



**MATERIÁL
NA ZASADNUTIE RADY**

Č. S21049-2025-S-RVDZ-007

Názov	Návrh na prerokovanie a schválenie uznesenia k odporúčaniam na zdravé používanie obrazovkových médií u detí a adolescentov
Predkladateľ	Mgr. Barbora Maliarová, PhD. predsedníčka výboru pre kvalitu starostlivosti o duševné zdravie
Schválil	Kamil Šaško, MSc. predseda rady
Dátum predloženia	10. júna 2025
Dátum prerokovania	24. júna 2025
Na rokovanie sa odporúča prizvať	MUDr. Zuzana Matzová zástupkyňa detských psychiatrov

I. Odôvodnenie predloženia materiálu

Súčasťou reformy starostlivosti o duševné zdravie na Slovensku je plnenie strategických cieľov Národného programu duševného zdravia a Komponentu 12 Plánu obnovy a odolnosti, s ktorými súvisí starostlivosť o duševné zdravie detí. Aktuálne chýbajú odporúčania, ktoré by mohli pomôcť rodičom, vychovávateľom a opatrovateľom detí zorientovať sa v tom, ako sprevádzať svoje deti bezpečne a v ich najlepšom záujme svetom plným obrazoviek a možností, ktoré im ponúkajú. Na druhej strane pribúda ťažkostí, ktoré vysoko pravdepodobne súvisia s predčasným, nadmerným alebo nevhodným obsahom, ktorému sú deti na obrazovkách vystavené.

V posledných rokoch sa stávajú stále viac naliehavými otázky smerované na zdravotníckych pracovníkov a iných profesionálov, ktorí sa starajú o rodiny a deti, týkajúce sa konkrétnych rád o používaní obrazovkových médií deťmi a dospelými. Vyhľadávané sú vedou podložené odporúčania o dĺžke používania, kedy je veľa príliš veľa, ako stanoviť hranice, ako zaručiť vystavenie dieťaťa kvalitnému obsahu, ako ho ochrániť pred nevhodným obsahom a najmä o vplyve obrazoviek na vývin a dospievanie detí.

Na podnet výboru odbornej spoločnosti primárnych pediatrov bola vytvorená pracovná skupina so zastúpením primárnych pediatrov, detských psychiatrov a klinického psychológa, ktorá sa podujala vypracovať materiál s názvom „Odporúčania na zdravé používanie obrazovkových médií u detí a adolescentov“ (ďalej len „odporúčania“). Cieľom bolo sprostredkovať všetkým, ktorí sú zodpovední za všestranné blaho detí a dospelých, teda nielen rodičom a opatrovateľom, ale i odbornej verejnosti ako aj inštitúciám, tvoriacim zdravotné politiky, informácie o možných vplyvoch digitálnych technológií na zdravie detskej populácie.

Obrazovkové médiá a ich dosah na celú spoločnosť je relatívne nový fenomén, vedecké dôkazy nie sú zatiaľ dostatočné na zostavenie odporúčaní založených na princípoch medicíny založenej na dôkazoch (EBM). Dostupné sú odporúčania odborníkov z vyspelých krajín, ktoré sa už viac ako desaťročie venujú problematike detí, narodených do digitálneho sveta. Zväčša sú to konsenzom dosiahnuté usmernenia a odporúčania mnohých odborných spoločností. Najviac vypracované a podložené dostupnými vedeckými dôkazmi sú odporúčania v Nemecku, Francúzsku, Španielsku, USA a Kanade, ako aj Taliansku, Slovinsku a Austrálii. Práve z týchto zdrojov sme čerpali informácie a spolu s výstupmi z prehľadu dostupnej literatúry sme navrhli priložené odporúčania.

Považujeme za prioritu a nevyhnutnosť, aby boli odporúčania prijaté širokou odbornou verejnosťou, aby došlo k zhode medzi všetkými odborníkmi na detské zdravie. Len tak môžu byť tieto jednotne a súladne komunikované inštitúciám ako nositeľom zdravotných politík a verejnosti, ktorá je hlavným adresátom. Odporúčania v priloženej forme boli schválené

výbormi odborných spoločností primárnych pediatrov, detských psychiatrov, pediatrickou spoločnosťou, detskými neurológmi, odbornými spoločnosťami psychológov a logopédom. Podporu projektu ponúkli Liga za duševné zdravie i Komisár pre deti..

II. Vlastný materiál s predkladacou správou

A. Predkladacia správa

Rada vlády Slovenskej republiky pre duševné zdravie (ďalej len „rada“) predkladá prostredníctvom predsedníčky výboru pre kvalitu starostlivosti o duševné zdravie na IX. riadne zasadnutie rady informáciu o návrhu vypracovať „Odporúčania na zdravé používanie obrazkových médií u detí a adolescentov“, ktorý pripravila odborná pracovná skupina.

Cieľom predkladaného materiálu je informovať o návrhu na vypracovanie odporúčaní na primerané a zdravé používanie obrazkových médií, za účelom sprostredkovať všetkým, ktorí sú zodpovední za všestranné blaho detí a dospelých, teda nielen rodičom a opatrovateľom, ale i odbornej verejnosti ako aj inštitúciám, tvoriacim zdravotnú politiku, informácie o možných vplyvoch, ktoré majú digitálne technológie na zdravie detskej populácie.

Účelom je ochrana zdravia a podpora všestranného vývinu detí, ktorá je zodpovednosťou rodín, lekárov a zdravotníkov, masmédií, štátnych inštitúcií a nositeľov zdravotných politík, ako aj všetkých, ktorí sa podieľajú na výchove a vzdelávaní. Ich povinnosťou je starostlivosť o detí a dospelých bez ohľadu na ekonomické záujmy technologického priemyslu. Súčasné vedecké poznanie je síce v niektorých oblastiach limitované, absencia dôkazov neznamena dôkaz neexistencie negatívnych vplyvov. Naopak, vyžadované by mali byť vedecké uistenia, že používanie obrazkových médií v detstve a adolescencii je bezpečné a nemá nežiadúce dôsledky. Navyše, tieto otázky mali byť položené predtým, ako bolo technológiám umožnené v nelimitovanej miere rozšíriť sa do všetkých oblastí života dospelých aj detí. Je veľmi pravdepodobné, že v budúcich rokoch budú dôkazy o škodách neodškriepiteľné. Nie je však isté, či budú v nejakej miere reverzibilné. Z toho dôvodu je tvorba konsenzuálnych odporúčaní potrebná, ako je potrebná aj nanajvýš konzistentná komunikácia všetkých aktérov.

