

MLÁDEŽ AKO KATALYZÁTOR INKLUZÍVNEJ A ODOLNEJ SPOLOČNOSTI

YOUTH AS A CATALYST FOR AN INCLUSIVE AND RESILIENT SOCIETY

Martin HAMADEJ, Beáta BALOGOVÁ

ABSTRAKT

Koronavírusové ochorenie (COVID - 19) bolo Svetovou zdravotníckou organizáciou vyhlásené 11. marca 2020 za celosvetovú pandémiu a viedlo k intenzívnym sociálnym zásahom po celom svete. Karanténa a sociálne dištancovanie mali zásadný vplyv na každodenný život ľudí všetkých vekových skupín. Možno konštatovať, že pandémia COVID-19 spôsobila najväčšie narušenie vzdelávacích systémov v histórii, čo ovplyvnilo takmer 1,6 miliardy študentov vo viac ako 190 krajinách na všetkých kontinentoch. Uzatvorenie škôl a iných učebných priestorov ovplyvnilo 94 percent svetovej študentskej populácie, a až 99 percent v krajinách s nízkym a stredným príjmom (UNESCO 2020, [cit. 2020-10-10]).

Kľúčové slová: COVID-19. Mládež. Sociálna práca. Špecifická edukácia.

ABSTRACT

Coronavirus (COVID-19) was declared a global pandemic by the World Health Organization on March 11, 2020, and led to intense social interventions around the world. Quarantine and social distancing at home have had a major impact on the daily lives of people of all ages. It can be said that the COVID-19 pandemic has caused the greatest disruption to education systems in history, affecting almost 1.6 billion students in more than 190 countries on all continents. The closure of schools and other learning spaces has affected 94 percent of the world's student population, and up to 99 percent in low- and middle-income countries (UNESCO 2020, [cited 2020-10-10]).

Key words: COVID-19. Youth. Social work. Specific education.

ÚVOD

Cieľom sociálnej práce je poskytovanie pomoci ľuďom v ťažkých životných situáciách a podporiť ich sociálne fungovanie. Na rozdiel od ďalších pomáhajúcich odborov sa sociálna práca zaoberá predovšetkým interakciami medzi človekom a jeho sociálnym prostredím. Pomoc sociálnych pracovníkov je zameraná na dosahovanie rovnováhy medzi očakávaniami klientov a sociálneho prostredia, v ktorom ľudia uspokojujú svoje potreby.

Pandémia a s ňou súvisiace rozhodnutie uzavrieť sa do sociálnej izolácie ako ochrany pred nakazením, bola pre obyvateľov *Slovenska* úplne novou životnou situáciou. Ďalekosiahle škodlivé účinky opatrení obmedze-

ného pobytu na ľudí vo veku od 6 do 25 rokov ešte nie sú úplne známe. Pandémia koronavírusu ovplyvnila úroveň fyzickej aktivity mládeže a možnosti pobytu v exteriéry. Posledné štúdie zdôrazňujú zdravotné riziká dlhotrvajúcich výluk u dospeléj populácie. Sociálny dištanc môže viesť k frustrácii, sociálnej izolácii, fyziologickým poruchám a ďalším problémom v oblasti duševného zdravia, ktoré súvisia so zvýšeným rizikom depresie. Kombinované účinky stresového prostredia a fyzicky neaktívneho životného štýlu v mladosti pôsobia ako spätnoväzbová slučka, ktorá zvyšuje nepriaznivé správanie v životnom štýle (napr. nesprávna hygiena spánku, predĺžený čas strávený na obrazovke a vysoký príjem potravy), ktoré vedú k znepokojujúcim zdravotným výsledkom.

Mladosť nie je imúnna voči tomuto začarovanému cyklu. Prognózu COVID-19 týkajúcu sa psychosociálneho zdravotného stavu a telesnej pohody v mladosti už nemožno ignorovať. Mládež predstavuje zraniteľnú časť populácie, ktorej hrozia v dôsledku karantény negatíva odrážajúce sa na ich fyzickom, ale aj psychickom zdraví (Chulvi-Medrano et al. 2020, [cit. 2021-01-01]).

1 Pandémia COVID-19 ako test solidarity

Tak *Slovensko* podobne ako ostatné štáty sveta zasiahlo ochorenie COVID-19. Veľmi vysoký stupeň otvorenosti slovenskej ekonomiky vedie k veľkej zraniteľnosti voči vonkajším reálnym ekonomickým, ale aj iným šokom, akým sme v súčasnosti svedkami (Ochorenie COVID-19, [cit. 2021-01-01]).

