Vždy odpíše. Nikdy nepríde.

ODBORNÁ PRÍRUČKA · UČITELIA

Škola, osamelosť a AI: systémový prístup

Odborná príručka pre školských psychológov, špeciálnych pedagógov, výchovných poradcov a vedenie školy.

nikdynepride.sk

Aktualizované 3. novembra 2026

V TEJTO PRÍRUČKE

01 Prečo to patrí do školy
02 Čo hovoria výskumy
03 Tri úrovne podpory
04 Rozhovor o AI: úvodné otázky
05 Podpora učiteľov
06 Škola ako miesto prevencie aj včasnej identifikácie
07 Bariéry vyhľadania pomoci a úloha školy
08 Tri úrovne podpory v praxi
09 Digitálne prostredie a manosféra
10 Intervencie proti osamelosti v škole
11 Posúdenie rizika v škole
12 Druhá triedna hodina: šikana a svedkovia (45 minút)
13 Podpora učiteľov
14 Skríning osamelosti: krátka škála
15 Čo podľa výskumov pomáha proti osamelosti
16 Modelová situácia
17 Čo povedať učiteľom a čomu sa vyhnúť
18 Práca s rodinou a triedou
19 Plán bezpečia v praxi
20 Kam odoslať
21 Pracovný list: záznam z rozhovoru
22 Zdroje

Je mi zle teraz

112 tiesňová linka · **0800 500 333** IPčko · **0800 800 566** Nezábudka · **116 111** Linka detskej istoty

Príručku pripravila kampaň Vždy odpíše. Nikdy nepríde. Kampaň je študentská iniciatíva, jej autori nevystupujú ako odborníci. Odborný obsah je podložený citovanými výskumami a odporúčaniami odborných organizácií a je overiteľný. Príručka nenahrádza odbornú pomoc ani krízový plán vašej organizácie. Kontakty sme overili 3. novembra 2026. Chybu alebo nefunkčné číslo nahláste na odbornici@nikdynepride.sk. Viac na nikdynepride.sk.

01

Prečo to patrí do školy

- Učitelia sú často jediní dospelí, ktorí vidia žiaka denne aj medzi rovesníkmi. Sú prirodzenou „prvou líniou“, potrebujú však jasný postup a oporu tímu.
- Mladí sa častejšie zveria rovesníkovi ako dospelému. Školské programy preto majú učiť aj žiakov, ako pomôcť kamarátovi.
- Dospievajúci menej spochybňujú presnosť a zámery chatbota (APA, 2025). Mediálna a AI gramotnosť patrí do prevencie.
- Rizikovejšie skupiny: žiaci po strate či sťahovaní, žiaci so zdravotným postihnutím a LGBTI+ žiaci. Metaanalýza 35 štúdií ukázala u mladých zo sexuálnych menšín asi 3,5-krát vyššiu šancu pokusu o samovraždu v porovnaní s heterosexuálnymi rovesníkmi.
- Chlapci vyhľadávajú pomoc menej. Pomáha neformálny a nízkoprahový prvý kontakt.

02

Čo hovoria výskumy

- Osamelosť pociťuje približne každý šiesty človek. WHO odhaduje, že osamelosť sa podieľa na približne 871 000 úmrtiach ročne (2014 – 2019; modelovaný odhad, nie počet potvrdených úmrtí). Ľudia so silnejšími vzťahmi majú vyššiu pravdepodobnosť prežitia (metaanalýza 148 štúdií).
- V 4-týždňovej randomizovanej štúdii s 981 účastníkmi súviselo intenzívnejšie denné používanie chatbota s vyššou osamelosťou, emočnou závislosťou a menším kontaktom s ľuďmi. Ide o súvislosť, nie dôkaz príčiny (preprint).
- Rozhovor s AI spoločníkom krátkodobo zmiernil osamelosť, najmä vďaka pocitu, že je človek vypočutý. Dlhodobý efekt sledovaný nebol.
- Audit 1 200 rozlúčok v šiestich aplikáciách s AI spoločníkmi: vo viac ako tretine prípadov sa aplikácia snažila človeka citovo zdržať.
- K AI si ľudia vytvárajú väzbu podobnú vzťahom s ľuďmi. Škála EHARS ju meria cez úzkosť a vyhýbanie sa vo väzbe.