Uznávajúc príležitosti, ktoré digitálny svet potenciálne môže priniesť deťom a dospelým pre ich prežívanie a rozvoj, je nevyhnutné identifikovať a do maximálnej miery eliminovať riziká súvisiace s používaním obrazkových médií, ktoré zahŕňajú okrem iného násilný a sexuálny obsah, kybernetické násilie a obťažovanie, vykorisťovanie a zlé zaobchádzanie vrátane sexuálneho obťažovania a zneužívania. Tieto riziká a ako im predchádzať sa stali v posledných rokoch dôležitou témou mnohých odborných diskusií, predmetom intenzívneho výskumu a boli publikované rozsiahle analýzy a štúdie. Menej sa v odbornom ale i v inštitucionálnom a verejnom priestore venovala pozornosť účinkom technológií v prvých rokoch života, v ranom detstve, najmä vo veku 0 až 5 rokov. Pritom toto obdobie raného detstva je zásadným obdobím najväčšej plasticity mozgu.

Celý dosah na vývin detí a dospelých sa naplno prejaví až s odstupom času, mnohé účinky sa ešte len študujú a skúmajú, eventuálne sa budú skúmať v budúcnosti. Dôsledky

neprimeraného a nezdravého vystavenia detí obrazovkovým médiám sú však už dnes popísané v odbornej literatúre. Vedecké dôkazy poukazujú na to, že niektoré odchýlky vo vývine detí súvisia s nadmerným používaním obrazovkových médií a to najmä oneskorený vývin reči, oslabenie komunikačných a sociálnych zručností, poruchy pozornosti, poruchy správania a vzťahovej väzby, zaostávanie v spoločensko-emocionálnej oblasti, hyperaktivita, zaostávanie v hrubej a jemnej motorike, zníženie tvorivosti, herné zručnosti, ale aj poruchy spánku, krátkozrakosť, nadváha, nedostatok fyzickej aktivity a nevhodná nezdravá strava. Je dôležité tiež zohľadňovať, že sú vedecké dôkazy o tom, že spôsob vystavovania a používania obrazoviek v ranom detstve formujú návyky ovplyvňujúce správanie neskôr v živote.

Pre zhodnotenie vplyvov používania obrazovkových médií na deti a adolescentov je potrebný kvalitný výskum, vyžadujúci longitudinálny dizajn, dôraz na kvalitnú replikáciu dát, transparentnosť pri reportovaní, nové nástroje na meranie používania obrazovkových médií. Vedci by mali byť otvorení pri skúmaní možných benefitov a možností, ktoré môžu obrazovky priniesť do vzdelávania, pre podporu zdravia a upevnenie rodinných väzieb. Pritom musia v prvom rade skúmať všetky potenciálne riziká ich neprimeraného a nadmerného používania.

Klinickí pracovníci však majú zodpovednosť voči pacientom a ich rodinám. Na ich otázky je potrebné odpovedať vyjadrením, odporúčaním, radami. Nie je možné čakať, kým veda dôkazmi preukáže následky a riziká používania obrazovkových médií, zhodnotí ich benefity. Zdravotníci musia podporovať zdravie, a pomenovať v prvom rade riziká. Do povedomia rodín aj celej spoločnosti treba vniesť potrebu zvažovať používanie obrazoviek, potrebu rozumieť spôsobu, akým sa nové technológie snažia upútať a udržať pozornosť detí i dospelých. Treba neustále vysvetľovať čo je kriticky dôležité pre správny vývin fyzického a psychického zdravia. Musí byť komunikovaná jednoznačná správa, že zdravé a primerané používanie obrazovkových médií sa týka nielen detí, ale všetkých členov rodiny. Debata musí znieť: ako kde a prečo sú obrazovkové médiá používané v domácom prostredí všetkými členmi rodiny. Kým veda objasní ich vplyv na blaho detí) profesionálna etika káže vytvárať odporúčania, ktoré rešpektujú možné benefity rýchlo sa vyvíjajúcich technológií upozorňujú najmä na možné riziká. Mnohé odborné spoločnosti na celom svete publikovali odporúčania pre zníženie negatívnych vplyvov obrazovkových médií. Mnohé boli podrobené kritike a spochybňované zo strany niektorých vedeckých autorít, ale najmä pseudovedeckých a vedecko-populárnych článkov v médiách, určených pre laickú verejnosť, práve pre nedostatočné vedecké dôkazy. Práve tu je potrebné uviesť, aká je nesprávna premisa, že nedostatok dôkazov o rizikách znamená dôkaz o neexistencii rizika. Pritom súčasné vedecké poznanie je dostatočné na predpoklad významných rizík.

B. Vlastný materiál

Odporúčania na zdravé používanie obrazovkových médií u detí a adolescentov Slovensko 2025

Pri tvorbe odporúčaní na zdravé používanie obrazovkových médií u detí a adolescentov sme vychádzali z existujúcich odporúčaní iných krajín a to najmä aktuálnych odporúčaní v Nemecku, Francúzsku, Slovinsku, Španielsku, USA a v Taliansku. Nakoľko sa jedná o nový naďalej intenzívne skúmaný fenomén, niektoré body v jednotlivých krajinách sú odlišne podrobne rozpracované a napríklad v odporúčanom množstve času pred obrazovkovými médiami sa mierne líšia. Rozhodli sme sa prikloniť k detailne vypracovaným odporúčaniam podporeným výskumom, ktoré vznikli na základe konsenzu mnohých odborných spoločností v Nemecku. Odporúčania je vhodné aktualizovať na základe nových zistení o 3 roky, t.j. v r. 2028.

Slovenské odporúčania na zdravé používanie obrazovkových médií u detí a adolescentov vznikli ako konsenzus nasledujúcich odborných spoločností:

- **Slovenská spoločnosť primárnej pediatickej starostlivosti SLS**
- **Sekcia detskej a dorastovej psychiatrie Slovenskej psychiatrickej spoločnosti SLS**
- **Slovenská pediatrická spoločnosť SLS**
- **Slovenská komora psychológov**
- **Sekcia detskej neurológie Slovenskej neurologickej spoločnosti SLS**
- **Asociácia školskej psychológie**
- **Slovenská asociácia logopédov**
- **Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie**
- **sem pripíšeme ďalšie spoločnosti, ktoré tieto odporúčania odsúhlasia**

Tieto odporúčania podporili:

- **Úrad komisára pre deti**
- **Liga za duševné zdravie SR**
- **(sem napíšeme spoločnosti komunikujúce témy duševného zdravia, ktoré tieto odporúčania podporia)**

Vysvetlenie základných pojmov

Digitálne technológie – sú technológie, ktoré pracujú s digitálnymi údajmi a využívajú elektronické zariadenia na spracovanie, ukladanie a prenos informácií. Zahŕňajú nástroje akými sú osobné počítače a tablety, inteligentné telefóny (smartfóny), fotoaparáty, kalkulačky a digitálne hračky, systémy ako softvér a aplikácie, rozšírená a virtuálna realita a menej hmatateľné formy technológie, ako je internet.

Obrazovkové médiá – sú akékoľvek zariadenia, ktoré obsahujú obrazovku: televízor, smartfón, tablet, počítač, herná konzola, inteligentné hodinky (smarthodinky) a okuliare pre virtuálnu alebo rozšírenú (augmentovanú) realitu.