Svojimi intervenciami sociálni pracovníci zasahujú všade tam, kde sa ľudia z objektívnych dôvodov dostávajú do situácií neriešiteľných vlastnými silami či prostriedkami alebo kde je spoločenská pomoc žiaduca. Podľa Matouška a Kroftovej (2003) je hlavným cieľom sociálnej práce odhaľovanie, vysvetľovanie, zmierňovanie a riešenie sociálnych problémov (chudoba, zanedbávanie výchovy detí, delikvencia mládeže, nezamestnanosť a pod.) či v súčasnej dobe aj riešenie negatív spojených s pandemiou.

Nemožno minimalizovať opatrenia prijaté na zníženie psychologických dôsledkov pandémie hlavne preto, že psychologické dôsledky môžu byť trvalejšie ako samotná infekcia COVID-19, s dôsledkami v rôznych sektoroch spoločnosti. Štúdie naznačujú, že strach zo smrteľného rýchlo šíriaceho vírusu, ktorého pôvod, povaha a priebeh sú stále málo známe, ovplyvňuje psychickú pohodu mnohých ľudí. Príznaky depresie, úzkosti a stresu tvárou v tvár pandémie boli identifikované v bežnej populácii. Okrem toho boli v niektorých krajinách, napríklad v *Južnej Kórei* a *Indii*, hlásené aj prípady samovrážd potenciálne spojené s psychologickými dôsledkami COVID-19 (Guedes da Silva Junior et al. 2020, [cit. 2021-01-01]).

V súvislosti so súčasnou situáciou ohľadne šírenia nového koronavírusu COVID-19 nie je jednoduché si zachovať chladnú hlavu, o čom svedčia aj mnohé príklady iracionálnych reakcií a správania sa

ľudí. V čase pandémie nebojujeme len s vírusom, ale snažíme sa ovládať a riadiť strach, stigma a diskrimináciu (WHO 2020).

Pandémia COVID-19 narúša nebývalým spôsobom všetky aspekty života ľudí. Zatiaľ čo mnohé z dôsledkov, ako napríklad psychická úzkosť spojená s dištancovaním sa od spoločnosti, ovplyvňujú celú spoločnosť, rôzne vekové skupiny tieto vplyvy prežívajú odlišným spôsobom. S postupným prechodom vládnych reakcií z okamžitého krízového riadenia na vykonávanie opatrení na ozdravenie sa objavuje niekoľko problémov, ako napríklad zvyšovanie úrovne nezamestnanosti mladých ľudí a dôsledky zvyšovania dlhu na otázky medzigeneračnej spravodlivosti, ako aj ohrozenie dobrých životných podmienok mladých a budúcich generácií (OECD 2020, [cit. 2021-01-01]).

Okrem psychologických dôsledkov priamo súvisiacich s COVID-19, opatrenia na potlačenie pandémie môžu pozostávať aj z rizikových faktorov pre duševné zdravie. Pri preskúmaní karantény vedci zistili, že k negatívnym účinkom tohto opatrenia patria príznaky posttraumatického stresu, zmätenosti a hnevu. Obavy z nedostatku financií taktiež spôsobujú škody na psychickej pohode. V tejto súvislosti majú ľudia tendenciu zvyšovať sociálnu stigma a diskriminačné správanie voči niektorým konkrétnym skupinám, ktoré sú zraniteľnejšie. Celkové vnímanie situácie zhoršuje tiež šírenie mýtov, falošných správ a dezinformácií o infekcii a preventívnych opatreniach, ako aj problémami bežnej populácie s pochopením pokynov zdravotných úradov (Guedes da Silva Junior et al. 2020, [cit. 2021-01-01]).

Keďže COVID-19 je nové ochorenie, jeho výskum prebieha neustále a nové informácie sa dozvedáme postupne. To prirodzene vyvoláva pocity obáv. Nebezpečnými sa stávajú úzkostné reakcie, a to v prípadoch ich dlhodobého pretrvávania v rozmedzí niekoľkých týždňov až mesiacov, bez zjavnej príčiny negatívnom ovplyvni nášho každodenného života. Úzkosť sa pravidelne spája s tromi alebo viacerými z nasledujúcich príznakov: nepokoj alebo dráždivosť, ľahká unaviteľnosť, ťažkosti s koncentráciou alebo zmätenosť v myslení, podráždenosť, svalové napätie, poruchy spánku. Extrémom je pa-

nický záchvat, čo je obdobie veľmi nepríjemného pocitu, ktoré dosahuje vrchol v priebehu desiatich minút a spája sa s príznakmi, ako sú neschopnosť dýchať, palpitácie, závraty alebo chvenie, nevoľnosť a pocity brnenia v ramenách a prstoch. Spoločná črta panického záchvatu je známa ako hyperventilácia, ktorá zahŕňa rýchle krátke nádychy a výdychy (Zibrinyiová et al. 2020, [cit. 2021-01-01]).

