



NÁRODNÍ ÚSTAV DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ



PŘÍRUČKA PRO ŠKOLY V DOBĚ KATASTROFICKÉ UDÁLOSTI

Praha, březen 2022

PŘÍRUČKA PRO ŠKOLY V DOBĚ KATASTROFICKÉ UDÁLOSTI

OBSAH

1) Úvod.....	1
2) Proč a jak komunikovat s dětmi aktuální dění.....	2
3) Možná narůstající agresivita ve třídách.....	8
4) Krizové kontakty.....	11
5) Užitečné materiály	12
6) Relevantní zdroje informací k událostem na Ukrajině	12
7) Zdroje k textu.....	13

1) ÚVOD

Aktuální dění na Ukrajině se nějakým způsobem dotýká nás všech, dospělých i dětí. Stejně jako dospělí i děti potřebují informace. Shánějí je na sociálních sítích, z rozhovorů dospělých a doma u televize. Jako učitelé však máme zodpovědnost být pro ně vzorem, jak s informacemi zacházet a jak k nim zaujímat postoje.

Je třeba počítat s názorovými nebo fyzickými konflikty – mezi žáky i mezi učiteli. Žáci tráví ve škole podstatnou část svého dětství či dospívání. Škola je formuje nejen v oblasti vzdělávání, ale také na poli vztahů a vnímavosti vůči situaci druhého. Jsme to my, kdo žákům stojíme příkladem a kdo kultivuje nejen jejich vědění ale i osobnost samotnou.

Proto je dobré společně s žáky o situaci na Ukrajině mluvit. Abychom mohli tuto situaci zvládnout, je nezbytné při práci ve třídě představit společnou výchozí zásadu: Jsme pro mír a vzájemný respekt, tedy i mír a vzájemný respekt mezi námi. To znamená, že si budeme navzájem naslouchat, i když jsou naše názory různé. Nikdo nemá v tuto chvíli řešení.

Počítejme s odhodláním dětí i učitelů pomáhat, stejně tak jako s projevy psychické nepohody. Není potřeba mít odborné znalosti psychologa. První psychická pomoc je stejně jako ostatní první pomoc věcí občanskou. Spočívá ve vnímavosti vůči bezpečí, důstojnosti a právům druhého a na praktických postupech vyplývajících ze situace – od podání vody přes dodání informací k propojení s blízkými

a případně odbornou pomocí. Zdrojem bezpečí je naše vlastní věcné a otevřené jednání.

Tato příručka vznikla ve spolupráci Národního ústavu pro duševní zdraví a Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy jako zdroj relevantních informací pro Vás, pracovníky základních a středních škol. Nabízí aktivity, které s žáky můžete ve třídě podnikat, a materiály, které Vám napomohou otevírat citlivá témata ve školním kolektivu. Dále přináší souhrn tipů, jak komunikovat

taková témata směrem k dětem, jak jim pomoci s obavami, se strachem nebo smutkem. Nastíníme i možnosti, jak zvládat nevráživost směrem k ukrajinským, ruským a běloruským žákům, a v případě potřeby uvádíme i seznam krizových kontaktů psychické podpory.

Věříme, že Vám tato příručka pomůže v péči o duševní zdraví Vás i Vašich žáků.

2) PROČ A JAK KOMUNIKOVAT S DĚTMI AKTUÁLNÍ DĚNÍ

PŘÍPRAVA NA ÚROVNI VEDENÍ ŠKOLY

- **Je důležité komunikaci směrem k dětem koordinovat.**
Můžete nejdříve zmapovat psychický stav pracovníků školy. Zároveň je důležité sjednotit rétoriku pro zajištění stabilního a důvěryhodného prostředí na úrovni celé školy. V případě politických a válečných konfliktů je nutné nechat stranou osobní přesvědčení. Držte se faktů, mluvte jednoduše. Předběžné rámcování na úrovni vedení je důležité, bude se Vám snáze pracovat s třídním kolektivem, budete si jistější. Taková kolektivní příprava Vám dodá pocit jistoty, který se přenesení i na žáky.
- **Nasloucháme si, pečujeme o sebe, komunikujeme spolu a korigujeme informace.** Pokud sami nezvládáme, řekneme si o pomoc u kolegů nebo vedení školy.
- **Využíváme vlastní zdroje a to, co nám funguje v rámci školy.**
Situace pandemie nás naučila mnohé a zejména v oblasti komunikace jsme našli možnosti a ověřili si vlastní praxi, která se osvědčila. Takové poznatky se teď mohou hodit.