Sociálne médiá – sú digitálne/interaktívne technológie, ktoré umožňujú používateľom vytvárať, zdieľať a konzumovať obsah a informácie vrátane textu a vizuálov prostredníctvom virtuálnych sietí, mikrobloggerov, služieb, platforiem na zdieľanie videí a pod.

Sociálne siete - sú druhom sociálneho média. Sociálne siete sú webové stránky a aplikácie, ktoré umožňujú používateľom a organizáciám spájať sa, komunikovať, zdieľať informácie a vytvárať vzťahy. Umožňujú interakciu prostredníctvom príspevkov, komentárov, správ alebo živých prenosov.

Digitálna gramotnosť - je schopnosť porozumieť a používať digitálne technológie, ako je práca s počítačom, internetom, e-mailom, sociálnymi sieťami. Je základným predpokladom pre rozvoj digitálnej kompetencie.

Digitálna kompetencia - je schopnosť efektívne, kriticky a kreatívne využívať digitálne technológie na riešenie problémov, spoluprácu, tvorbu obsahu či profesionálny rozvoj. Zahŕňa oblasti ako informačná gramotnosť, komunikácia a spolupráca, tvorba digitálneho obsahu, bezpečnosť a riešenie problémov v digitálnom prostredí.

Všeobecné odporúčania (nezávislé od veku)

S otvorenou komunikáciou a rozhovormi o digitálnych technológiách je dôležité začať čo najskôr avšak s ohľadom na vývinovú úroveň dieťaťa. Čím skôr sa dieťaťu začnú vysvetľovať zásady zdravého používania médií, tým ľahšie si vytvorí správne návyky a zodpovedný prístup k technológiám.

Vytvorte si plán (stratégiu) výchovy vo vzťahu k obrazovkovým médiám, ktorú budete aplikovať od narodenia dieťaťa. V najnižšom veku prevláda skôr určovanie hraníc t. j. reštriktívna mediácia, ktorá zahŕňa nastavenie pravidiel, technické obmedzenia, filtrovanie obsahu, monitorovanie používania obrazoviek. So zvyšujúcim sa vekom dieťaťa by mala miera obmedzení postupne klesať, aby rešpektovala rodiacu sa autonómiu dieťaťa. Vaša stratégia by mala so stúpajúcim vekom dieťaťa čoraz viac obsahovať prvky aktívnej mediácie ako je vysvetľovanie, diskusia, pomoc dieťaťu so zaobchádzaním s obrazovkovými médiami.

- Nezabúdajte, že **rodičia a starší súrodenci** sú pre mladšie dieťa **vzorom** (1)(2)(3). O pravidlách zdravého používania obrazovkových médií nerozmýšľajte len vo vzťahu k dieťaťu, ale aj vo vzťahu k sebe. Žite tak, ako si prajete, aby žilo vaše dieťa.
- Nepoužívajte obrazovkové médiá pre dieťa **za odmenu, ako trest alebo na jeho upokojenie** (1)(2)(4). Vyvarujte sa používať obrazovky ako “digitálnu opatrovatelku” (t.j. deti vystaviť obrazovkám, ak ich potrebujeme na čas zabaviť, kým vykonávame iné aktivity).

- Vytvorte „**rodinný mediálny plán**“ – pravidiel používania obrazoviek v rodine, ktoré budú rešpektované a dodržiavané všetkými členmi. V závislosti od veku a vyspelosti dieťaťa priradíte dieťaťu k tvorbe pravidiel (1)(5)(6).
- Zaveďte v rodine „čas bez obrazoviek alebo off-line režim“ napr. ranné alebo nočné hodiny alebo čas na plánové spoločné aktivity (1)(5). Zaveďte priestorové zóny bez digitálnych technológií napr. WC, priestor pre spoločné stolovanie, detská izba, spálňa a pod.
- Nezapínajte žiadne obrazovky ráno pred odchodom do školy.
- Pri učení alebo práci majte obrazovkové médiá v inej miestnosti (6).
- Odložte obrazovky minimálne 1 hodinu pred spánkom (6).
- Zabezpečte dieťaťu zdravý **spánok** - na to sú potrebné spánkové návyky bez obrazoviek a izba/spálňa bez obrazoviek (1)(2)(3)(4)(5). Určite miesto, kde všetci odložia mobilné telefóny na noc. Toto pravidlo je prevenciou pred spávaním s mobilom(5).
- Nepoužívajte obrazovkové médiá **pri jedle**. Majte vypnutý televízor, nehrajte počítačové hry, nemajte pri stolovaní mobilný telefón ani tablet (1)(2)(3)(4)(5).
- Dodržujte odporúčané **vekové obmedzenia** pre počítačové hry, filmy a sociálne siete(1)(2). Zvažujte však vyspelosť vášho dieťaťa. Niektoré deti môžu byť v porovnaní s rovesníkmi, ale aj súrodencami neskôr zrelé na samostatné používanie telefónu alebo iných médií.
- **Preferujte prezenčnú výučbu** - pandémia COVID-19 ukázala, že počas dištančného vzdelávania sa deti naučili menej, trávili pred obrazovkou viac času, narúšalo to ich duševnú pohodu a prežívali viac osamelosť (1)(2).
- **Vypínajte** obrazovkové médiá, ktoré práve nepoužívate, smartfóny **odkladajte** v domácnosti na jedno miesto (2)(3).
- **Poznajte nebezpečenstvo** – rodičia, informujte sa a vzdelávajte sa o rizikách spojených s obrazovkovými médiami, poučte a vedzte svoje dieťa. Nechajte dieťa, aby vám ukázalo a vysvetlilo, čo ho zaujíma na internete(1). Pri podozrení na nadmerné alebo problematické používanie obrazovkových médií čo najskôr **vyhľadajte odbornú pomoc** (1)(2)(3).
- Odporúčania sa môžu líšiť pri dieťati s narušeným vývinom alebo zdravotným znevýhodnením. Váš lekár môže odporúčať aj iné pravidlá, prípadne obmedzenia so zohľadnením zdravotného stavu dieťaťa.
- Možné použitie médií pre terapeutické účely pre dieťa so zdravotným znevýhodnením je vhodné konzultovať s príslušným terapeutom.

Odporúčania podľa veku dieťaťa

0 - 3 roky

Dieťa potrebuje spoznávať skutočný 3-dimenzionálny svet pomocou zapájania všetkých svojich zmyslov (1)(5). Vývin rozumových schopností je úzko prepojený so zmyslovo-

pohybovou stimuláciou (7). Pre správny vývin hrubej a jemnej motoriky potrebuje dostatok pohybu a rozmanitých činností (5).

Pre zdravý vývin reči, komunikácie, vzťahu a porozumenia mimiky tváre uprednostnite v tomto veku komunikáciu „z očí do očí“, komentovanie vecí a činností, ktoré sa dejú s dieťaťom a okolo neho, čítanie, rozprávanie príbehov a spoločné hranie sa (3)(4)(5)(8).

