

**ŠKOLSKÝ ČASOPIS**

**ART**

**č. 5 – 6**

**2022/2023**

**Súkromné hudobné  
a dramatické konzervatórium,  
Požiarnická 1, Košice**

## Príhovor k čitateľom

**PhDr. Zuzana Šinská**

zástupkyňa školy

Vážení pedagógovia, milí študenti, zamestnanci školy a čitatelia časopisu *ART*,

prihováram sa vám z postu zástupkyne školy. Verím, že naši žiaci i pedagógovia prežili jarné prázdniny v zdraví a hlavne, že si oddýchli.

Po prázdninách čaká na našich štvrtákov dlho očakávaná skúška, a to písomná časť maturitnej skúšky zo slovenského, anglického a niektorých aj z rómskeho jazyka. Želám im veľa síl a najmä, aby to úspešne zvládli.

Potom nastáva ďalšie obdobie, a to sú prijímacie talentové skúšky v máji. Pamätám sa, ako len nedávno prvýkrát vstúpili do budovy školy naši terajší prváci. Nesmeli, nerozhodní, v rozpakoch. A teraz sú už súčasťou našej komunity a veľmi sa z nich tešíme, že sa adaptovali a napredujú.

Dúfam, že uchádzači, ktorí sa zúčastnia prijímacieho konania, budú úspešní, rozšíria rady našich študentov a takisto budú napredovať a odovzdávať posolstvo školy ďalej, pretože tých škôl v rámci nášho kraja je veľmi veľa a je veľmi ťažké získať študentov. Z toho dôvodu vás prosím, tak pedagógov ako aj študentov, aby prezentovali našu školu na verejnosti a získali čo najviac uchádzačov pre budúci školský rok, lebo už teraz viem, že určite bude v máji aj druhé kolo prijímacieho konania.

Čo dodať na záver? Tešme sa, že sme zdraví a príchod dlho očakávanej jari nás určite posilní natoľko, aby sme tento školský rok úspešne ukončili.



## Za redakčnú radu

### *Jarná úvaha*

Milí čitatelia,

zimné mesiace sú za nami, slnečné lúče potichu otvárajú školské okná i dvere. Žeby predzvest' jari? To slnko, zdá sa mi, človeka núti premýšľať aj nad takými otázkami, ktoré by si v zime nepoložil.

Blížia sa maturitné skúšky. Vedomosti zo slovenského, anglického a rómskeho jazyka sa štúdiom neustále rozširujú, no stáva sa, že keď žiaci odovzdajú diktáty alebo školské úlohy, tak v nich učitelia chtiac-nechtiac nájdu gramatické chyby. Buď nenápadne ležia medzi viacerými bezchybne napísanými slovami, alebo je gramaticky správne napísané slovo zašité medzi viacerými gramatickými chybami. Ten druhý prípad ma primäl k tomu, aby som začala uvažovať nad tým, načo sa v slovenčine píše zámeno *mi* aj s tvrdým *y*. Nestačilo by len mäkké *i*? Načo je nám ypsilon? ☺ Keď slnečné lúče prenikli cez okno do školskej triedy, spomenula som si, ako sme sa museli učiť vybrané slová, tvrdé a mäkké spoluhlásky. Tiež ste si nad písaním ypsilonu lámali hlavy?

V tomto dvojčíslu časopisu *ART* sa môžete dočítať o podujatiach, úspechoch i názoroch našich študentov, dokonca aj o tom, ako Ľudovít Štúr nerátal s ypsilonom.

V mene redakčnej rady časopisu *ART* prajem našim študentom, aby sa im čo najlepšie darilo v štúdiu, v účinkovaní na verejných kultúrnych podujatiach i v súkromnom živote. Štvrtákom želám úspešné vykonanie maturitných skúšok, aby pre nich písanie ypsilonu nebolo zdrojom trápenia.

Milí čitatelia, všetkým vám želám príjemne prežité veľkonočné sviatky, dobré zdravie, aby ste mali radosť zo života aj zo slnečných bozkov, ktoré môžete rozdávať ďalej ☺.

*Mgr. Ingrid Lukáčová*

## Čo vy na to, milí študenti?

Radosť, smútok, sny, ciele, inšpirácie, priatelia, ľudské vlastnosti, netradičné nápady – zaujímavé témy, preto sme sa študentov pýtali:

### **1. Z akej udalosti ste mali v poslednom období veľkú radosť?**

- ❖ MI: Že som spravil vodičák.
- ❖ E: Že ma prijali na túto školu.
- ❖ PL: Koncerty, na ktorých som pôsobil.
- ❖ ED: Mám radosť každý deň, keď vidím svojich priateľov a blízkych, že sú šťastní.