2 Vplyv pandémie na mládež

V súvislosti s ochorením COVID-19 sa deti a mladí ľudia vo všeobecnosti považujú za tých menej zraniteľných. No práve na nich môže mať súčasná pandémia dlhotrvajúci dopad. OSN vydala prehľad ohrození a vplyvov, ktoré môže mať táto situácia na mládež po celom svete.

Tvárou tejto pandémie nie sú deti a mladý ľudia. Riskujú však, že budú medzi jeho najväčšími obeťami. Aj keď boli, našťastie, do značnej miery ušetrení od priamych účinkov COVID-19 na zdravie - prinajmenšom doposiaľ - kríza má výrazný vplyv na ich súčasný či budúci život. Všetky deti a mladí ľudia rôznych vekových skupín a vo všetkých krajinách sú ovplyvnené najmä sociálno-ekonomickými dopadmi a v niektorých prípadoch zmierňovacími opatreniami. Priamy vplyv infekcie COVID-19 na deti bol doteraz omnoho miernejší ako v prípade iných vekových skupín. Predbežné údaje z pozorovaných prípadov v *Číne* a *USA* naznačujú, že miera hospitalizácií u symptomatických detí je 10 až 20-krát nižšia ako u ľudí stredného veku a 25 až 100-krát nižšia ako u starších osôb. Z hospitalizovaných pacientov je najmenej detí, ktoré budú pravdepodobne vyžadovať kritickú starostlivosť. Podiel symptomatických detí, ktoré prišli o život pre vírus, sa v *Číne* odhaduje na 1 z 25 000, čo je 30-krát menej ako v strednom veku a 3 000-krát menej v porovnaní so seniorami. Vyvodenia z týchto údajov by sa mali napriek tomu robiť s mimoriadnou opatrnosťou, vzhľadom na obmedzené pokrytie existujúcich súborov údajov a rôznych kontextov (UNESCO 2020, [cit. 2021-01-01]).

Ekonomické a zdravotné dopady pandémie COVID-19 boli vo všetkých vekových skupinách asymetrické. Súčasné dôkazy naznačujú, že mladí ľudia sú z hľadiska rozvoja

závažných fyzických zdravotných symptómov spojených s COVID-19 menej ohrození ako skupiny staršieho veku (WHO 2020). Je však pravdepodobné, že narušenie ich prístupu k vzdelaniu a pracovným príležitostiam v dôsledku hospodárskeho poklesu prinesie mladej generácii oveľa horšiu trajektóriu hľadania a udržiavania kvalitných pracovných miest a príjmov. Už finančná kríza v rokoch 2007 – 2008 priniesla mladým ľuďom na plecia značný podiel sociálnych a hospodárskych dôsledkov, pretože počet nezamestnaných mladých ľudí sa zvýšil o 20%. Byť nezamestnaný v mladom veku môže mať z hľadiska kariérneho postupu dlhodobé nepriaznivé účinky. Nezamestnaní mladí ľudia čelia menším možnostiam kariérneho rozvoja, nižším úrovňam miezd, horším vyhliadkam na lepšie zamestnanie a nakoniec nižším dôchodkom. Ekonomické účinky pandémie zvyšujú existujúcu zraniteľnosť mladých ľudí na trhoch práce, pretože je pravdepodobnejšie, že budú pracovať v neštandardných zamestnaniach, ako je dočasná práca alebo práca na čiastočný úväzok, ktoré čelia vyššiemu riziku straty zamestnania a príjmu (OECD 2020, [cit. 2021-01-01]).

Digitálna priepasť v pripojiteľnosti a prístupe k elektronickým zariadeniam riskuje ďalšie prehĺbovanie nerovností medzi mladými ľuďmi počas pandémie. Napríklad u študentov z menej majetných rodín je menej pravdepodobné, že budú mať prístup k digitálnym učebným zdrojom a podpore rodičov pri domácom vzdelávaní. Zatvorenie školy má významnejší vplyv na blahobyt zraniteľnej mládeže, najmä mládeže so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami (napr. zdravotne postihnuté osoby) a pre tých, ktorí sa spoliehajú na služby sociálnej a emočnej podpory poskytované školami, ako aj školské stravovanie ako spoľahlivý zdroj dennej výživy. Zatvorenie škôl ovplyvňuje psychickú pohodu študentov, pretože učitelia a spolužiaci môžu a častokrát aj sú zdrojmi sociálnej a emocionálnej podpory. Dopad krízy na psychickú pohodu a subjektívne blaho mladých ľudí závisí aj od domácnosti, v ktorej žijú, a od individuálnych okolností, ako sú napríklad vyhliadky na stratu zamestnania a straty príjmu, kvalita bývania, choroba alebo strata blízkych, a prítomnosť existujúcich

zdravotných rizík a zraniteľných osôb v domácnosti (OECD 2020, [cit. 2021-01-01]).