- **Odporúčame zotrvať bez akéhokoľvek (aktívneho aj pasívneho) používania obrazoviek (1).** Výnimkou sú krátke video rozhovory s najbližšími príbuznými (1)(2)(3).
- Odporúčame, aby dieťa čo najmenej pozorovalo iných tráviť čas pred obrazovkou. Odporúčame obmedziť na minimum používanie obrazovkových médií dospelými v prítomnosti detí (1)(3)(6)(9)(10).
- Nenechávajte zapnuté obrazovky (televízor, tablet, počítač a pod.), ak ich práve nepozeráte, obraz a zvuk v pozadí vaše dieťa vyrušuje a rozptyľuje (2)(3).

3 - 6 rokov

Dieťa potrebuje spoznať svoje silné stránky (5). Vďaka možnosti používať predstavivosť, napríklad cez hru s hračkami, vie lepšie vyjadrovať svoje potreby a rozvíja svoje myslenie. Dieťa potrebuje byť aktívne, tvoriť, rozvíjať grafomotoriku, mať možnosť klásť otázky a učiť sa spolupráci (7). Dieťa v tomto veku najviac získava zo zážitkov a skúseností v skutočnom svete s reálnymi ľuďmi (1).

- **Odporúčame pred obrazovkovými médiami tráviť maximálne 30 minút v jednom dni a nie každý deň.**
- **Nenechávajte dieťa pred obrazovkou samé (1),** buďte jeho sprievodcom, komentujte a rozprávajte sa o tom, čo sa na obrazovke deje.
- Vyberajte pokojné, veku primerané obsahy bez násilia, nenechávajte dieťaťu ovládač od média (1)(2)(3)(4)(5).
- Odporúčame vyhnúť sa videohram a hram na herných konzolách.
- Dieťa pred obrazovkou stráca pojem o čase. Nastavte si časovač, alarm, alebo limit, kedy je vhodné médium vypnúť (1).

6 - 9 rokov

Dieťa sa potrebuje naučiť pravidlá sociálnej hry a ďalej rozvíjať svoje komunikačné zručnosti a motorické schopnosti (5). Formuje sa vlastná identita. Sebaregulácia a kontrola správania sa zlepšuje, ale nie je stále dostatočne zrelá (7). V tomto období sa dieťa začína zoznamovať s prácou s obrazovkami v rámci plnenia si školských povinností.

- **Mimo školských povinností by dieťa nemalo tráviť pred obrazovkou viac ako 30-45 minút denne a nie každý deň, aby sa vyhlo návyku (1).**
- Obrazkové médiá by mali byť v spoločných priestoroch, nikdy nie v detskej izbe (1)(5)(6)(9).

- Rodič by mal mať prehľad o sledovanom obsahu, dodržiavať vekovú vhodnosť programu, sledovať a korigovať dodržiavanie dohodnutého času, ktoré dieťa trávi pred obrazovkovým médiom (1)(2)(3)(4).
- Dieťa do 9 rokov by nemalo mať prístup na internet (1)(6). Nemalo by mať vlastné smart obrazovky, tablety.
- Dieťa do 9 rokov by nemalo mať vlastnú hernú konzolu. Dieťa s vlastnou konzolou je ťažšie regulovať, trávi hraním v priemere dvakrát viac času ako dieťa bez vlastnej konzoly (1).

9 - 12 rokov

Dieťa v tomto veku potrebuje skúmať komplexnosť skutočného sveta (5). Dieťa sa učí učiť sa a pracovať s informáciami. Myslenie je konkrétne, preto zložitejšie situácie nevie vyhodnotiť z rôznych pohľadov (7). Zintenzívňte prípravu na samostatné používanie obrazkových médií.

- **Mimo školských povinností by dieťa nemalo tráviť pred obrazovkou viac ako 45 - 60 minút a nie každý deň, aby sa vyhlo návyku (1).**
- Je vhodné kontrolovať dodržiavanie obsahu vhodného pre daný vek a dodržiavanie dohodnutého času (1)(2)(4)(6).
- Počítače, tablety a digitálne hračky by nemali byť umiestnené v detskej izbe (6)(9).
- Neodporúčame dať dieťaťu hernú konzolu skôr ako od 9 rokov. Konzolu odkladajte do uzamykateľnej skrinky, mimo zraku dieťaťa, aby ste sa vyhli častejšiemu odmietaniu a prípadným konfliktom – zíde z očí- zíde z mysle (1).
- **Dieťa by nemalo dostať vlastný smartfón skôr ako v 9. roku života, najlepšie až po 12. roku života(1).** Skôr ako dieťaťu dáte mobil, dohodnite si spolu pravidlá jeho používania (1). Uistujte sa, že vaše dieťa dodržiava dohodnuté pravidlá (1)(3). Odporúčame obmedzenie v prístupe na internet (6).
- Dieťa vo veku 9-12 rokov by malo mať prístup na internet len pod dohľadom rodiča(1)(5). Učte ho ako sa chrániť a ako sa správať a komunikovať na internete (2)(5).

12 - 16 rokov

Dieťa v tomto veku potrebuje menej pomoci od svojich rodičov, začína sa správať nezávisle. Pre toto obdobie je typické experimentovanie s novými vecami. Rozvíja sa kritické myslenie, ale limitom môže byť nedostatok praktických skúseností, digitálnej gramotnosti a digitálnej kompetencie (7). Naďalej vás potrebuje, zostaňte pre neho dostupnými (5).

- **Mimo školských povinností by adolescent nemal tráviť pred obrazovkou viac ako 1 - 2 hodiny denne a nie po 21:00 (1).**
- Rodič by mal mať naďalej znalosť o tom, akým aktivitám a programom sa dieťa venuje na obrazovkových médiách (1).
- Adolescent môže používať internet samostatne, ale rodič rozhoduje na ako dlho (1)(5)(6). V prípade potreby je možné prechodne použiť nástroje rodičovskej kontroly

pre určenie limitov a monitorovanie prístupu k obsahu a doby strávenej na internete (6).

- Skôr ako pustíte dieťa samé na internet, tak sa s ním porozprávajte o súkromí, sociálnych sieťach, násilí, hazardných hrách a pornografii (1)(5). Poskytnite dieťaťu sexuálnu výchovu skôr ako ju získa z internetu (1).
- Odporúčame pravidelne viesť dospievajúceho k tomu, aby sa sám zamyslel nad časom, obsahom a vlastným používaním obrazoviek v kontexte s jeho životnými cieľmi. Povzbudzujte ho, aby sám pozoroval, čo robí množstvo času pred obrazovkovými médiami a sledovaný obsah s jeho koncentráciou, sociálnym správaním, kondíciou, jeho osobnosťou a školskými výsledkami (1).
- V prípade nadmerného používania obrazovkových médií odporúčame vyhľadať odbornú pomoc (1).

16 - 18 rokov

Adolescent v tomto veku máva silnú potrebu vlastného priestoru a vlastnej identity, preto môže byť často k radám dospelých odmietavý. V skutočnosti bývajú jeho pocity často veľmi premenlivé a striedajú sa úzkosť a túžba, potreba vlastného priestoru a pozornosti rodiča (11).