*Trpělivě, solidárně, uctivě, pravdivě.
Zajišťujeme bezpečné prostředí, informujeme se navzájem.*

PROČ MLUVIT S DĚTMI O AKTUÁLNÍM DĚNÍ?

- **Před aktuálním děním se neschováme.**
Děti se za posledních pár dnů s informacemi o válce na Ukrajině setkaly. Je pravděpodobné, že i mladší žáci základních škol již zaznamenali změny ve společnosti. Kvantitu informací a obrazy se kterými se setkají, nemůžeme regulovat. Situace pro ně může být nepřehledná a děsivá a způsobit vznik fantazií, úzkostných myšlenek a domněnek, kterými se děti snaží uchopit celou situaci. Může se také jednat o důsledky chování a prožívání rodičů, nebo přejímání názorů rodičů.
- **Je to součást dění a života kolem nás.**
Připravujeme tak děti na možný vývoj událostí a přispíváme k jejich psychické odolnosti a možnosti vypořádat se se situací v následujících dnech a týdnech.

- **Hledáme přirozenou příležitost pro otevření tématu, ALE nenutíme.**
Není třeba dětem téma vnučovat. Je vhodné najít pro ně bezpečný a přirozený prostor, může to být například třídnická hodina.
- **Normalizujeme strach.**
Mít obavy je v pořádku. Sdílíme s dětmi pocity, včetně obav a strachu. Pokud i my sami máme obavy, je nesmysl je před dětmi zatajovat. Pokud o strachu otevřeně mluvíme, nemusí nás tolik paralyzovat. Vždy ale zakončíme sdělení pozitivní možností, nadějí a snahou situaci zvládnout.
- **Kde je tabu a ticho, narůstá i nejistota a úzkost.**
Škola by proto měla podpořit pocit bezpečí, solidarity a empatie. V zájmu psychické stabilizace každého žáka ale i celého školního kolektivu. Zejména pak může být tento krok důležitý pro prevenci možné agresivity u starších žáků, především pak vůči spolužákům jiné národnosti.
- **Nejsme na to sami.**
Psychické ošetření v takové situaci je kolektivní úkol vedení školy a pedagogického sboru a měl by být diskutován a aplikován plošně. Než se pustíme do komunikace směrem k dětem, ujistěme se, že jsme psychicky ošetřeni i my. Komunikujme s kolegy o tom, jak se cítíme, a v případě potíží se obraťme na odbornou pomoc.

JAK MLUVIT S DĚTMI?

Ošetřit sebe – zmapovat situaci – naslouchat a nabídnout prostor ke sdílení – zajistit pocit bezpečí.

- **Začít u sebe.**
Uklidnit sebe. Soustředit se na přítomnost a na to, co můžeme sami ovlivnit. Rolí učitele je předat dětem ve škole pocit bezpečí. Takovým přístupem a komunikací můžeme děti uklidnit. To, jak zacházíme a konzumujeme informace v médiích my, se pak odráží na tom, jak jsme schopni tyto informace předat dětem. Pokud jsme připraveni, že média budou v dalších dnech plná emotivních zpráv, možná nás to méně překvapí. Nedělejme ukvapené závěry. „Přemýšlejme jasně a pečlivě“ (Jason Buckley, 25. února 2022, Zdroj: www.thephilosophyman.com).
- **Ujasnit si nejdříve, jak vnímáme svět kolem nás my sami, nepřenášet strach na děti.**

Pojmenovat pocity u sebe je prvním krokem k tomu, abychom byli schopni normalizovat projevy emocí a pocitů u dětí a přijmout je s dostatečným odstupem.