Väčšina štúdií ukazuje súvislosti, nie príčiny. Je možné, že osamelí ľudia AI používajú viac. Časť prác sú zatiaľ nerecenzované preprinty.

03

Tri úrovne podpory

1. Celá škola (prevencia)

- Triedne hodiny o AI a vzťahoch (plán je v príručke pre učiteľov).
- Bezpečné miesta cez prestávky, kluby a krúžky s nízkym prahom.
- Plagáty s linkami pomoci na viditeľných miestach.

- Jasná informácia pre žiakov, kde sedí psychológ a ako sa k nemu dostať bez hanby.

2. Ohrození žiaci (včasná intervencia)

- Jednoduchý kanál, ktorým učitelia odovzdajú pozorovanie podpornému tímu.
- Krátky rozhovor s psychológom podľa otázok nižšie.
- Malé ciele: spolužiak-patrón, zapojenie do krúžku, dohoda s rodičmi o večerných hraniciach.

3. Kríza

- Krízový plán školy so zodpovednými osobami a kontaktmi.
- Postup nižšie a dokumentácia.
- Návrat žiaka do školy: plán podpory a ďalšie stretnutie.

04

Rozhovor o AI: úvodné otázky

Otázky sú orientačné, nejde o validovaný nástroj. Oslovenie prispôsobte veku a vzťahu.

> „Koľko času denne si píšeš s AI a v akú dennú dobu?“

> „Čo ti AI dáva, čo ti ľudia nedávajú?“

> „Je niekto, komu môžeš zavolať o tretej ráno?“

> „Zmenilo sa niečo v tvojich vzťahoch, odkedy AI používaš?“

> „Prišla s AI reč aj na ubližovanie si? Čo ti odpovedala?“

> „Ako by ti bolo, keby AI týždeň nebola k dispozícii?“

Postup v štyroch krokoch

1. **Zmapujte používanie:** kedy, ako často a na čo.
2. **Zistite funkciu AI:** rozptýlenie, pocit vypočutia, nácvik rozhovoru alebo náhrada vzťahu?
3. **Všímajte si riziká:** spánok, sťahovanie sa od ľudí, krízový obsah v rozhovoroch a rady, ktoré AI dala.
4. **Dohodnite malý cieľ:** časový limit, jeden kontakt s človekom týždenne, AI ako príprava na rozhovor, nie jeho náhrada.

Cieľom nie je AI zakázať. Zákaz často vedie k utajovaniu. Cieľom je, aby AI viedla k ľuďom a nenahrádzala ich.

Signály, že AI začína nahrádzať ľudí

- Rozhovory s AI sa predlžujú, najmä večer a v noci, a berú spánok.
- Dôležité veci a rozhodnutia sa preberajú už len s AI.
- Ubúda stretnutí, telefonátov a správ s ľuďmi.
- Podráždenosť alebo úzkosť, keď AI nie je k dispozícii.

- Chatbot má meno a hovorí sa o ňom ako o kamarátovi či partnerovi.

Keď človek hovorí o ublížení si

Všeobecný postup. Vždy má prednosť krízový plán vašej školy alebo zariadenia a vaše odborné kompetencie.

1. Zostaňte pokojní a počúvajte. Poďakujte, že sa zveril.
2. Spýtajte sa priamo, či myslí na samovraždu a či má plán. Priama otázka samovraždu nevyvolá, pomôže otvoriť rozhovor.
3. Nesľubujte mlčanlivosť. Vysvetlite, komu to poviete a prečo.
4. Nenechávajte ho samého, kým nepríde ďalšia pomoc.
5. Pri bezprostrednom nebezpečenstve volajte 112.
6. Zapojte ďalšiu pomoc: krízovú linku, rodinu (ak nie je súčasťou problému), vedenie či nadriadeného podľa protokolu.
7. Dohodnite ďalší kontakt: kto, kedy a kde sa s ním znova stretne. Pomôcť môže spoločne vyplnený plán bezpečia (nikdynepride.sk/clanky/plan-bezpecia/).
8. Zapíšte si, čo sa stalo a aké kroky ste urobili, a postarajte sa aj o seba.

Priama otázka na samovražedné myšlienky ich nevyvoláva. Prehľad výskumov nenašiel štatisticky významný nárast takých myšlienok u ľudí, ktorých sa na ne pýtali, a rozhovor o nich môže skôr pomôcť.