- Pravidlá stanovte v závislosti od vyzretosti vášho dieťaťa. Skúsenosti ukazujú, že mnohí adolescenti vo veku 16 – 18 rokov majú ešte veľký problém so sebakontrolou a reguláciou času a aktivít pred obrazovkami v zdravej miere. Orientačná doba môžu byť 2 hodiny denne (1).
- V prípade nadmerného používania obrazovkových médií odporúčame vyhľadať odbornú pomoc (1).

Použitá literatúra:

1. **Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. DGKJ.** (2022). *SK2-Leitlinie: Leitlinie zur Prävention dysregulierten Bildschirmmediengebrauchs in der Kindheit und Jugend* (1. Auflage). AWMF-Register Nr. 027-075. <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/027-075>
2. **Sekcia za primarno pediatrijo Združenja za pediatrijo Slovenskega zdravniškega društva.** (2022). *Smernice za uporabo zaslonov pri dečoh a mladostnikoh*. Nacionalni Inštitut za verejné zdravie. <https://nijz.si/zivljenjski-slog/nekemicne-zasvojenosti/zaslone/>
3. **AAP Council on Communications and Media.** (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
4. **Bozzola, E., Spina, G., Ruggiero, M., Memo, L., Agostiniani, R., Bozzola, M., Corsello, G., & Villani, A.** (2018). Media devices in pre-school children: The recommendations of the Italian pediatric society. *Italian Journal of Pediatrics*, 44(1), 69. <https://doi.org/10.1186/s13052-018-0508-7>
5. **Tisseron, S., et al.** (n.d.). *Les balises 3-6-9-12+*. 3-6-9-12. <https://www.3-6-9-12.org/les-balises-3-6-9-12/>

6. **Asociación Española de Pediatría.** (2025). *AEP Digital Family Plan: The AEP recommendations on the use of screens in childhood and adolescence.* <https://plandigitalfamiliar.aeped.es/>
7. **Thorová, K.** (2015). *Vývojová psychologie. Proměny lidské psychiky od početí po smrt.* Portál.
8. **Hornáková, K., Kapalková, S., & Mikulajová, M.** (2005). *Kniha o detskej reči.* Vydavateľstvo Slniečko.
9. **Gobierno de España. Ministerio De Juventud E Infancia.** (2024). *Informe del comité de personas expertas para el desarrollo de un entorno digital seguro para la juventud y la infancia.* Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones. https://www.juventudeinfancia.gob.es/sites/default/files/infancia/comite_expertos/Informe%20Comit%C3%A9.pdf
10. **Brushe, M. E., Haag, D. G., Melhuish, E. C., Reilly, S., & Gregory, T.** (2024). Screen time and parent-child talk when children are aged 12 to 36 months. *JAMA Pediatrics*, 178(4), 369–375. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2023.6790>
11. **NHS.** (n.d.). *Developmental and emotional milestones 0-18 years.* <https://inourplace.co.uk/developmental-and-emotional-milestones-0-18y-leaflet/>

Autori:

MUDr. Beata Kartousová

MUDr. Zuzana Matzová, PhD.

MUDr. Marcela Šoltýsová, PhD.

Mgr. Margaréta Hapčová, PhD.

Doc. MUDr. Jana Trebatická, PhD.

MUDr. Branislav Chrenka, MHA

III. Návrh uznesenia



RADA VLÁDY
SLOVENSKEJ REPUBLIKY
PRE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

NÁVRH

UZNESENIA RADY VLÁDY SLOVENSKEJ REPUBLIKY O DUŠEVNÉ ZDRAVIE

č. XX

z 24. júna 2025

k Odporúčaniam na zdravé používanie obrazkových médií u detí a adolescentov“

Číslo materiálu:

Predkladateľ: predsedníčka výboru pre kvalitu starostlivosti o duševné zdravie

Rada

A. berie na vedomie

- A. 1. Informáciu o návrhu k Odporúčaniam na zdravé používanie obrazkových médií u detí a adolescentov

B. ukladá

Ministerstvu zdravotníctva Slovenskej republiky

- B. 1. zabezpečiť vypracovanie osvetových materiálov k Odporúčaniam na zdravé používanie obrazkových médií u detí a adolescentov
- B. 2. Zabezpečiť distribúciu osvetových materiálov k Odporúčaniam na zdravé používanie obrazkových médií u detí a adolescentov



MATERIÁL
NA ZASADNUTIE RADY
č. S21049-2025-S-RVDZ-008

Názov	Návrh na prerokovanie a schválenie uznesenia k vypracovaniu metodického usmernenia k rizikám využívania umelej inteligencie deťmi a mladistvými v oblasti duševného zdravia a potreba regulácie umelej inteligencie v tejto oblasti v podmienkach Slovenskej republiky
Predkladateľ	JUDr. Ján Gabura PhD. predseda Výboru pre primárnu prevenciu
Schválil	Kamil Šaško, MSc. predseda rady
Dátum predloženia	18. júna 2025
Dátum prerokovania	24. júna 2025
Na rokovanie sa odporúča prizvať	-

I. Odôvodnenie predloženia materiálu

Výbor pre primárnu prevenciu Rady vlády SR pre duševné zdravie (ďalej len „VPP“) dňa 28. mája 2025 prerokoval a schválil uznesenie, v ktorom VPP žiada RVDZ, aby informovala vládu Slovenskej republiky o rizikách využívania umelej inteligencie deťmi a mládežou na podporu duševného zdravia a potrebu regulácie umelej inteligencie v tejto oblasti v podmienkach Slovenskej republiky (ďalej len „SR“), ktorým odporúča Rade vlády SR pre duševné zdravie (ďalej len „RVDZ“) prijať uznesenie, na základe ktorého multirezortná skupina ustanovená RVDZ v spolupráci s odborníkmi na duševné zdravie a umelú inteligenciu (AI) vypracuje metodické princípy pre reguláciu rizík využívania umelej inteligencie deťmi a mládežou v oblasti duševného zdravia v podmienkach Slovenskej republiky, a tak prispeje k humanizácii poskytovania zdravotnej starostlivosti, zvýšenej efektívite a zníženiu nákladov na odstraňovanie negatív, ktoré vzniknú neregulovaným používaním AI deťmi a mladistvými na účely podpory duševného zdravia.

II. Vlastný materiál s predkladacou správou

A. Predkladacia správa

RVDZ predkladá prostredníctvom predsedu Výboru pre primárnu prevenciu pri Rade vlády Slovenskej republiky pre duševné zdravie na IX. riadne zasadnutie RVDZ návrh materiálu na prerokovanie a schválenie v podobe uznesenia k výkonu činnosti v oblasti rizík používania umelej inteligencie deťmi a mladistvými na podporu duševného zdravia a potreba regulácie umelej inteligencie v tejto oblasti v podmienkach SR za účelom odporúčania RVDZ prijať uznesenie, na základe ktorého multirezortná skupina ustanovená Radou vlády pre duševné zdravie SR zložená z odborníkmi na duševné zdravie a AI vypracuje metodické princípy pre reguláciu rizík využívania umelej inteligencie na použitie pre deti a mladistvých v oblasti používania AI na podporu duševného zdravia v podmienkach SR, a tak prispeje k humanizácii poskytovania zdravotnej starostlivosti, zvýšenej efektívnosti a zníženiu nákladov na odstraňovanie negatív, ktoré vzniknú neregulovaným používaním AI deťmi a mladistvými na účely podpory duševného zdravia.

