

Odborné stanovisko – potřeba hodnocení dopadů testování dětí na jejich psychiku

Obecně se setkáváme v mediálních vystoupeních politiků s názorem, že je velmi důležitá podpora rodiny a zdravého psychického vývoje dětí. Změny v posledním období jsou doslova šokující. Dospělí, kteří nejsou dětskými či přímo školními psychology, často bohužel nejsou schopni porozumět závažnosti restriktivních opatření, souvisejících s omezením šíření onemocnění covid-19 ve školách a školských zařízeních, uplatňovaných na dětech.

Vznik traumatu, či poškození psychiky dětí, jeho hloubku a intenzitu, neurčuje prohlášení ministra zdravotnictví, nebo školství o tom, co pro děti traumatem je, nebo není. **Za vznikem takového poškození stojí zcela originální kombinace faktorů, kde individuální vnitřní psychická realita dítěte je vystavena situacím, které působí traumaticky právě na toto konkrétní dítě.** Níže uvedené souvislosti mohou na značnou část dětí takto působit.

Autoritativní postupy, neustálé narušování školního prostředí organizováním omezení, až obsedantní potřeba kontroly pohybu dětí, separační praktiky u jídla, povolování a zakazování používat WC, segregace, dělení dětí na očkované a neočkované, testování spojené s nejistotou, co se bude dít, izolace, opakované podrobování se zdravotnickým úkonům ve škole. To vše spouští a podporuje patologické procesy, které ve svém důsledku v různé míře poškozují psychický vývoj dětí. Dospělými je toto zlehčováno a bagatelizováno, neboť laická veřejnost si není vědoma zcela diametrální odlišnosti psychiky dospělého jedince a teprve rozvíjející se psychiky dětí a mládeže. Situace vnímána optikou dospělého je odlišná od vnímání té samé situace dítětem. Na základě přímé zkušenosti při odborné práci s dětmi mohou konstatovat, že tyto faktory zvyšují a zesilují stres, který před tím se školou vůbec nebyl spojován. Kontinuálně je přítomen jak v rámci výuky, tak mimo ni.

Je potřeba zdůraznit, že je zde řeč o stresu nad rámec běžné zátěže ve škole. S běžnou úrovní stresových a krizových situací se dá za vhodných podmínek dobře pracovat právě prostřednictvím dostupnosti psychologické péče. Toto je zátěž navíc. U řady dětí se tato "zátěž navíc" projeví viditelněji. U dalších ji povrchním hodnocením vůbec nepoznáme. Diskomfort však potlačují a riziko potíží roste s dlouhodobostí uplatňování opatření. Ke škodlivým následkům přitom dochází i přes přirozenou adaptaci na opatření, k níž ze strany dětí vlivem vynucování opatření, pochopitelně, dochází. Můžeme sem zařadit právě opakované testování, povinnost sundávat a nasazovat respirátory, změny režimu a nejistotu, co bude dál. Po dětech se vyžaduje, aby pracovaly a podávaly výkon v nepřirozených (omezujících) podmínkách. Školy se mohou snažit fungovat "jakoby se nic nedělo", přesto je nutné konstatovat, že o běžný režim se jednoznačně nejedná.

Výuka i další aktivity se odehrávají v prostředí strachu a kontroly. Už jenom to, že se opatřeními musí děti neustále zabývat, je psychický nápor (jak pro děti, tak pro pedagogy). Tento nápor má v konečném důsledku podobu chronifikace a fixace určitých způsobů chování, které se podobají psychickým poruchám i z klinického pohledu (obsedantně kompulzivní chování, úzkostné a depresivní chování).

