a dezorientovaní. Často sklouzávají nejprve do obráceného rytmu dne a noci a poté do depresivní beznadějně nálady.

Kromě toho mívají obavy o rodiče a prarodiče, omezený kontakt s přáteli a velkou nejistotu v tom, jak to bude dál, a ohledně jejich vlastní školy a profesní budoucnosti.

Některé pak spadnou do hluboké deprese. Jedna z anorektických pacientů uvedla: „Ztratila jsem obsah mého dne.“ Snažila se tuto prázdnotu zaplnit změnou stravy a cvičením a stále více se zabývala otázkou: Kdy, co a kolik toho sním? To se pak vyvinulo v poruchu příjmu potravy, která má vždy něco společného s potřebou kontroly.



Vzniká nová společenská potřeba. Nepotřebujeme jen orgány zabývající se automobilovým průmyslem, ale také orgány, které sledují situaci dětí a mladých lidí. Úřady sociální péče o mládež a další instituce sociální péče o děti a mládež by měly být finančně a personálně posíleny.

Skutečně velká vlna problémů se dostaví až tehdy, když se znovu objeví něco jako normálnost, do které by děti a mladí lidé měli zapadnout. Teprve potom se stane viditelným to, co je nyní neviditelné, konkrétně kolik dětí je v současné době osamělých nebo musí zažívat emoční, fyzické a sexuální násilí.

Centra denní péče, školy, kluby a další komunitní zařízení naplňují nejen vzdělávací poslání a základní sociální potřeby, ale také ochrannou funkci prostřednictvím sociální kontroly, která je v současné době téměř zcela potlačena.

Tato situace je velkou výzvou pro naše sborová společenství, pro každého z nás. Abychom věnovali mimořádnou pozornost nejen našim vlastním dětem a rodinám ve sborech. Je to příležitost i výzva k obětavé službě našim přátelům a známým. Abychom vytvářeli misijní a sociální projekty, které mohou efektivněji poháhat nemocné společnosti, než osamělí jedinci. Modleme se za nemocné děti a mladé lidi, a usilovně pracujme, ve službě potřebným následujme našeho Pána.

-šk-

Můžete také navštívit naši facebookovou stránku [Baptisté - Česká republika](#) nebo facebookovou skupinu [Zpravodaj baptistických sborů](#)