### **2. Aký máte aktuálny a splniteľný cieľ?**

- ❖ MI: Dostať sa na vysokú školu.
- ❖ E: Prestávam fajčiť. Ide to do peňazí a zdravie je len jedno.
- ❖ PL: Spraviť maturity.
- ❖ ED: Od detstva i teraz chcem byť herečka a speváčka.

### **3. Čo / kto vás v škole inšpiruje a posúva ďalej?**

- ❖ MI: Učitelia, rodina.
- ❖ E: Učitelia a niektorí spolužiaci.
- ❖ PL: Kamaráti a niektorí učitelia.
- ❖ ED: Učitelia, ktorí ma učia spev i herectvo, preto na sebe i naďalej pracujem.

### **4. Chýba Vám niečo / niekto v tejto škole?**

- ❖ MI: Chýba mi viac voľných tried na cvičenie na hudobnom nástroji.
- ❖ E: Útulný priestor vonku pre nefajčiarov. Ale chválím, asi sa budú sadiť kvety. A aby chodili do školy všetci žiaci, ak sú zdraví.
- ❖ PL: Mám tu všetko.
- ❖ ED: Pedantnosť študentov a ich sebarozvíjanie, čo sa týka ľudskosti, je to úcta.

### **5. Akú vlastnosť máte na sebe najradšej?**

- ❖ MI: Dobrosrdečnosť.
- ❖ E: Nemám rada lenivosť.
- ❖ PL: Hanblivosť.
- ❖ ED: Pokora, lebo keď sa radujeme s pokorou, tak žiarime silnejšie ako hviezdy na oblohe.

spracovala LU, KA

## Na linke s učiteľkou



**Mgr. Klaudia OLÁHOVÁ**

### **1. Čo Vás inšpirovalo k tomu, že ste sa stali učiteľkou?**

**KO:** Mala som vždy sen. Vlastne niekoľko :). Moje sny sa mi plnia. Niekedy mám pocit, že sa veci dejú tak nejako samé. A vždy si nájdu cestičku, ako sa ku mne priblíži to, na čom mi záleží. Nikdy na nič netlačím. A všetko sa snažím robiť dôsledne a čestne. Aj neúspech vnímam ako niečo, čo ma posúva dopredu. Niečo ma to má naučiť, ukázať mi inú cestu. Byť učiteľkou je poslanie a presne tak to vnímam ja. A snažím sa o to. Som rada v spoločnosti mladých ľudí, detí, som rada, ak ich niečo naučím, keď sa s nimi môžem zhovárať. Zaujímajú ma ich názory, ich pohľad na vec. Myslím, že byť učiteľom, učiteľkou je veľmi dôležité. My dokážeme spolu so žiakmi robiť tento svet lepším miestom, múdrejším, ľudskejším, empatickým, pokorným, spravodlivejším.

### **2. Aké predmety vyučujete na našej škole?**

**KO:** Učím rómsky jazyk a literatúru, rómske reálie a kultúru, seminár rómskeho jazyka a literatúry a etickú výchovu. Sú to veľmi pekné a zaujímavé predmety a mám k nim naozaj veľmi blízko. Ale mojím snom je učiť napríklad biológiu alebo slovenský jazyk. To sú predmety, ktoré som vždy milovala.

### **3. Ak by ste si mohli vybrať iné povolanie, nie povolanie učiteľky, čím by ste chceli byť?**

**KO:** *Robila som už všetko, čo bolo mojím snom, po čom som túžila. Pracovala som dlhé roky v médiách, v Slovenskej televízii, v Slovenskom rozhlase, pracovala som v celonárodnej televízii. Tento sen sa mi splnil hneď po strednej škole. Pracovala som v zdravotníctve, som zdravotná sestra. Pracovala som v oblasti sociálnych služieb ako inštruktorka sociálnej rehabilitácie. Pracovala som so starými ľuďmi s ťažkými diagnózami ako Alzheimer alebo Parkinson. Bola som istý čas učiteľkou v materskej škole na košickom sídlisku Luník IX alebo aj v detskom domove, dnes sa to už volá centrum pre deti a rodiny. Spolupracujem s kreatívnymi ľuďmi a podieľam sa na kreatívnych a zaujímavých projektoch, či už ide o filmy, televízne relácie a podobne. Nápadov je veľa. Vždy je to práca s ľuďmi a pre ľudí. Najdôležitejšie je to, aby moja práca mala zmysel nielen pre mňa, ale aj pre iných ľudí.*