Podpora duševného zdravia by mala byť kľúčová počas pandémie COVID-19, čo je vyjadrené v množstve vznikajúcich názorov (Holmes et al. 2020). Rozvíjajúci sa výskum z Číny zistil, že počas pandémie COVID-19 (Wang et al. 2020) sú značné negatívne vplyvy týkajúce sa duševného zdravia. Tieto vplyvy môžu byť závažnejšie aj u ľudí do 35 rokov. V inej čínskej štúdii sa zistila vysoká miera dôsledkov na duševné zdravie detí, ktoré sú kvôli pandémie doma v domácom prostredí. Štúdia uskutočnená v Kanade zistila, že u mladých ľudí vo veku 14 až 28 rokov došlo v počiatočných fázach pandémie COVID-19 k nárastu obáv o duševné zdravie, nezaznamenali však nárast užívania návykových látok (Hawke et al. 2020, [cit. 2021-01-01]). Mládež je obzvlášť zraniteľnou skupinou počas kríz v oblasti verejného zdravia, vrátane mládeže s už existujúcimi problémami duševného zdravia (Holmes et al. 2020). Poruchy duševného zdravia a užívanie návykových látok sú veľmi rozšírené medzi mládežou a postihujú asi 20% mládeže v Kanade. Množstvo porúch v oblasti duševného zdravia dospelých sa vyvíja v období dospievania (Kessler et al. 2007). V kontexte COVID-19 boli narušené kľúčové vývinové hranice, ktorým čelí mládež, ako napríklad dokončenie školy, zapojenie sa na trhu práce, sociálne vzťahy a autonómne rozhodovanie. To môže mladých ľudí v tomto období vystavovať osobitnému riziku pre rozvoj duševného zdravia a užívania návykových látok.

V rámci sociálnej práce s mládežou je preto potrebné sa komplexne zaoberať životnou situáciou, v ktorej sa títo mladí ľudia nachádzajú (stav v rodine, ekonomická situácia, zdravotný stav, psychický stav, sociálne začlenenie, potenciálne ich pozícia na pracovnom trhu, v škole atď.) a vnímať ju špecificky, ako „individuálnu konfiguráciu bariér a predpokladov sociálneho fungovania klienta (Musil a Navrátil 2000).

Pozornosť si zaslúži aj vzťah medzi duševným a fyzickým zdravím počas obdobia COVID-19. Nedávna štúdia v Číne zistila vyššiu mieru depresie u tých, ktorí boli infikovaní COVID-19 a zotavili sa, ale nie u ľudí v karanténe alebo u širokej verejnosti. Ďalšia štúdia zistila, že medzi širokou verejnosťou je viac traumy ako medzi lekáorskymi tímami poskytujúcimi priamu starostlivosť o pacientov s COVID-19, ktorým tak hrozilo riziko vystavenia vírusu. Pozitívom je preukázanie nižšej náchylnosti na infekciu COVID-19 medzi mladými ľuďmi a menšej náchylnosti voči závažným následkom pri infikovaní (Hawke et al. 2020[cit. 2021-01-01]).

Vychádzajúc zo štúdie UNESCO (2020, [cit. 2021-01-01]) na rozdiel od priameho vplyvu COVID-19 sú širšie účinky pandémie na zdravie mládeže významné. Škodlivé účinky tejto pandémie navyše nebudú rovnomerne distribuované. Očakáva sa, že budú najškodlivejšie pre deti z najchudobnejších skupín z najchudobnejších oblastí a pre deti v už znevýhodnených alebo zraniteľných situáciách.

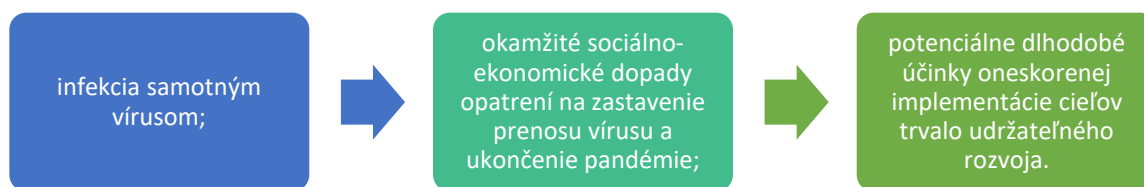


Schéma 1 Tri hlavné kanály, ktorými táto kríza postihuje deti

Zdroj: (UNESCO 2020, [cit. 2021-01-01])