- **Sami víme, co funguje u nás, uvědomme si to, budeme pak schopni takové nástroje nabídnout i dětem.**
- **Držet se jednoduchých faktů a nezahlcovat zbytečnými informacemi.**
Nejsme schopni regulovat tok zpráv, který se k dětem dostane. Můžeme jim však některé věci osvětlit a uvést je na pravou míru. Opakující se obrázky a záběry ze stejných míst vytvářejí iluzi četnosti zásahů a útoků a mohou být obzvláště děsivé. Je dobré připomenout i to, jak funguje zpravodajství a mediální prostor, a to zejména starším žákům.
- **Mluvit upřímně, ALE nesdělovat osobní domněnky, názory a postoje.**
Nezahlcujme informacemi, jen se snažme dětem pomoci rozeznat, co je fantazie a co realita (bez dramatických detailů). Soustředme se na pozitivní zprávy.
- **Mohu přiznat, když něco nevím, nemusím vědět všechno.**
Nechceme být zmatení a působit nejistě. Vždy můžeme otevřeně přiznat, když na některou otázku dětí neumíme zrovna odpovědět.
- **Dát prostor pro všechny otázky, ALE nezabíhat do zbytečných podrobností.**
Dát jasně najevo, že jsme jim k dispozici kdykoliv to bude potřeba. Otázky dětí mohou být také dobrým ukazatelem toho, kolik vědí a co je zajímá, nebo z čeho mají největší obavy. Odpovídejme jasně, krátce a bez zbytečných detailů.

Snažíme se poskytnout odpovědi, ALE přiměřeně věku.

Pokud se dítě ptá, je zralé na odpověď. Cílem je pro děti vytvořit bezpečný prostor, ve kterém mohou klást otázky. Jejich hloubka a souvislosti budou výrazně ovlivněné také věkem tazatele. I naše odpověď by měla být věku tazatele odpovídající po stránce rozsahu, obsahu a užitého slovníku.

- **Sdělujme pozitivní zprávy a nesdělujeme černé předpovědi.**
Můžeme přiblížit činnost složek, jako je armáda, policie, lékaři, zdravotníci a neziskové organizace. Vysvětleme dětem, že na místě konfliktu funguje podpůrný systém a vše se děje proto, aby válka ustala. Nesdílejme s dětmi své obavy, ale fakt, že dospělí se o události také zajímají a snaží se podpořit a pomoci.
- **Připomeňme dětem, že jsou v bezpečí.**
- **Nebude to pro žáky ještě větší zdroj strachu?**
Ne, pokud žákům nabídneme prostor k vyslechnutí jejich domněnek a obav a vysvětlíme základní informace. Ukážeme jim tak, že jsme jako dospělí schopni se vyrovnat se složitými emocemi, které mohou oni sami pociťovat, a **nabídneme jim tak emoční oporu a jistotu.**

CO MŮŽEME OČEKÁVAT?

*Nárůst tenze – Agrese – Nečekané projevy emocí
u dětí i dospělých*

- **Všechny možné reakce.**

Budme připraveni na širokou škálu reakcí ve škole. Může se objevit fascinace obrázky z místa útoku, strach, úzkosti, ale i úplné vyhýbání se tématu a jeho ignorace.

- **Nové pocity i u sebe.**

I pro nás může být téma těžké. Možná se nám o něm nechce s dětmi mluvit, protože sami nevíme, jak ho uchopit. To je přirozené. Pokud sami cítíme, že je pro nás téma náročné, a z osobních důvodů nejsme schopni ho uchopit s dostatečným odstupem, může to udělat kolega, který se na to cítí. Není ostuda říct si o pomoc.

JAK TEDY ZAČÍT?

- **I nejmenší už tuší.**

Pandemie nás naučila, že i velmi malé děti (4-5 let) zachytí, co se děje ve světě kolem nich. Ne všemu však dobře rozumí. Mohou vznikat mylné představy, strach a úzkost z nedorozumění. Je lepší jim některé věci vysvětlit tak, jak jsou.

- **Zahájit rozhovor můžeme otevřenými otázkami.**

Začínáme otevřeným mapováním. Co ví? Co si myslí, že ví? Jaké mají další otázky? Podle odpovědí zjistíme, jaká je situace ve třídě. Můžete dodat ujištění, že kdyby se žáci chtěli zeptat na to, co se děje, jste jim k dispozici.

- ▶ Příklady otázek:

- Slyšeli jste něco o zemi jménem Ukrajina?
- Trápí vás, co se teď děje kolem? Jak to prožíváte?
- Mluvíte o tom se svými rodiči, kamarády?
- Pokud máte strach, vztek, co vám pomáhá?