### **4. Ste triedna učiteľka prvákom. Čím (by) Vás najviac potešili?**

**KO:** *Potešia ma každý deň. Potešia ma, ak vidím, že sa im v škole darí, že do nej chodia radi. Že sa tu cítia dobre a bezpečne. Keď ich pochvália iní učitelia. Každý deň ma privítajú v škole s úsmevom, a to mi robí deň krajším. Som rada, že prvý polrok zvládli dobre. Snažím sa tu byť vždy pre nich a naučiť ich komunikovať otvorene, priamo a pravdivo. Oni vedia, že za mnou môžu prísť s akýmkoľvek problémom a spolu nájdeme riešenie. Rovnako ako aj ich rodičia. Vnímam, že komunikácia s rodičmi je veľmi dôležitá a teším sa, že sa mi to vo väčšine prípadov darí. A želám si pre nich úspešné zvládnutie strednej školy, túžim ich vidieť na stužkovej slávnosti, maturovať a neskôr, že sú v živote úspešní a šťastní, hlavne dobrí ľudia.*

## **5. Čo najradšej robíte vo voľnom čase?**

**KO:** *Veľa voľného času nemám. Ale ak predsa nejaký je, venujem ho najmä svojej rodine, mojim deťom a manželovi, mojim rodičom. Pri nich si dokonale oddýchnem. Ale milujem knihy, najmä životopisné. Rada si pozriem dobrý film alebo si vyjdem do prírody. V lete a počas sezóny ma nájdete najčastejšie v lese. Od detstva milujem hubárčiť. Je to relax. A dokonale si oddýchnem pri varení. :) Varím veľmi rada od mladosti a moja rodina tvrdí, že aj veľmi dobre.*

## **6. Po čom najviac túžite? (niečo reálne)**

**KO:** *Ja skutočne netúžim po materiálnych veciach. Moji rodičia mňa a mojich súrodencov vždy viedli ku skromnosti. Všetky moje nákupy končia tak, že vždy kúpim niečo pre mojich blízkych. Ale rada si kúpim dobrú knihu. Vlastne by som raz chcela mať veľkú knižnicu.*

## **7. Ak by ste si mali vybrať medzi peniazmi a zdravím, čo by ste si vybrali? Zdôvodnite to.**

**KO:** *Samozrejme, zdravie. Poznám veľmi dobre hodnotu zdravia. Preto som aj študovala na strednej zdravotníckej škole. Sama mám 8-ročného syna, ktorý má poruchu sluchu. Všetky peniaze sveta by som vymenila za to, aby boli moji blízki zdraví alebo aby môj syn počul. Moja voľba je jasná.*

## **8. Čo by ste chceli odkázať študentom?**

**KO:** *Verím vo vás. Dôverujem vám. A mám vás rada. Ste dôležití a svet vás potrebuje.*

**Ďakujeme za rozhovor**

*spracovala LI, B, B*

## Študenti nášho konzervatória v kultúrnom dianí

*KREMNICA, 27. január 2023*

### *Konferencia o rómskom jazyku*

– tematickým cieľom bol rozvoj a zveľaďovanie rómskeho jazyka v školách rôzneho typu. Konferencia sa konala za účasti Jána Hera, splnomocnenca vlády SR pre rómske komunity, hostí z MŠVVaŠ SR, MK SR, miestnej a regionálnej samosprávy, riaditeľov a zriaďovateľov ZŠ a SŠ so zameraním na rómsku národnostnú menšinu.

Celé podujatie otvoril ľudový orchester nášho konzervatória, v ktorom účinkujú nadaní žiaci pod odborným vedením PaedDr. Gejzu Adama, PhD. Svoj program prezentovali aj iné školy, no najväčší úspech malo vystúpenie študentov Súkromného hudobného a dramatického konzervatória v Košiciach.

### *Máme čo povedať!? – séria podcastov*

Pozývame vás sledovať na web stránke našej školy sériu podcastov *Máme čo povedať!?* Počas šk. roka budeme dopĺňať videozáznamy rozhovorov so žiakmi či pedagógmi školy, zaujímavými osobnosťami z regiónu, s ľuďmi rôznych komunít a menšín z oblasti histórie, kultúry, spolunažívania...