To všetko ovplyvňuje mladých ľudí rôznymi spôsobmi:

- Nárast chudoby: Odhaduje sa, že v dôsledku krízy by v tomto roku mohlo do extrémnej chudoby upadnúť 42 - 66 miliónov detí;

- Prehĺbenie krízy učenia: 188 krajín zaviedlo celoštátne zatvorenie škôl, čo sa týka viac ako 1,5 miliardy detí a mládeže. Potenciálne straty, ktoré môžu vzniknúť pri učení sa pre dnešnú mladú generáciu a pre rozvoj ich ľudského kapitálu, je

ťažké pochopiť. Viac ako dve tretiny krajín zaviedli národnú platformu dištančného vzdelávania, ale medzi krajinami s nízkymi príjmami je tento podiel iba 30 percent;

- Hrozby vyplývajúce z prežitia a zdravia detí: Ekonomické ťažkosti, ktoré rodiny zažívajú v dôsledku globálneho hospodárskeho poklesu, by mohli viesť k ďalším státisícim úmrtí detí v roku 2020, čo by zvrátilo pokrok dosiahnutý v posledných 2 až 3 rokoch pri znižovaní detskej úmrtnosti v rámci jediného obdobia;
- Riziká súvisiace s bezpečnosťou detí: riziko svedectva alebo utrpenia násilia a zneužívania detí. Značne ohrozené sú aj deti v konfliktných podmienkach, ako aj deti žijúce v nehygienických a preplnených domácnostiach, ako sú napr. osady sociálne vylúčených skupín obyvateľstva (UNESCO 2020, [cit. 2021-01-01]).

V súčasnosti by malo byť cieľom zosúladenie krátkodobých reakcií na núdzové situácie s investíciami do dlhodobých hospodárskych, sociálnych a environmentálnych cieľov s cieľom zabezpečiť blahobyt budúcich generácií.

3 Výskumné zistenia

Aj keď majú mladí ľudia po zdravotnej stránke väčšiu pravdepodobnosť prekonať vírus len s miernymi príznakmi, hrozí, že v niektorých častiach sveta budú práve oni tými najviac zasiahnutými. Nielen deti, ale aj mladí ľudia sú totiž okrem rizika ochorenia a prenosu nákazy ohrozené najmä sociálno-ekonomickými dopadmi a negatívnym vplyvom posunutia realizácie aktivít vyplývajúcich z *Cieľov udržateľného rozvoja* (z anglického *Sustainable Development Goals - SDGs*) OSN. Tieto dopady sa môžu prejavovať vo viacerých oblastiach života. Hrozí napríklad, že sa zvráti pozitívny trend poklesu chudoby z posledných rokov a podľa odhadov približne 44 až 66 miliónov detí môže celosvetovo upadnúť do extrémnej chudoby. Navýšilo by sa už teraz obrovské číslo 386 miliónov v roku 2019 (UNESCO 2020, [cit. 2021-01-01]).

Štúdia skúmajúca duševné zdravie, užívanie návykových látok a fyzické zdravie mládeže počas pandémie COVID-19 hodnotila duševné zdravie, užívanie návykových látok, fyzické zdravie a ďalšie obavy medzi mla-

dými ľuďmi. Mládež bola definovaná ako dospievajúci a mladí dospelí vo veku od 14 do 29 rokov (*Statistics Canada* 2019). Štúdie sa zúčastnila vzorka 622 mladých ľudí (vekové rozpätie 14 - 28 rokov). Vzorka bola získaná z existujúcich skupín účastníkov v štyroch štúdiách pôsobiacich v Centre pre závislosť a duševné zdravie v *Toronte* v *Ontáriu* v *Kanade*. Patrila sem klinická skupina mladých ľudí zúčastňujúcich sa na výskume duševného zdravia a užívania návykových látok v *Toronte* v *Ontariu* a neklinická skupina mladých ľudí zúčastňujúcich sa na dlhodobom kohortnej štúdii v *Ontariu* (Hawke et al. 2020, [cit. 2021-01-01]).

Štúdia prebiehala v raných fázach pandémie COVID-19 v *Ontariu* v *Kanade*, poukazuje nato, že mladí ľudia s poruchami fyzického zdravia a tí, ktorí majú príznaky spojené s COVID-19, majú väčšie predispozície na poruchy duševného a fyzického zdravia ako tí bez nich. Podobne aj osoby majúce príznaky spojené s COVID-19, hlásia väčšie zhoršenie duševného a fyzického zdravia.