- **Mladší – starší žáci.**

- ▶ Starší žáky můžeme seznámit se situací v rámci výuky občanské výchovy nebo se zaměřit na význam médií a práci s informacemi.
 - Užitečné pracovní listy vytvořili [Občankáři](#).
 - Můžeme tak uklidnit velkou fascinaci válkou a mediálními výstupy, které mohou být pro starší děti zdrojem přehnaného zájmu.

- ▶ Mladším je vhodné vysvětlit pojem válka. Mohou o ní mít mylné a zavádějící představy. Obrazy války mohou mít spojeny zejména s velkými světovými válkami. Zaježme zbytečné fantazie. Monitorujeme, jak se cítí a připomínejme jim, že jakékoliv obavy a strach mohou sdílet. Zeptejme se, jak prožívají, co se kolem nich děje. I když mladší děti samy o událostech mluvit nechtějí nebo samy od sebe konverzaci nezačnou, neznamená to, že si ničeho ve svém okolí nevšímají. Vhodným otevřením tématu předcházíme projevům strachu a úzkosti v podobě nočních můr aj.

JAK MLUVIT S DĚTMI O VÁLCE

NELŽETE JIM

Poskytněte dětem pravdivé informace, v rozsahu úměrném jejich věku.

VYTVORTE VHODNÉ PODMÍNKY PRO ROZHOVOR

Je důležité, aby se děti cítily v bezpečí a v klidu.

DEJTE DĚTEM PROSTOR, ABY MOHLY MLUVIT O SVÉM STRACHU

Řekněte jim, že jste tu pro ně. Nespěchejte. Nezlehčujte a nezpochybňujte jejich pocity.

Dejte dětem najevo, že chápete, že to, co se děje, je matoucí a komplikované. Řekněte jim, že pocity, které mohou zažívat, jsou normální reakcí na nenormální situaci - válku.

Pomozte dětem vyjádřit své pocity např. hrou, kresbou nebo formou krátké básně, povídky, příběhu...

VYHNĚTE SE STEREOTYPŮM

Vyvarujte se škodlivých stereotypů a generalizací. Ať už jsou naše pocity ohledně Ruska a Putina jakékoli, naše děti by měly vědět, že ne všichni Rusové jsou kvůli tomu špatní lidé.

ZAJÍMEJTE SE, CO SI O TOM VŠEM MYSLÍ

Snažte se naslouchat, zjistěte, co už děti ví, co slyšely a jak se o tom dozvěděly.

Dejte jim najevo, že jste rádi, že s nimi o tom můžete mluvit. Podělte se o své názory a pocity ohledně konfliktu na Ukrajině. Dovolte dětem, aby vyjádřily i ony své vlastní názory a emoce.

Nenechávejte v tom ani starší děti a dospívající. Bavte se s nimi o všem, co v médiích vidí a slyší.

UZNEJTE NÁROČNOST SITUACE A MĚJTE OHLEDY

Buďte zvláště citliví k dětem, které mohou být válkou více zasaženy (např. mají příbuzné na Ukrajině či v Rusku, rodiče v ozbrojených složkách, případně mají za sebou jiné závažné trauma).

CO JEŠTĚ POMÁHÁ?

Ukažte dětem příklady lidí a organizací, které pomáhají.

Mluvte o příbězích lidí, kteří válku zažili a tuto zkušenost dobře zvládli.

Společně zkuste vymyslet způsob, jak se můžete zapojit i vy.

Podporujte soucit a další důležité hodnoty.

Nezapomínejte pečovat i o sebe. Aktivně vyhledávejte spolu s dětmi pozitivní zážitky.



Pamatujte, že společné sdílení, vzájemná podpora, kontakt a příklady dobré praxe jsou nejlepší způsob, jak zvládnout náročné a nečekané události.



www.centrumlocika.cz
www.detstvibeznasili.cz

Infografika: Centrum [LOCIKA](http://www.centrumlocika.cz) (k aktuálním událostem byly materiály zpracovány i v ukrajinštině).

3) MOŽNÁ NARŮSTAJÍCÍ AGRESIVITA VE TŘÍDÁCH

- **Zvýšená agresivita jako reakce na nejistotu a strach.**

Ve školách se aktuálně vyskytuje více přímé agresivity, negativního postoje a urážek směrem k žákům a studentům ruské, ukrajinské či běloruské národnosti. Může se ale objevit i více symbolické agresivity a fantazie o pomstě, ať už v chování a v projevu mluveném nebo písemném (u menších dětí jsou to kresby, hry).