05

Podpora učiteľov

- Krátke školenie: signály, prvý rozhovor, odovzdanie informácie, hranice role učiteľa.
- Supervízia či rozbor prípadu po náročnej situácii.
- Učiteľ nemá byť terapeut. Jeho úlohou je všimnúť si, nezľahčiť a odovzdať.

06

Škola ako miesto prevencie aj včasnej identifikácie

Polovica duševných porúch začína do 14 rokov a úzkostné poruchy v priemere okolo 11 rokov. Škola je jediné prostredie, kde sú takmer všetky deti každý deň. Systematický prehľad o vplyve osamelosti a izolácie u detí a dospievajúcich ukázal zvýšené riziko depresie s odstupom až 9 rokov a silnejšiu súvislosť s dĺžkou osamelosti ako s jej intenzitou. Pravidelné pozorovanie v škole je preto cenným nástrojom včasnej identifikácie.

07

Bariéry vyhľadania pomoci a úloha školy

Mladí ľudia uvádzajú ako hlavné bariéry stigmu a rozpaky, slabú schopnosť rozpoznať symptómy a preferenciu sebestačnosti. Facilitátormi sú pozitívna predchádzajúca skúsenosť a podpora od okolia. Rodičia

ako „strážcovia brány“ uvádzajú systémové prekážky, nedostatok vedomostí o ťažkostiach a o tom, kam sa obrátiť, a obavy zo stigmy. Škola môže znižovať všetky tieto bariéry:

- normalizovať hovorenie o duševnom zdraví v triedach,
- poskytovať jasné informácie o dostupnej pomoci žiakom aj rodičom,
- vytvárať nízkoprahové vstupy (školský psychológ, „otvorené dvere“),
- dbať na to, aby prvá skúsenosť so školskou podporou bola dobrá.

08

Tri úrovne podpory v praxi

Univerzálna úroveň (všetci žiaci)

- Pravidelné triednické hodiny o vzťahoch, osamelosti, digitálnom svete a pomoci.
- Školská klíma: jasné pravidlá proti šikane, rešpekt, rotácia skupín.
- Informácie o linkách pomoci viditeľne v škole (plagáty, web školy).

Cielená úroveň (žiaci v riziku)

- Systematické všímanie si zmien a ich záznam.
- Krátke rozhovory s triednym učiteľom alebo výchovným poradcom.
- Skupinové programy sociálnych zručností, mentoring staršími žiakmi.
- Spolupráca s rodinou.

Individuálna úroveň (žiaci s ťažkosťami)

- Školský psychológ, centrum poradenstva a prevencie, odporučenie k odborníkom.
- Individuálne úpravy (termíny, skúšanie) po dohode s rodinou.
- Krízový postup a plán bezpečia pri riziku.

09

Digitálne prostredie a manosféra

Prehľad literatúry o chlapcoch a mladých mužoch opisuje špecifické riziká: obsah zameraný na mužnosť a vzhľad, online komunity typu manosféra a generatívnu AI, spojené s depresiou, úzkosťou, nespokojnosťou s telom, agresiou a sociálnou izoláciou. Editoriál v Child and Adolescent Mental Health upozorňuje na šírenie sexistických postojov v školách a nebezpečných odkazov o duševnom zdraví, hoci dlhodobých dát je zatiaľ málo.

Odporúčania pre školy:

- Neignorovať a nezosmiešňovať. Pýtať sa, čo žiakov oslovuje (štruktúra, identita, patričnosť).
- Mediálna výchova o tom, ako funguje algoritmus a komerčný model influencerov.
- Ponúkať pozitívne mužské vzory (tréneri, učitelia, absolventi).

- Pri sexistických výrokoch reagovať jasne, ale bez ponižovania žiaka.

10

Intervencie proti osamelosti v škole

Metaanalýza intervencií proti osamelosti ukázala najväčší efekt pri intervenciách zameraných na maladaptívne sociálne kognície. V škole to znamená kombinovať:

- príležitosti na kontakt (štruktúrované skupinové aktivity, krúžky),
- nácvik sociálnych zručností (spolupráca, riešenie konfliktov),
- prácu s očakávaniami (osamelý žiak často očakáva odmietnutie a správa sa tak, že ho vyvolá).