Úzkosť, depresia a traumy z lekárskeho hľadiska prevládajú u mladých ľudí s chronickými chorobami. Niektoré štúdie naznačujú, že úzkosť môže v skutočnosti zhoršiť zdravotný stav (Cobham et al. 2020; Goodwin, Bandiera, Steinberg, Ortega a Feldman, 2012; Greenley et al. 2010; Katon et al. 2007; Kovacs, Goldston, Obrosky a Bonar, 1997, in: Hawke et al. 2020 [cit. 2021-01-01]). Niekoľko štúdií uvádza, že mládež so zhoršeným fyzickým zdravím a súčasne sa vyskytujúcimi problémami v oblasti duševného zdravia čelí dlhším hospitalizáciám a dlhšiemu využívaniu služieb v prípade rekonvalescencie (Doupnik et al. 2016; Richardson, Russo, Lozano, McCauley a Katon 2008, in: Hawke et al. 2020 [cit. 2021-01-01]).

Táto štúdia potvrdzuje existenciu a potrebnosť výziev v oblasti duševného zdravia u fyzicky chorej mládeže, ktoré môže ešte viac prehĺbiť pandémia COVID-19. Potreba starostlivosti o duševné zdravie u mladých ľudí s predchádzajúcimi problémami vo fyzickom zdraví sa stáva čoraz zreteľnejšou. Výsledky štúdie ďalej podporujú obojsmerný vzťah medzi duševným a fyzickým zdravím.

Výskum *Ako sa máte, Slovensko?* realizovali Sociologický ústav SAV, Ústav výskumu sociálnej komunikácie SAV, MNFORCE a Seesame medzi reprezentatívnou vzorkou 1 000 Slovákov v dňoch 25. – 28. mája 2020 (SAV 2020, [cit. 2021-01-01]). Vybrané dáta z prieskumov *Ako sa máte, Slovensko?* Sú dlhodobou k dispozícii odbornej verejnosti v *Slovenskom archíve sociálnych dát*.

Na Slovensku trpí duševnými ochoreniami minimálne každý deviaty človek. Z nich každý štvrtý trpí depresívnymi poruchami. Tretia vlna výskumu *Ako sa máte, Slovensko?* zistovala dôsledky koronavírusu na duševné zdravie Slovákov.

Na základe spomínaného výskumu možno konštatovať, že karanténne opatrenia v posledných troch mesiacoch zasiahli aj duševný stav Slovákov. Izoláciu horšie prežívali mladí. Navyše, takmer polovica opýtaných zažívala počas korona obdobia depresívne pocity. Podľa odborníkov je aj preto potrebné duševnému zdraviu na Slovensku venovať ešte väčšiu pozornosť.

Sociálnu izoláciu zvládali horšie mladí ľudia. „Výskumy z iných krajín poukazujú na to, že čím sú ľudia mladší, tým horšie zvládajú pandémiu. Podobný jav sme zaznamenali aj na Slovensku,“ Kamila Urban z Ústavu výskumu sociálnej komunikácie SAV uviedla, že viac než štvrtina respondentov uvádzala zhoršenie ich duševného stavu. Sociálna izolácia a obmedzenie sociálnych kontaktov malo negatívny vplyv najmä u mladých dospelých do 30 rokov, ktorí neustále alebo často zažívali nervozitu (44,4 percenta), úzkosť (25 percent), hnev (39,4 percenta), depresívne pocity (27,2 percenta) a osamelosť (28,3 percenta) (SAV 2020, [cit. 2021-01-01]).

Z výsledkov online výskumu organizovanom Ústavom etnológie a sociálnej antropológie SAV, týkajúcom sa vplyvov epidémie koronavírusu na každodenný život na Slovensku vyplýva, že ľudia cítili zásadné obmedzenie sociálnych kontaktov. Limitovali navštevovanie širšej rodiny, starých rodičov, stretávanie sa s priateľmi, či vôbec svoj spoločenský život a návštevy kultúrnych podujatí či akcií. Spontánne uvádzali i to, že znížili množstvo času stráveného vonku a vo vyššej miere sa venovali starostlivosti o deti. Ľudia žijúci bez detí v mladšom (18 - 29) i staršom veku (50 - 59) opisovali okrem obmedzení

(dočasná strata koníčkov a sociálnych kontaktov) i možnosť dopriať si viac času na oddych a spánok a voľnejší denný režim. Zaujímavý je i pohľad na to, ako sa denný režim ľudí menil vzhľadom na dĺžku ich dobrovoľnej či nútej izolácie. Napríklad respondenti, ktorí boli doma iba kratší čas, hovorili častejšie o práci z domu a o možnosti dopriať si viac času na oddych a spánok. Naproti tomu tí, ktorí strávili v izolácii viac dní, viac akcentovali minimalizovaný sociálny kontakt a obmedzený čas strávený vonku. Vo svojich spontánnych odpovediach reflektovali zvýšenú starostlivosť o deti, ako aj viac domácných prác (Lutherová et al. 2020, [cit. 2021-01-01]).