Přizpůsobení se dítěte opatřením nám neříká vůbec nic o skutečném stavu jeho psychiky. Aktuálním příkladem je tzv. „na situaci adaptované dítě“. Navenek působí klidně, ale ve

chvíli, kdy je napomínáno, nebo roušku zapomene, následuje úzkostná reakce. Stresorem se stává strach z možného trestu, strach z nákazy a další. U dětí s PAS (poruchy autistického spektra) mám osobní zkušenost, kdy vznikají úplně nové "automatismy" vyvolávající u dětí prožívaný stav ohrožení. Tzn., že dítě má již povinnost zvnitřněnou (pravidlo přijalo) a paradoxně při výzvě pracovníka, že si na určitém místě může roušku sundat, propadá úzkostné atace z důvodu, že "se toto nařízení porušuje".

Nosit respirátor a podrobit se testování se dá také naučit. **Dětem ale narušují zdravý psychický vývoj souvislosti, které jsou spojeny s restrikcemi.** Jejich přijetí je v mnoha případech snahou vyhnout se konfliktu s učitelem, nebo trestu za jejich nedodržování. Dítě svou podřízeností tak uspokojuje autoritu učitele. Vyvozovat na základě přizpůsobení se dítěte vynuceným opatřením závěr, že dítě „nemá stres“, nebo je psychicky v pořádku jenom proto, že navenek (v jeho chování) není stres laicky vidět, je z psychologické pohledu a zkušeností zcela zavádějící a mylné.

Adaptovat se dá ve škole samozřejmě i na testování formou zdravotnických úkonů. Ty patří ale do nemocničního prostředí! Ve spojení se školním prostředím tím vznikají situace, které by jinak nemohly nastat. Některé děti na základě opatření prožívají i jinou formu silného stresu. Ne ze samotného testování, kde je často laicky a mediálně zaměřena pozornost, ale právě ze souvislostí, které restrikce a testování ve škole přináší. Je spojeno s očekáváním a bezmocí. Dítě je jen objektem testování a čeká, co bude dál. Pak „test rozhoduje“ (nebo také test jiného žáka), jestli zůstane ve škole s kamarády, nebo bude izolováno. Z praxe mám zmapováno několik případů, kdy se dítě začne vyhýbat škole a zůstává doma – tedy v bezpečném prostředí (škola již bezpečné prostředí není). Škole se pak dítě vyhýbá podobně jako v případě šikany, nebo ve spojení s jakoukoliv jinou situací, která působí na dítě stresově s traumatickým potenciálem. Reaguje psychosomaticky s tendencí vyhnout se tlakům, které jsou již nadlimitní.

Jako psycholog pracující několik let systematicky i se stejnými žáky chci upozornit na další fenomén. Vyplývá z rozdílných rolí při práci s dětmi ve škole. Děti se nemusejí učitelé se svými potížemi svěřovat. Učitel jejich problémy tedy nemusí vnímat. Řekne vám, že v jeho třídě nejsou např. v důsledku testování žádné problémy. Samozřejmě - to logicky vyplývá z výše popsaného principu vzniku traumatických potenciálů v psychickém vývoji. **Nezávisí na dojmech někoho jiného, ale na intrapsychické realitě konkrétního dítěte.** V praxi pak z tohoto důvodu dochází ke zlehčování a bagatelizaci dopadů opatření na dětech. Je to proto, že učitel je v roli autority a zároveň je vykonavatelem opatření, jejichž dodržování se po dětech vyžaduje. Učitel ve snaze dodržovat nařízení uplatňuje na dětech svou moc dospělého a vyžaduje jejich poslušnost. Tak, jak to bylo institucionálně nařízeno. Takový dospělý není pro dítě důvěryhodnou osobou.

Psycholog ale nemůže podmiňovat péči, nebo terapeutickou práci poslušností dítěte! Pracuje na základě budované důvěry, bezpečí a terapeutického vztahu. Pokud se to podaří, dítě se projeví autenticky. Najednou se rozpláče, mluví o bolestech břicha, hlavy, strachu jít ven, pocitech osamění atd. Dovolí si dát najevo skutečné emoce. Tyto emoce nejsou totiž v terapeutickém rámci podmiňovány poslušností a není s nimi manipulováno.