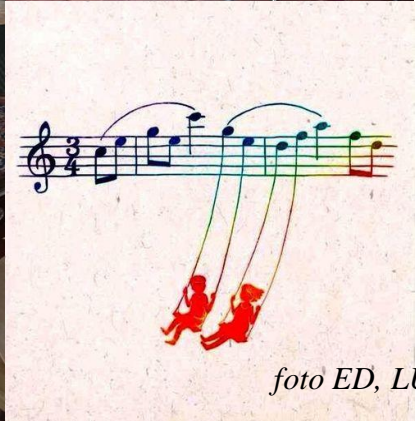






## Radost' z vystúpení a nácvičov





*foto ED, LU*

„Bezďák! Bezďák!” vykrikovali malé detičky stále dokola a hlasnejšie a hlasnejšie. Mohli mať tak od troch do päť rôčkov. Škôlkari. Najprv som sa obzeral, komu to patrí, ale okrem mňa tam nikto nebol. Bol som na druhej strane cesty a oni sa všetky pozerali smerom ku mne a zborovo to kričali. Je mi jasné, že jeden to vymyslel a ostatní opakovali. Možno ani nevedeli, čo to slovo znamená. Brali to ako zábavku a nemám im to za zlé. Ale kto význam toho slova pozná (alebo by aspoň mal) a pre koho by to zábavka nemala byť, boli tie dve pani učiteľky, ktoré ich sprevádzali. Očakával by som a asi aj každý iný na mojom mieste, že zasiahnu. Že ich nejako usmernia, vysvetlia. Že mi aspoň naznačia, že ich to mrzí. Nezasiahli. Neusmernili. A zjavne ich to ani nemrzelo. Lebo pani učiteľky nespravili NIČ! Nechali ich dosýta sa vykričať a potom zavelili: „Deti! Poďme!” Tak to bol pre mňa šok. Nechápavo a neveriacky som pozeral na tých odchádzajúcich drobcov a rozmýšľal, aký to na nich bude mať vplyv. Budú si večer líhať do postieľok a rozmýšľať, ako boli na prechádzke a ako videli uja na vozíku a ako “pekne” naňho kričali. A aká to bola zábava. S tým zaspia a na druhý deň alebo neskôr sa situácia možno zopakuje. A budú to považovať za niečo prirodzené a normálne. Veď keby sa to nemalo robiť, tak by ich pani učiteľky napomenuli tak ako vždy, keď robia niečo zlé. A keďže nič nepovedali, tak je to v poriadku...

O pár mesiacov neskôr som mal iný zážitok. Zas to bola príhoda s deťmi, ale teraz staršími. Tiež ich bolo viac a tiež ich sprevádzali učiteľky. Sedel som na vozíku a držal svojho psíka, ktorý chcel k tým deťom ísť. Nemal vtedy ešte ani rok a bol hravý, naučený na hladkanie a milé slová, ktoré mu okoloidúci väčšinou hovorili. Zrazu sa jeden chlapec naňho rozkričal so slovami: „Zmizni, ty špinavý cigánsky pes!” Možno by iný psičkar zareagoval prudko, ale ja som sa ho pekne opýtal: „A prečo ho nazývaš špinavý? Pozri, aký je krásny biely. A prečo naňho kričíš? Nič ti nespravil.” Ku slovu cigánsky som sa ešte len chcel dostať. Zostal zarazený a vyzeral, že by sa mu to dalo vysvetliť. Možno by si uvedomil, že prestrelil. A možno by sme sa pekne kamarátsky rozlúčili. Ja neurazený a on s vnútorným pocitom, že si to nabudúce odpustí. Ale nič z toho sa nestalo. Pani učiteľka prišla k nám, prísny pohľadom a ešte prísnejším hlasom sa spýtala: „Čo sa tu deje?!” Tak som sa jej snažil popísať situáciu a po prvej vete ma stopla

slovami: „Tak o tomto sa s vami nebudem baviť!“ A taktiež zavelila: „Podme!“

Nie je slovo “učiteľ” odvodený od slova učiť? Čo to vlastne znamená? Vysvetľovať príklady pri tabuli? Dávať písomky? Skúšať? Áno. Ale aj iné. Vychovávať deti. Niekam ich správne nasmerovať. Ukazovať im hodnoty a upozorniť na všetko, čo je nesprávne.

Hovorí sa, že najprv má človek chváliť, potom haniť. Ja som to urobil naopak. Ale úmyselne. Lebo takisto sa hovorí: *zlý začiatok, dobrý koniec*. Tie “učiteľky” z mojich dvoch príbehov sú, našťastie, výnimky – sú presne to, čomu sa hovorí zlyhanie ľudského faktora. A naozaj je to len malý, malinký zlomok z toho veľkého množstva ostatných UČITELIEK a UČITEĽOV, ktorí robia presne to, čo majú v názve: učia. V pravom slova zmysle. Vybrali si prácu, ktorá je poslaním. Majú nekonečnú trpezlivosť. Široké znalosti. Vytvárajú si so žiakmi skutočný vzťah. Sú prísni, ale spravodliví. Dávajú žiakom základy, na ktorých môžu neskôr stavať. A sú – žiaľ – nedocenení. S tým ale nič nespravíme, keďže je tak nastavený systém.