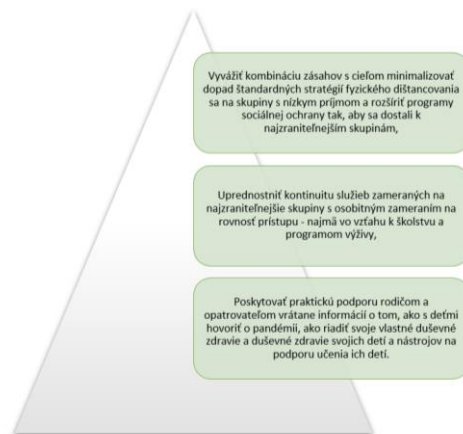


Schéma 3 Tri priority pre tvorcov politík
(Zdroj: UNESCO 2020, [cit. 2021-01-01])

Globálna núdzová situácia v oblasti zdravia COVID-19 a jej hospodárske a sociálne dopady narušili aspekty života všetkých skupín v spoločnosti. Ľudia rôznych vekových skupín však zažívajú účinky tejto pandémie rôznymi spôsobmi. Pre mladých ľudí, predstavuje kríza COVID-19 značné riziká v oblasti vzdelávania, zamestnania, duševného zdravia a disponibilného príjmu. Navyše mládež a budúce generácie budú znášať väčšinu dlhodobých hospodárskych a sociálnych dôsledkov krízy. Aby sa zabránilo prehlbovaniu medzigeneračných nerovností a zapojeniu mladých ľudí do budovania spoločenskej odolnosti, musia vlády predvídať vplyv opatrení na zmiernenie a ozdravenie rôznych vekových skupín pomocou efektívnych mechanizmov riadenia (OECD 2020, [cit. 2021-01-01]).

ZÁVER

V tejto dobe kritických reforiem poskytovania služieb duševného zdravia v dôsledku vzd'alujuúcich sa požiadaviek týkajúcich sa COVID-19 sa od systémových plánovačov žiada, aby zvážili potrebnosť podpory a starostlivosti o duševné zdravie mládeže v prepojení s fyzickým zdravotným stavom a zabezpečili, aby mladí ľudia mali k dispozícii podporu duševného aj fyzického zdravia. V súčasnosti je dôležitá integrácia služieb fyzického a duševného zdravia ako prioritnej politiky k primárnej prevencii a včasnej intervencii vyššie popísaných problémov (Firth et al. 2019).

Integrácia služieb k podpore nielen fyzického zdravia by mala byť naďalej uprednostňovaná tak, aby sa rešpektovali sociálne, fyzické dištančné požiadavky počas pandemických časov i mimo nich, pričom je dôležitá súhra medzi duševným a fyzickým zdravím v kontexte pandémie COVID-19 o čo by sa v rámci svojich kompetencií mohli pričiniť aj sociálni pracovníci realizujúci intervencie v rôznych inštitúciách.

Zoznam bibliografických odkazov

GUDES DA SILVA JUNIOR, Fernando Jose, Jaqueline CARVALHO E SILVA SALES, Claudete Ferreira, DE SOUZA MONTEIRO, Ana Paula CARDOSO COSTA, Luana Ruth BRAGA CAMPOS, Priscilla Ingrid GOMES MIRANDA, Thiago Alberto DE SOUZA MONTEIRO, Regina Aparecida, GARCIA LIMA and Luis Carlos LOPES-JUNIOR, 2020. *Impact of COVID-19 pandemic on mental health of young people and adults: a systematic review protocol of observational studies* [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <file:///C:/Users/user/Downloads/e039426.full-2.pdf>

HAWKE, Lisa D. Suneeta MONGA, Daphne, KORCZAK, Em, HAYES, Jacqueline, RELIHAN, Karleigh, DARNAY, Kristin, CLEVERLEY, Yona, LUNSKY, Peter, SZATMARI and Joanna, HENDERSON, 2020. Impacts of the COVID-19 pandemic on youth mental health among youth with physical health challenges. In: *Early intervention in psychiatry*. ISSN 1751-7893 [online]. [cit.