- **Za agresí se může skrývat něco dalšího, to zjistíme díky komunikaci.**

S žáky a studenty je dobré komunikovat o agresi kolektivně i individuálně. Společnou diskuzí můžeme normalizovat pocit naštvaní, strachu nebo i chuť po pomstě. Může zde sloužit vyjádření pomocí hry, nebo u starších žáků hraní rolí. Je důležité vysvětlit, že konkrétní žáci ruské či běloruské národnosti nejsou za situaci zodpovědní. Konflikt se odehrává na vyšší úrovni.

- ▶ Pokud komunikujeme individuálně s žákem, který je agresivní vůči svému okolí, můžeme se ptát na konkrétní pocity žáka a pokládat otevřené otázky:

- Co tě nejvíce štve?
- Co by ti pomohlo nechovat se agresivně/cítit se lépe/, aby ses mohl uklidnit?

- **Podporujeme ve třídě solidaritu a respekt.**

Nepodporujeme stigmatizaci žáků ruské, běloruské nebo ukrajinské národnosti

- **V rámci výuky se můžeme soustředit na otázky s konfliktem spojené.**

- ▶ Se staršími žáky můžeme otevřít etické otázky války a vysvětlit, že existují různé pohledy na válku a její řešení/směrování. Zkusme tak učinit bez osobních názorů a postojů.
- ▶ Jasně informujeme, že Česká republika odmítá diskriminaci menšin a lidí na základě jejich národnosti nebo státní příslušnosti.
- ▶ Můžeme diskutovat téma hranic, vzteku a agrese. Co je možné, co si směrem k druhému můžeme dovolit a co ne.

- **Neexistuje dokonalé řešení a přístup.**

Musíme být trpěliví a zacházet s informacemi citlivě. Situace není lehká zejména vzhledem k velké proměnlivosti a zvýšenému toku informací. Uvědomme si, že v době konfliktu se tolerance k protichůdným názorům nebo názorům oponujícím všeobecnému přesvědčení výrazně snižuje.

- **I mezi žáky a studenty mohou panovat různé názory a přesvědčení.**

Se staršími žáky a studenty můžeme vést diskuzi, nicméně je důležité připomínat rozdíl mezi názorem a pocitem, rozdíl mezi odsouzením aktivit státu nebo vlády a lidí v takovém státu žijících atd.

- **Podpořme žáky a studenty v iniciativách a snahách zapojit se do sbírek nebo pomoci.**
Pokud mají žáci a studenti zájem vyjádřit solidaritu nebo pomoci, nabídněme jim možnosti. Je důležité dovolit jim aktivně se podílet na událostech kolem nich. Dává jim to pocit zapojení, a lépe tak odolávají pocitu bezmocnosti. Úplně stejně jako tak činíme my dospělí.

DOPORUČENÍ PRO ŠKOLY



Doporučujeme v rámci školy jasně informovat o postoji České republiky k ruské agresi na Ukrajině.



Věnujte, prosím, zvýšenou pozornost žákům ukrajinské, ruské i běloruské národnosti na vašich školách, včetně možnosti ve zvýšené míře využít péči pracovníků školních poradenských pracovišť.



Ve třídách, kde se tito žáci vyskytují, doporučujeme intenzivní cílenou preventivní práci s celým třídním kolektivem. Náplní této činnosti by mělo být především respektování individuality, dodržování lidských práv a jasné deklarování toho, že národnost nečiní člověka odpovědným za kroky, které realizuje státní režim země, odkud dotyčný pochází.



Se školními/třídními kolektivy doporučujeme pracovat v rámci osvěty s tématy rovnosti, respektu a tolerance.

Infografika: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy.

4) KRIZOVÉ KONTAKTY

Níže naleznete krizové kontakty, které můžete využít pro sebe i pro své žáky a studenty. Pamatujte prosím, že nemůžete pomoci někomu, kdo se pomoci brání, a myslete hlavně na svou psychickou pohodu.