B. Vlastný materiál

Úvod / stručná charakteristika stavu

Súčasná slovenská spoločnosť čelí značnej kríze duševného zdravia, obzvlášť u detí a mladistvých, ktorá sa prejavuje skokovým nárastom depresí, úzkostnej symptomatiky a rôznych duševných porúch. Kríza v duševnom zdraví populácie vytvára enormný tlak na hľadanie dostupných, cenovo a časovo prijateľných riešení, čo vedie k nekritickému záujmu o využívanie nástrojov umelej inteligencie (ďalej len „AI“).

Tendencia k antropomorfizácii AI a tvorbe parasociálnych vzťahov

Malé deti, vo veku 3 až 6 rokov, bez problémov uveria, že hlasoví asistenti ako „Alexa“ alebo „Siri“ majú vlastné myšlienky, pocity a teda, že existujú a majú ľudské vlastnosti. Antropomorfizáciu dieťa automaticky prenáša aj na AI chatboty, pričom deti a mládež veria, že roboti majú „morálne postavenie a duševný život“. Táto viera vedie k tomu, že si dieťa vytvorí nezdravé väzby, teda „parasociálne vzťahy“ s chatbotmi. AI spoločníci sú často naprogramovaní tak, aby simulovali emocionálne blízke priateľstvá, zo všetkých interakcií si zapamätajú všetky podstatné osobné detaily, pomocou čoho si prispôbia svoju „osobnosť“, aby udržali čo najdlhšie pozornosť a interakciu dieťaťa s AI. Toto „správanie“ vytvára ilúziu intimity a tak buduje nezdravé vzťahy, tzv. „syntetickú intimitu“. Tieto „parasociálne vzťahy“ sú jednostranné a zamerané na potreby používateľa, čo vedie k zmenám správania aj v sociálnej oblasti, kedy deti strácajú potrebu a schopnosť si budovať zdravé medziľudské vzťahy. Takáto zmena správania sa postupne rozvíja do narušenej sociálnej kompetencie a má konsekvencie a dopad na správanie v dospelosti.

Vlastné obmedzenia umelej inteligencie v aplikačnej praxi duševného zdravia

Hoci AI dokáže spracovať obrovské množstvo dát a simulovať ľudské reakcie, má zásadné obmedzenia, ktoré bránia v poskytovaní skutočnej a efektívnej pomoci v oblasti duševného zdravia.

Hlavné obmedzenia AI v aplikačnej praxi:

- neschopnosť replikovať ľudskú empatiu a neschopnosť porozumieť rôznorodosti ľudského správania,
- obmedzená schopnosť prispôbiť sa komplexnému a nepredvídateľnému ľudskému správaniu,
- riziko nesprávnej interpretácie ľudského správania a vytváranie nevhodných reakcií s dopadom na stav duševného zdravia,
- neschopnosť rozpoznávať neverbálne signály človeka a riešiť krízové situácie u človeka v ohrození (napr. suicídne tendencie)
- AI nedokáže prinášať skutočnú kongruenciu - čiže schopnosť vo vzťahu prinášať seba samu.
- replikácia negatívnych trendov z dátových zdrojov

Psychologické a sociálne dopady vytvárania parasociálnych vzťahov s AI

Vytváranie parasociálnych vzťahov s AI a používanie AI pri riešení problémov v oblasti duševného zdravia, obzvlášť počas detstva a dospievania prinášajú so sebou značné psychologické a sociálne riziká, ktoré môžu mať negatívne dopady ako:

- emocionálna závislosť na AI a celkové narušenie medziľudských vzťahov
- samovražedné tendencie u detí a mladistvých
- úbytok a obmedzenie budovania sociálnych zručností a strata odolnosti

- skreslené vyhodnocovanie informácií v dôsledku kognitívnych biasov AI (skreslení), získaných a naučených interakciou s AI

Ľudská starostlivosť je nenahraditeľná

AI nemôže a nedokáže nahradiť starostlivosť o duševné zdravie pod odborným vedením človeka. Fyziologicky a vývojovo podmienená zraniteľnosť detí a mladistvých ich robí ľahko náchylnými na antropomorfizáciu a parasociálne vzťahy. V procese psychoterapie alebo poradenstva len človek, odborník dokáže používať také schopnosti ako skutočnú empatiu či intuíciu. AI nedokáže zachytiť neverbálnu komunikáciu, prispôbiť svoj prístup v reálnom čase a pochopiť komplexnosť životných skúseností. Najdôležitejším faktom je, že človek, odborník na duševné zdravie buduje bezpečné vzťahy a prostredie založené na dôvere, vytvárajúce emocionálne spojenie, ktoré „nemôže byť replikované kódom“.

Používanie AI ako nástroja pomoci v oblasti duševného zdravia má okrem psychologických aj ekonomické, právne a sociálne dopady v podobe problémov v oblasti ochrany a úniku a použitia osobných údajov používateľov, ktoré sú následne zneužívané na marketingové účely a algoritmické profilovanie. To sa následne premieňa do „algoritmickej zaujatosti“, ktorá dokáže prehliadnuť problémy v oblasti duševného zdravia.

Používatelia AI, najmä deti nedostatočne rozumejú právnym podmienkam, o tom ako budú ich osobné údaje a informácie o používaní AI analyzované a predané tretím stranám. Avšak používaním AI s tým nevedomo súhlasia. Takéto dôležité osobné údaje môžu byť zneužívané napríklad na „AI grooming“, to znamená, že AI je využívaná ako nástroj na uľahčenie, zefektívnenie a zrýchlenie manipulatívneho procesu budovania dôverného vzťahu s obeťou s cieľom sexuálneho zneužitia, vydierania alebo inej formy manipulácie.

Vzhľadom na vyššie uvedené informácie si Výbor pre primárnu prevenciu dovoľuje konštatovať, že absencia regulácie používania AI v oblasti riešenia problémov duševného zdravia detí a mladistvých bude, ako z krátkodobého, ako aj dlhodobého hľadiska, mať značné psychologické škody s ekonomickými dopadmi v podobe väčších nárokov na profesionálnu ambulantnú aj stacionárnu starostlivosť o väčšie množstvo pacientov na jednej strane, ako aj zníženú ekonomickú aktivitu v budúcnosti, na strane druhej.