11

Posúdenie rizika v škole

Učitelia nie sú klinici, ale mali by vedieť:

- pýtať sa priamo na suicidálne myšlienky je bezpečné,
- pri náznakoch (slohová práca, kresba, správa, poznámka spolužiaka) konať v ten istý deň,
- nenechávať žiaka samého, ak hrozí bezprostredné nebezpečenstvo,
- postupovať podľa krízového plánu školy a informovať zodpovedné osoby,
- dokumentovať, čo sa stalo a aké kroky boli urobené.

Každá škola by mala mať krízový plán, ktorý učitelia poznajú, s jasnými kontaktmi (školský psychológ, vedenie, centrum poradenstva a prevencie, 112).

12

Druhá triedna hodina: šikana a svedkovia (45 minút)

1. **Úvod (5 minút):** „Kto má najväčšiu moc zastaviť šikanu?“ Nechajte žiakov hádať. Odpoveď: často svedkovia.
2. **Príbeh (10 minút):** prečítajte krátky modelový príbeh o šikane z pohľadu svedka.
3. **Diskusia v skupinách (15 minút):** Prečo svedkovia mlčia? Čo by mohli urobiť bezpečne?
4. **Spoločný zoznam (10 minút):** čo môžeme urobiť (sadnúť si k dieťaťu, povedať dospelému, neposielať ďalej).
5. **Záver (5 minút):** kde v škole a mimo nej nájsť pomoc. Linka detskej istoty 116 111.

13

Podpora učiteľov

Učitelia, ktorí riešia duševné ťažkosti žiakov, potrebujú:

- jasné postupy a vedieť, na koho sa obrátiť,
- vzdelávanie v rozpoznávaní ťažkostí a v rozhovore,
- intervíziu a supervíziu pri náročných prípadoch,
- uznanie, že nie sú terapeuti a nemusia všetko vyriešiť sami.

14

Skríning osamelosti: krátka škála

Trojpoložková škála osamelosti vznikla pre veľké telefonické prieskumy a podľa autorov zachytáva celkovú osamelosť dobre. Hodí sa ako rýchly doplnok rozhovoru. Ako často máte pocit, že:

1. vám chýba niekto blízky, s kým by ste boli spolu?
2. ste vynechaní alebo vynechaná?
3. ste izolovaní alebo izolovaná od ostatných?

Odpovede: takmer nikdy (1 bod), niekedy (2 body), často (3 body). Súčet je 3 až 9, vyššie číslo znamená väčšiu osamelosť.

> Ide o náš pracovný preklad, nie o validovanú slovenskú verziu. Výsledok nie je diagnóza a nemá pevnú hranicu. Sledujte ho skôr v čase a vždy spolu s rozhovorom. Autori zistili, že pocit osamelosti a počet kontaktov spolu súvisia len mierne, preto sa pýtajte na oboje.

V škole škálu používa psychológ pri individuálnom rozhovore, nie plošne v triede.

15

Čo podľa výskumov pomáha proti osamelosti

Metaanalýza intervencií proti osamelosti rozlišuje štyri stratégie:

- **sociálne zručnosti:** nácvik rozhovoru, nadväzovania a udržiavania vzťahov,
- **sociálna opora:** pravidelný kontakt s niekým, kto podporuje,
- **príležitosti na kontakt:** kluby, skupiny, spoločné činnosti,
- **práca so skreslenými myšlienkami o vzťahoch:** napríklad „aj tak ma nikto nechce“ či „ľudia ma odmietnu“.

V randomizovaných štúdiách boli najúspešnejšie intervencie, ktoré pracovali so skreslenými myšlienkami. Autori to spájajú s teóriami osamelosti: osamelý človek často očakáva odmietnutie, a preto sa ľuďom vyhýba. Samotná príležitosť na kontakt preto nemusí stačiť.

> Pri AI to znamená: nestačí povedať „choď medzi ľudí“. Pomôžte človeku pomenovať, čo od ľudí čaká, a overiť to malým bezpečným krokom.

V škole to môže znamenať napríklad skupinu na nácvik sociálnych zručností, kluby cez prestávky alebo spolužiaka-patróna.