2021-01-01]. Dostupné z: <https://online-lib-rary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/eip.13052>

HOLMES, E. A., O'CONNOR, R. C., PERRY, V. H., TRACEY, I., WESSELY, S., ARSENEAULT, L., BALLARD, C., et al., 2020. Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. In: *The lancet. Psychiatry* [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(20)30168-1)

CHULVI-MEDRANO, Ivan, Emilio VILLAGONZÁLEZ, Tamara RIAL-REBULLIDOT and Avery FAIGENBAUM, 2021. The impact of COVID-19 quarantine on youth: from physical inactivity to pediatric depressive obesity, In: *Journal of Movement and Health*. Vol. 18, No1, pp.1-4. ISSN 2452-5812 [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <file:///C:/Users/user/Downloads/100-220-1-PB.pdf>

LUTHEROVÁ, Soňa G, Miroslava HLINČÍKOVÁ a Ľubica VOLANSKÁ, 2020. *Ked' sa zmenil svet I*. [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://ues.sav.sk/files/1_sprava_ked_sa_zmenil_svet_i_.pdf

MATOUŠEK, Oldřich a Andrea KROFTOVÁ, 2003. *Mládež a delikvence*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-771-X. mental Research and Public Health, 17(5), 1-25

MUSIL, Libor a Pavel NAVRÁTIL, 2000. Sociální práce s příslušníky menšinových skupin, In: *Sociální exkluze a nové třídy. Sociální studia*. Vol. 2000, No 5, p. 127-163. ISSN 1212-365X.

OECD, 2020. YOUTH AND COVID-19: Response, recovery and resilience [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=134_134356-ud5kox3g26&title=Youth-and-COVID-19-Response-Recovery-and-Resilience&_cf_chl_jschl_tk_=3e8ad1d08ea16cf36bdfdc2059cdf94c3b94ac8-1609945334-0-AQ52EVShfY034NrtfmyeWjfMI2RmxWtY3VkJMBdUancOn-VGKQMdgBFZGvxxrOzKob6G3kb58exe-WYrkGouVyEbCpyE0UjE7X0rFBvCx-nCwBGQYl4px-

- sK5slGRF8_NUw86dBbaulOAt-cKb5fvIM25TBjbQz1l0N-8zqcep-MxZ_d0QK_CUrY7mWRE-sYouNaTRs-mWWn8NklYRQuY0NMmEHDyP1fYo_0WzExJFvdCtkOfc-vSRyNu89nRQXgxse17aqr7Gxx-KzVLTvUAsxp8dnsUz8SaMKH1fyz1eoL_tDtYkOh9l4Jo-IRo0K9JAXLu146KS4hKs2d30AcgS49SdKdpFr5TxkXJQjZ0PdIOu8b00PHux-Kwz6cQwcpghq_iRDxgfBrXwnR-MoWK4WZSRNf6S75FiDDthwI0AD-CFbOhlBU0X05
- OCHORENIE COVID-19 A JEHO VPLYV NA SLOVENSKÚ EKONOMIKU*, 2020. [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.sav.sk/in-dex.php?lang=sk&doc=services-news&source_no=20&news_no=8852
- Statistics Canada. A portrait of Canadian youth: March 2019 updates*. 2019; Available from: [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-631-x/11-631-x2019003-eng.htm>.
- UNESCO*, 2020. Policy Brief: The Impact of COVID-19 on children [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_on_covid_impact_on_children_16_april_2020.pdf
- WANG, C., PAN, R., WAN, X., TAN, Y., XU, L., HO, C. S., & HO, R. C., 2020. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. In: *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 17, no. 5, pp. 1–25. [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7084952/>
- WHO*, 2020. Statement – Older people are at highest risk from COVID-19, but all must act to prevent community spread [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavi-rus-covid-19/statements/statement-older-people-are-at-highest-risk-from-covid-19,-but-all-must-act-to-prevent-community-spread>.
- ZIBRINYIOVÁ, Veronika, Zuzana KOŽÁROVÁ a Martina, Chylová, 2020. *Ovplyvňuje koronavírus aj naše psychické zdravie?* [online]. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://www.upjs.sk/pracoviska/uni-poc/aktuality/22846/>
- Afiliácia:** Príspevok vychádza ako výstup z projektu VEGA č. 1/0433/20 *Faktory formálnej a neformálnej starostlivosti v systéme dlhodobej starostlivosti*.
- Kontaktné údaje**
PhDr. Mgr. Martin Hamadej, PhD.
Inštitút edukológie a sociálnej práce
Filozofická fakulta
Prešovská univerzita v Prešove
Email: martin.hamadej@unipo.sk
- prof. PhDr. Beáta Balogová, PhD.
Inštitút edukológie a sociálnej práce
Filozofická fakulta
Prešovská univerzita v Prešove
Email: beata.balogova@unipo.sk