Odporúčania

Na zmiernenie rizík spojených s používaním AI u detí a mladistvých by si Výbor pre primárnu prevenciu dovoľil navrhnúť nasledovné opatrenia:

- implementovať cieľnú reguláciu AI, vývoja AI, etického designu a používania AI,
- zaviesť princípy „child – centered by design“, teda prístup k navrhovaniu produktov, služieb, prostredí a dokonca aj vzdelávacích systémov, ktorý kladie potreby, práva a najlepší záujem dieťaťa do centra celého procesu,
- investovať do pracovnej sily v oblasti poskytovania duševného zdravia,
- kategorizovať AI pre deti a mladistvých ako vysokorizikovú,
- zabezpečiť digitálnu gramotnosť detí a dospelých v oblasti AI, ako aj prístup k relevantným informáciám o AI
- zaviesť digitálnu gramotnosť a kritické myslenie do školských osnov
- financovanie výskumu a multidisciplinárnej spolupráce s cieľom vytvárania právnych a etických rámcov

v prípade zavádzania používania AI ako nástroj psychoterapie a poradenstva v oblasti duševného zdravia (napr. v rámci zdravotnej starostlivosti) vytvoriť medzirezortné skupiny na posúdenie týchto nástrojov.

Výstup – vypracovanie metodických princípov pre reguláciu rizík využívania umelej inteligencie deťmi a mladistvými v oblasti duševného zdravia v podmienkach Slovenskej republiky.

III. Návrh uznesenia



RADA VLÁDY
SLOVENSKEJ REPUBLIKY
PRE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

NÁVRH

UZNESENIA RADY VLÁDY SLOVENSKEJ REPUBLIKY PRE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

Č.

z 24. júna 2025

**k rizikám využívania umelej inteligencie deťmi a mladistvými
v oblasti duševného zdravia v podmienkach Slovenskej republiky.**

Číslo

materiálu:

Predkladateľ: JUDr. Ján Gabura , PhD., predseda Výboru pre primárnu prevenciu

Rada

A. informuje

A. 1. vládu Slovenskej republiky o rizikách využívania umelej inteligencie deťmi a mládežou v oblasti duševného zdravia a potrebu regulácie umelej inteligencie v tejto oblasti v podmienkach Slovenskej republiky prostredníctvom odborného stanoviska Výboru pre primárnu prevenciu Rady vlády SR pre duševné zdravie

B. zriadi

B.1. multirezortnú pracovnú skupinu zloženú z odborníkov na duševné zdravie a odborníkov na umelú inteligenciu (AI)

C. poverí

C.1. pracovnú skupinu vypracovaním metodických princípov pre reguláciu rizík používania umelej inteligencie (AI) deťmi a mladistvými na podporu duševného zdravia v podmienkach Slovenskej republiky

Vykoná: A.1.Rada vlády SR pre duševné zdravie
B.1. Rada vlády SR pre duševné zdravie
C.1 Rada vlády SR pre duševné zdravie



**MATERIÁL
NA ZASADNUTIE RADY**

č. S21049-2025-S-RVDZ-009

Názov	Návrh na prerokovanie a schválenie uznesenia k zrušeniu návrhu na vytvorenie Národného centra duševného zdravia ako kľúčového nástroja na realizáciu strategických aktivít v oblasti duševného zdravia v SR
Predkladateľ	Kamil Šaško, MSc. predseda rady
Schválil	Kamil Šaško, MSc. predseda rady
Dátum predloženia	18. júna 2025
Dátum prerokovania	24. júna 2025
Na rokovanie sa odporúča prizvať	-

I. Odôvodnenie predloženia materiálu

Návrh na vytvorenie Národného centra duševného zdravia bol v súlade s Programovým vyhlásením vlády Slovenskej republiky na obdobie rokov 2021 – 2024, v ktorom sa uvádzalo, že vláda SR:

- prijme záväzok vytvorenia národnej excelentnej inštitúcie na výskum a liečbu duševných porúch,
- sa zameria na reformu starostlivosti o duševné zdravie,
- bude preto klásť špeciálny dôraz na zvyšovanie dostupnosti prevencie, zdravotnej starostlivosti, starostlivosti o duševné zdravie, dlhodobej starostlivosti pre zdravotne ťažko postihnuté osoby, marginalizované komunity, dôchodcov a ostatné ohrozené skupiny.

Potreba zriadiť excelentnú inštitúciu pre udržateľnosť systémovej starostlivosti o duševné zdravie je naďalej veľmi aktuálna.

Zriadenie takejto inštitúcie si vyžaduje značné finančné, personálne prostriedky, podrobné strategické a koncepčné riešenie.

Preto navrhujeme predložiť na ďalšie zasadnutie Rady vlády SR pre duševné zdravie návrh spôsobu na realizáciu strategických aktivít v oblasti duševného zdravia v SR.

II. Vlastný materiál s predkladacou správou

A. Predkladacia správa

Rady vlády SR pre duševné zdravie predkladá prostredníctvom predsedu na IX. riadne zasadnutie návrh materiálu na prerokovanie a schválenie v podobe uznesenia za účelom odporúčania Rady vlády SR pre duševné zdravie prijať uznesenie, na základe ktorého Rada vlády SR pre duševné zdravie zrušuje návrh na vytvorenie Národného centra duševného zdravia a povinnosť MZ SR vytvoriť pracovnú skupinu pre zriadenie Národného centra duševného zdravia a ukladá členom Rady vlády SR pre duševné zdravie predložiť na ďalšie zasadnutie návrh spôsobu na realizáciu strategických aktivít v oblasti duševného zdravia v SR.

B. Vlastný materiál

Hlavnými dôvodmi pre zrušenie Uznesenia č.S20775-2021-S-RVDZ-009 schváleného na II. zasadnutí Rady vlády SR pre duševné zdravie dňa 28.9.2021 sú:

- neaktuálnosť Programového vyhlásenia vlády SR a s ním súvisiaceho záväzku na vytvorenie národnej excelentnej inštitúcie na výskum a liečbu duševných porúch, vzhľadom na predčasné voľby v roku 2023 a zmenu vlády,
- formulácia úlohy bola jedným z dôvodov pretrvávajúcich diskusií, vyúsťujúcich iba k čiastkovému naplneniu jej zámeru (napríklad riešiť iba národný register duševných porúch),
- nedostatočné personálne kapacity na MZ SR, ktoré by sa v plnej miere venovali danej úlohe, (úloha si vyžaduje medzirezortné, multidisciplinárne odborné zastrešenie, politickú a finančnú podporu).