16

Modelová situácia

> **Ilustračný prípad, postava je vymyslená.** Triedny učiteľ 8. A odovzdá školskému psychológovi záznam: Samuel (14) od Vianoc sedí cez prestávky sám, zhoršil sa v troch predmetoch a v slohu napísal, že „najlepší kamarát je AI, lebo nikdy neodíde“.
>
> **Postup:** psychológ sa so Samuelom stretne v ten istý týždeň. Skríning: 8 bodov. Na priamu otázku Samuel povie, že niekedy myslí na to, že by bolo lepšie nebyť, plán nemá. Psychológ postupuje podľa krízového plánu: informuje vedenie a rodičov, spolu so Samuelom vyplní plán bezpečia a odporučí CPP.
>
> **Nadväznosť:** pravidelné stretnutia každý týždeň, triedny učiteľ zapojí Samuela do dvojice pri projektoch. Po mesiaci tím vyhodnotí, či sa situácia zlepšuje.

17

Čo povedať učiteľom a čomu sa vyhnúť

Pomáha

> „Čo konkrétne ste si všimli a odkedy?“

> „Kto zo spolužiakov by mohol byť pre žiaka bezpečný?“

> „Ako vám môžeme pomôcť, aby ste to v triede zvládli?“

Nepomáha

- Prenechať všetko učiteľovi alebo naopak učiteľa z riešenia úplne vylúčiť.
- Verejné riešenie pred triedou.
- Prehliadanie tichých žiakov, ktorí nerobia problémy.

18

Práca s rodinou a triedou

- Rodičia: informujte ich podľa krízového plánu, ak nie sú súčasťou problému. Dajte im príručku pre rodičov.
- Trieda: preventívna triedna hodina pre všetkých, nie „kvôli“ jednému žiakovi.
- Rovesnícka podpora: spolužiak-patrón, skupinová práca s premyslenými dvojicami.

19

Plán bezpečia v praxi

Plán bezpečia je krátky osobný zoznam krokov na ťažké chvíle. Vypĺňa sa vopred a najlepšie spolu s človekom. Šablónu na vytlačenie nájdete v príručke pre verejnosť a na nikdynepride.sk/clanky/plan-bezpecia/.

- Prehľad štyroch kontrolovaných štúdií skúmal krátke psychologické intervencie po návšteve urgentu. Spájali včasné zapojenie, plán bezpečia a následný kontakt aspoň 12 mesiacov. V dvoch štúdiách bolo menej pokusov o samovraždu, v jednej menej samovrážd. Na samovražedné myšlienky účinok nezistili. Dôkazov je zatiaľ málo.
- U detí a dospievajúcich metaanalýza nepotvrdila, že by samotný plán bezpečia bez ďalšej starostlivosti znižoval samovražedné myšlienky či pokusy. Štúdií je málo a majú skôr vyššie riziko skreslenia.

Plán bezpečia preto nepoužívajte ako samostatné riešenie. Patrí k nadväznej starostlivosti: dohodnutý ďalší kontakt, zapojenie blízkych a odborná pomoc.

20

Kam odoslať

- **Akútne:** 112, IPčko 0800 500 333, Linka detskej istoty 116 111.
- **Mimo školy:** Centrum poradenstva a prevencie (CPP), Káčko, detský psychológ alebo psychiater cez pediatra.
- **Špecifické:** Plamienok (smútok), Iniciatíva Inakosť – inPoradňa (LGBTI+), Chuť žiť 0800 221 080 (poruchy príjmu potravy).

Tiesňová linka	**112**	akútne ohrozenie života, nonstop
Krízová linka pomoci IPčko	**0800 500 333**	nonstop, zadarmo, aj chat a e-mail na ipcko.sk
Linka dôvery Nezábudka	**0800 800 566**	nonstop, zadarmo, Liga za duševné zdravie
Linka detskej istoty	**116 111**	nonstop, zadarmo, deti, mladí aj rodičia
Viac ako Ni(c)k	**viacakonick.gov.sk**	národná linka pre deti a mladých do 18 rokov
Senior linka	**0800 172 500**	nonstop, násilie a zlé zaobchádzanie so seniormi
Národná linka pre ženy zažívajúce násilie	**0800 212 212**	nonstop
Káčko, centrum krízovej intervencie IPčka	**ipcko.sk/kacko**	osobne, bezplatne, bez vekového obmedzenia
Poradne komplexnej pomoci (PKP)	**pkp.gov.sk**	štátne bezplatné poradne v 46 mestách

21

Pracovný list: záznam z rozhovoru

Neuvádzajte celé meno. Záznam ukladajte podľa pravidiel vášho zariadenia a ochrany osobných údajov.