Pro obyvatele České republiky:

- **Pro dospělé:** Linka první psychické pomoci: 116 123
- **Pro dospělé, kteří mají strach o dítě:** Linka pro rodinu a školu: 116 000
- **Pro děti, mládež a studující:** Linka bezpečí: 116 111
- **Další** na stránkách [Opatruj.se](https://opatruj.se)

Pro školy:

- **Pro metodickou podporu pro práci s kolektivy** je možné kontaktovat [Národní pedagogický institut ČR](#).
- **Pro školy vzdělávající ukrajinské, ruské a běloruské žáky** nabízí NPI kromě jiného i překlady a tlumočnické služby zdarma. Více naleznete [zde](#).
- **Školy vzdělávající žáky s odlišným mateřským jazykem** se mohou obrátit na [META o.p.s.](#)
- **Kontakty na regionální pracoviště a pro jednotlivé vzdělávací stupně** naleznete [zde](#).
- **Užitečné informace pro práci dětmi ohrožené násilím** nabízí [centrum LOCIKA](#).

Pro občany Ukrajiny:

- Důležité informace pro občany Ukrajiny najdete na webu [Ministerstva vnitra](#). ☎+420 974 801 802.

5) UŽITEČNÉ MATERIÁLY

METODIKA A MATERIÁLY PRO PRÁCI VE ŠKOLE A KOMUNIKACI S DĚTMI

INFOGRAFIKA: Reakce dětí a adolescentů na katastrofu.

INFOGRAFIKA: Co potřebuje dítě slyšet?

INFOGRAFIKA: Jak se zachovat, když má dítě obavy?

ČLÁNEK: Jak mluvit s dětmi o válce?

ČLÁNEK: Co můžeme udělat pro to, aby děti nebyly událostmi traumatizovány.

ČLÁNEK: Když mě děsí, co se děje ve světě.

PŘÍRUČKA PRO ŠKOLY: Když se stane neštěstí.

PRVNÍ PSYCHICKÁ POMOC A VHDNÉ TECHNIKY PRO DĚTI I DOSPĚLÉ

INFOGRAFIKA: 13 užitečných frází pro zklidnění dítěte.

ČLÁNEK: Úzkost u dospívajících.

ČLÁNEK: Jak dítěti pomoci zvládnout úzkost.

PŘÍRUČKA PRO ŠKOLY: Jak pomoci dítěti, které prožívá akutní trauma?

WEBINÁŘ: Jak snížit míru úzkosti — tipy, jak pracovat s dětmi, jejich strachem i sami se sebou, jak zvládnout chvíle paniky.

AKTIVITY: Jednoduché aktivity, které pomáhají dětem vyrovnat se se stresem.

6) RELEVANTNÍ ZDROJE INFORMACÍ K UDÁLOSTEM NA UKRAJINĚ

Pokud si nejste jisti, jaké informační kanály využívat ke vzdělávání sebe i svých žáků, níže uvádíme přehled vybraných zdrojů. Při práci se všemi druhy informací je třeba dbát na několik zásad, které Vám pomohou rozeznat zdroj, který je pro Vás po všech stránkách relevantní a přínosný. Vždy je na místě obezřetnost a kritický přístup. Více na [webu Národní technické knihovny](#).

BBC NEWS: Přehled informací ke konfliktu na Ukrajině (v angličtině).

ČESKÁ TELEVIZE: Jak se Ukrajina hlásila o své místo na slunci.

OBČANKÁŘI: Další zdroje i pracovní list pro žáky a studenty.

7) ZDROJE K TEXTU

- Jak mluvit s dětmi: Člověk v tísni
<https://www.clovekvtisni.cz/jak-s-zaky-mluvit-o-valce-na-ukrajine-8561gp>
- Občankáři
<https://www.obcankari.cz/edukacni-material-ukrajina?fbclid=IwAR0gZtJtFO2zErIO0Rejn01GNHFFrNokjvxespn1SDFYEj-ZYUWMyuleiXg>
- Terrorism and War: How to Talk to Children
https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Talking-To-Children-About-Terrorism-And-War-087.aspx
- Videozáznam (Jak) mluvit s dětmi o válce? | Živé vysílání nejen pro rodiče, skautské vedoucí nebo učitele: S Petrou Wünschovou z Centra LOCIKA, které se zabývá duševním zdravím dětí, a s Peterem Pöthem, psychoterapeutem a psychiatrem
<https://www.youtube.com/watch?v=gRqvFQnKY-Q>