Za nejtypičtější negativní dopady do psychiky dítěte, které lze v odborné praxi v souvislosti s opatřeními proti šíření onemocnění covid-19 jednoznačně sledovat, patří:

- Některé děti vývojově regredují – je to reakce na nároky a tlak okolí.
- Popisují pocity odcizení, rouška oslabuje přirozený lidský kontakt
- Registrují nárůst depresivních problémů a úzkostné projevy
- Některé děti samy vyžadují nošení respirátoru, jsou tak vystrašené, že respirátor odmítají sundat
- Respirátor se pro děti stává bariérou mezi zdravým a nemocným světem
- Prožívání dětí není uchopitelné povrchním pozorováním chování
- Důsledky vyvolávání strachu mohou vést k vnímání světa jako nepřátelského
- Selektivní zaměření na mluvené slovo a podávané instrukce
- Komunikační bariéra
- Časovost – s každým dalším testem přichází očekávání a nejistota co se bude dít. Strach v kombinaci s opakovanou nejistotou působí podobně jako chronický stres
- Se školou už není spojováno jen vzdělávání a učení – stres ze zkoušení, ale strach z nákazy a možné izolace
- Samotné chování a způsoby komunikace pedagogických pracovníků má přímý vliv na žáky. Může vytvářet a zesilovat ohrožení
- Nařízení není směrem k dětem nijak komunikováno, argumentem k vynucování poslušnosti je povinnost dodržovat samotné nařízení
- Děti se sice adaptují a najdou si vlastní způsob přijetí restrikcí, zvnitřňuje se však za pomoci strachu a bezmoci – to má devastační dopady i na psychiku dospělých, ne jen dětí
- Nesouhlas a otázky jsou trestány. V momentě, kdy dítě přijme svou bezmoc (stává se poslušné), dítě tyto tlaky vytěsňuje, popře, potlačí. Začne se chovat „normálně“.
- Projevují se tzv somatizační příznaky (bolesti břicha, hlavy, nechutenství, nespavost atd.), ale také odcizení, stranění se kontaktů s jinými dětmi, ztráta zájmu např. o sportovní aktivity, depresivní prožívání, úzkosti, poruchy pozornosti
- U adolescentů zvýšené riziko sebevražedného jednání
- Může se objevit různý stupeň apatie a vyhýbání se školnímu prostředí.

Stres je samozřejmě součástí života. Má motivační i růstový potenciál. Při dlouhodobé nadlimitní zátěži však psychický vývoj dětí vážně poškozuje. Školní prostředí by mělo potenciál dětí rozvíjet. Podporovat jejich psychické zdraví, ne zesilovat zmíněné patologie a přispívat tím k jejich fixaci. Pokládám za velmi důležité se těmito vlivy a faktory, které takto plošně na děti působí, vážně zabývat.

PhDr. Daniel Štach
Psycholog

Autor získával praktické zkušenosti od roku 1999 na psychiatrickém oddělení FN Ostrava. Deset let pracoval v oblasti poskytování krizové intervence pro dospělé i děti. Byl členem týmu psychologů a terapeutů v manželské a rodinné poradně Ostrava, kterou rok také vedl. Absolvoval postgraduální vzdělávání formou sebezkušenostního 4 letého psychoterapeutického výcviku a také 2,5 letou základní průpravu v párové psychoanalytické terapii. V rigorózní práci se zabýval depresivitou dětí v krizovém centru a poslední 4 roky působí jako školní psycholog na speciální škole, kde se celou dobu věnuje krizové intervenci u dětí na prvním i druhém stupni ZŠ a přímé terapeutické práci s dětmi s autismem, ADHD, poruchami chování a psychiatrickými diagnózami. Aktivně publikuje

např. v rámci vzdělávacího webového portálu EDUzín, odborné články v Učitelských novinách, kde pokrývá oblast krizové intervence a terapeutické práce s dětmi.