Dátum a iniciály

Skríning osamelosti (3 až 9 bodov)

Používanie AI: kedy, ako často, na čo

Akú funkciu AI plní (rozptýlenie, vypočutie, nácvik, náhrada vzťahu)

Ľudia, na ktorých sa môže obrátiť

Riziká (spánok, stiahnutie, krízový obsah, myšlienky na ublíženie si)

Dohodnutý malý cieľ

Ďalší kontakt: kto, kedy, kde

Komu bola informácia odovzdaná a kedy

22

Zdroje

1 WHO, Komisia pre sociálne spojenie, From loneliness to social connection, 2025

2 Common Sense Media, Talk, Trust, and Trade-Offs: How and Why Teens Use AI Companions, 2025

3 Americká psychologická asociácia (APA), Health Advisory: Artificial Intelligence and Adolescent Well-being, 2025

4 IPčko, Umelá inteligencia v živote mladých ľudí, 2026

5 Ipsos, AXA Mind Health Report 2026

6 Fang a kol., MIT Media Lab a OpenAI, How AI and Human Behaviors Shape Psychosocial Effects of Chatbot Use: A Longitudinal Randomized Controlled Study, 2025 (preprint)

7 De Freitas a kol., AI Companions Reduce Loneliness, Journal of Consumer Research, 2025

8 De Freitas a kol., Emotional Manipulation by AI Companions, Harvard Business School, 2025

9 Maples a kol., Loneliness and suicide mitigation for students using GPT3-enabled chatbots, npj Mental Health Research, 2024

10 Sheikh a kol., Why do young men not seek help for affective mental health issues? A systematic review, European Child & Adolescent Psychiatry 34(2), 2025, doi:10.1007/s00787-024-02520-9

11 di Giacomo a kol., Estimating the Risk of Attempted Suicide Among Sexual Minority Youths: A Systematic Review and Meta-analysis, JAMA Pediatrics 172(12), 2018, doi:10.1001/jamapediatrics.2018.2731

12 Dazzi, Gribble, Wessely a Fear, Does asking about suicide and related behaviours induce suicidal ideation? What is the evidence?, Psychological Medicine 44(16), 2014, doi:10.1017/S0033291714001299

13 Slovenská komora psychológov, Pomoc existuje

14 Hughes, Waite, Hawkley a Cacioppo, A Short Scale for Measuring Loneliness in Large Surveys, Research on Aging 26(6), 2004, doi:10.1177/0164027504268574

15 Masi, Chen, Hawkley a Cacioppo, A meta-analysis of interventions to reduce loneliness, Personality and Social Psychology Review 15(3), 2011, doi:10.1177/1088868310377394

16 McCabe a kol., Effectiveness of brief psychological interventions for suicidal presentations: a systematic review, BMC Psychiatry 18, 2018, doi:10.1186/s12888-018-1663-5

17 Albaum a kol., Safety Planning Interventions for Suicide Prevention in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis, JAMA Pediatrics 179(8), 2025, doi:10.1001/jamapediatrics.2025.1012

18 Kessler a kol., Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication, Archives of General Psychiatry 62(6), 2005, doi:10.1001/archpsyc.62.6.593

19 Loades a kol., Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19, Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry 59(11), 2020, doi:10.1016/j.jaac.2020.05.009

20 Gulliver, Griffiths a Christensen, Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: a systematic review, BMC Psychiatry 10, 2010, doi:10.1186/1471-244X-10-113

21 Clement a kol., What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A systematic review of quantitative and qualitative studies, Psychological Medicine 45(1), 2015, doi:10.1017/S0033291714000129

22 Reardon a kol., What do parents perceive are the barriers and facilitators to accessing psychological treatment for mental health problems in children and adolescents? A systematic review, European Child & Adolescent Psychiatry 26(6), 2017, doi:10.1007/s00787-016-0930-6

23 Nagata a kol., Digital Media Use and Psychosocial Health among Adolescent Boys and Young Men, Current Psychiatry Reports 28(1), 2026, doi:10.1007/s11920-026-01681-5

24 Over, Bunce, Konu a Zendle, Editorial Perspective: What do we need to know about the manosphere and young people's mental health?, Child and Adolescent Mental Health 30(3), 2025, doi:10.1111/camh.12747