III. Návrh uznesenia



RADA VLÁDY
SLOVENSKEJ REPUBLIKY
PRE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

NÁVRH

UZNESENIE RADY VLÁDY SLOVENSKEJ REPUBLIKY PRE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

č. XX

z 24. júna 2025

**k zrušeniu návrhu na vytvorenie Národného centra duševného zdravia ako
kľúčového nástroja na realizáciu strategických aktivít v oblasti duševného
zdravia v SR**

Číslo materiálu:

Predkladateľ: Predseda Rady vlády SR pre duševné zdravie

Rada

A. zrušuje

- A. 1. návrh na vytvorenie Národného centra duševného zdravia
- A. 2. MZ SR povinnosť vytvoriť pracovnú skupinu pre zriadenie Národného centra duševného zdravia do 31. decembra 2021

B. ukladá

členom Rady vlády SR pre duševné zdravie

- B. 1. predložiť na ďalšie zasadnutie RVDZ návrh spôsobu na realizáciu strategických aktivít v oblasti duševného zdravia v SR



MATERIÁL
NA ZASADNUTIE RADY
č. S21049-2025-S-RVDZ-010

Názov	Návrh na prerokovanie a schválenie uznesenia k zriadeniu medzirezortnej pracovnej skupiny na úrovni ministrov za účelom koordinovaného návrhu systémových opatrení na zlepšenie starostlivosti o duševné zdravie detí a mládeže
Predkladateľ	Kamil Šaško, MSc. predseda rady
Schválil	Kamil Šaško, MSc. predseda rady
Dátum predloženia	24. júna 2025
Dátum prerokovania	24. júna 2025
Na rokovanie sa odporúča prizvať	-

I. Odôvodnenie predloženia materiálu

Návrh na zriadenie medzirezortnej pracovnej skupiny na úrovni ministrov školstva, výskumu, vývoja a mládeže, práce, sociálnych vecí a rodiny, vnútra a spravodlivosti vznikol za účelom koordinovaného riešenia systémových opatrení na zlepšenie starostlivosti o duševné zdravie detí a mládeže, identifikácie legislatívnych a organizačných prekážok, vypracovanie konkrétnych opatrení na podporu dostupnosti a kvality služieb v oblasti duševného zdravia detí, ktorá si vyžaduje podporu vlády Slovenskej republiky.

Reforma v oblasti duševného zdravia predstavuje strategické a koncepčné riešenia na najvyššej úrovni. Pracovná skupina bude mať preto medzirezortný charakter, multidisciplinárne zastúpenie a bude spolupracovať najmä s Komisárom pre deti.

Hlavným cieľom je vypracovať komplexné medzirezortné riešenia a plány na zlepšenie situácie všetkých detí na Slovensku, osobitne ich duševného zdravia.

II. Vlastný materiál s predkladacou správou

A. Predkladacia správa

Rada vlády SR pre duševné zdravie predkladá prostredníctvom predsedu na IX. riadne zasadnutie návrh na zriadenie medzirezortnej pracovnej skupiny na úrovni ministrov za účelom koordinovaného návrhu systémových opatrení na zlepšenie starostlivosti o duševné zdravie detí a mládeže, identifikácie legislatívnych a organizačných prekážok, návrhu konkrétnych opatrení na podporu dostupnosti a kvality služieb v oblasti duševného zdravia detí.

B. Vlastný materiál

Medzirezortná spolupráca v oblasti duševného zdravia je mimoriadne dôležitá z viacerých dôvodov. Duševné zdravie neovplyvňuje len zdravotnícky sektor, ale aj vzdelávanie, sociálne služby, zamestnanosť, spravodlivosť, bývanie či vnútorné záležitosti.

Hlavné dôvody zriadenia pracovnej skupiny na úrovni ministrov sú:

1. Komplexnosť problémov duševného zdravia

Duševné poruchy často súvisia s faktormi ako chudoba, nezamestnanosť, trauma, domáce násilie či školské neúspechy.

2. Zvýšenie dostupnosti služieb

Koordinácia medzi rezortmi zabezpečí, že človek dostane včasnú a adresnú pomoc v momente, keď je akútne potrebuje.

3. Prevencia namiesto liečby

Prevenciou sa identifikujú predpoklady, podmienky a príčiny javov, ktorým sa dá predchádzať a hľadajú sa spôsoby ako im predchádzať (napr. inklúzia, depistáž).

4. Efektívne využívanie zdrojov

Spolupráca predchádza duplicite služieb, podporuje vzájomnú informovanosť a koordináciu pomoci, čo šetrí čas aj verejné financie. Integrované politiky môžu viesť k spoločným programom financovania prevencie a podpory duševného zdravia.

5. Podpora deinštitucionalizácie

Podpora zariadení komunitného typu, starostlivosť o duševné zdravie ľudí v prirodzenom prostredí za podpory rodiny a blízkych si vyžaduje interdisciplinárnu spoluprácu zdravotníctva, školstva, sociálnych vecí, miestnej samosprávy a ďalších subjektov.

6. Znižovanie stigmy

Koordinované kampane a programy naprieč rezortmi môžu účinne znižovať stigmatizáciu ľudí s duševnými problémami.

III. Návrh uznesenia



RADA VLÁDY
SLOVENSKEJ REPUBLIKY
PRE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

NÁVRH

UZNESENIE RADY VLÁDY SLOVENSKEJ REPUBLIKY PRE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

č. XX

z 24. júna 2025

**k zriadeniu medzirezortnej pracovnej skupiny na úrovni ministrov
za účelom koordinovaného návrhu systémových opatrení na zlepšenie
starostlivosti o duševné zdravie detí a mládeže.**

Číslo materiálu:

Predkladateľ: Predseda Rady vlády SR pre duševné zdravie

Rada vlády Slovenskej republiky pre duševné zdravie

A. berie na vedomie

A.1 Správu Komiséra pre deti o stave duševného zdravia detí a mládeže v Slovenskej republike, ktorá poukazuje na alarmujúci stav v oblasti duševného zdravia detí a mládeže, nárast výskytu psychických porúch, samovražedných tendencií, ako aj nedostatočnú dostupnosť včasnej intervencie a špecializovaných služieb a starostlivosti a riešenie tejto problematiky si vyžaduje systémový, koordinovaný a medzirezortný prístup.

B. ukladá

ministromi zdravotníctva Slovenskej republiky

B.1. v spolupráci s Úradom komisára pre deti **zriaadiť medzirezortnú pracovnú skupinu na úrovni ministrov**

- školstva, výskumu, vývoja a mládeže
- práce, sociálnych vecí a rodiny
- vnútra
- spravodlivosti

Za účelom koordinovaného návrhu systémových opatrení na zlepšenie starostlivosti o duševné zdravie detí a mládeže, identifikácie legislatívnych a organizačných prekážok, návrhu konkrétnych opatrení na podporu dostupnosti a kvality služieb v oblasti duševného zdravia detí.

do 30. septembra 2025

ministromi zdravotníctva SR

ministromi školstva, výskumu, vývoja a mládeže

ministromi práce sociálnych vecí a rodiny

ministri vnútra SR
ministri spravodlivosti

B.2 v rámci pracovnej skupiny vypracovať *Koncepciu rozvoja a podpory starostlivosti o duševné zdravie detí a mládeže na Slovensku* nadväzujúcu na Stratégiu Slovenskej republiky pre mládež na roky 2021 – 2028 a Národný program duševného zdravia a Akčný plán k Národnému programu duševného zdravia na roky 2024 - 2030

do 31. marca 2026

Vykoná: minister zdravotníctva SR
minister školstva, výskumu, vývoja a mládeže
minister práce sociálnych vecí a rodiny
minister vnútra SR
minister spravodlivosti