Ale čo môžeme spraviť (a mali by sme) je uvedomiť si, čo všetko pre nás robia. A byť za to vďační. Nebrať to ako samozrejmosť a ich povinnosť. Mali by sme si uvedomiť, že aj v rozprávke Soľ nad zlato sa ukázalo, že bez nej sa to nedá. A bez tých našich učiteľov by sme sa nikam neposunuli, nič by sme nevedeli. A ak si teraz niekto naivne pomyslí, že všetko je na nete a dá sa “vygúgliť”, určite to nie je pravda. A napriek tomu, že od nás nikto z tých našich učiteľov asi nečaká veľkú vďaku, mali by sme ju prejavovať. Je to to najmenej, čo môžeme dať my im.

***Ď A K U J E M E za to, že ste.***



Milý môj denníček, som uväznená s coronou ja i celá spoločnosť. Stalo sa to zo dňa na deň.

Moje dni sa zrazu zmenili na dni ako cez kopirák. Každý deň dookola stále to isté. Ráno vstanem, skontrolujem si stránku školy. Urobím si domáce úlohy. Pomôžem mame s domácnosťou. Vždy okolo tretej sa idem poprechádzať do lesíka s kamarátkou. V tejto nešťastnej situácii mojou obľúbenou činnosťou sa stala prechádzka. Ani som sama netušila, že práve prechádzka v lese s blízkou osobou bude pre mňa až taká dôležitá.

Po prechádzke domov mám hodinu hry na klavíri. Po hodine bude videohovor s mentorkou. Doma sa vôbec nenudím. Záchina mi chýbať škola, ale dokonca aj samostatné učenie. Dokonca mi začalo chýbať aj cestovanie autobusom do školy. Pre mňa je ťažké stále byť vo vnútri, ale vždy si nájdem nejakú prácu, aby som sa niečím zamestnala a najmä nenudila. Používanie sociálnych aplikácií mi nechýbajú tak, ako kamaráti a spolužiaci. Situáciu, ktorá nastala vo svete, beriem dosť vážne. Spočiatku som si z koronavírusu robila žarty, ale keď som videla, že koľko ľudí umiera, hneď som s tým prestala a začala som to brať vážne. Je naozaj ťažké žiť s koronavírusom. Uvedomujem si, že pre mojich rodičov je to ťažšie, lebo oni sa neboja len o svoje zdravie, ale boja sa hlavne o svoje deti.

Pre mňa ako žiačku je ťažké samoštúdium doma, je lepšie, keď mám pri sebe mojich výborných a hlavne múdrych učiteľov. Práve aj po tejto situácii chcem a budem sa chrániť, ale nielen seba, ale aj celú svoju rodinu.



## Zaujímavosti

### *Ako Ľudovít Štúr nerátal s ypsilonom*

#### **Kde sa v našej abecede nabral ypsilon?**

Ypsilon sa dostal na miesto praslovanského jeru, ktorý sa dnes nepoužíva. Zásadný zlom nastal v 11. storočí, keď sa výslovnosť zjednotila tak, že sa už nerozlišovala tvrdá zadná ypsilonová a mäkká predná jotová. Hlásoky i – y sa spojili zvukovou podobou do jednej, no naďalej sa rozlišovali graficky. **Anton Bernolák** v roku **1787** zjednotil i a y tvrdením, že ide o ten istý zvuk, a tak je používanie dvoch rozdielnych znakov zbytočné. Bolo to logické zdôvodnenie. Jeho slovenčina bola založená na jazyku – reči – západoslovenských vzdelancov Trnavskej univerzity a na nárečovom pozadí oravskej Slanice a jej okolia.

**Ľudovít Štúr sa pri kodifikácii držal podobnej zásady. Už deti na základnej škole sa učia o tom, že v štúrovskej spisovnej slovenčine žiadny ypsilon nebol. Prečo sa teda ypsilon dostal do slovenskej gramatiky?**

Ľudovít Štúr so samohláskou ypsilon v slovenčine nerátal, zdôvodnil to v známom spise *Náuka reči slovenskej*. Lenže, žiaľ, nerozhodoval o tom sám. Proti jeho názorom stál Michal Miloslav Hodža, ktorý y, ý obhajoval historickým vývinom nášho jazyka. Argumentoval Ruskom, tam sa však na rozdiel od slovenčiny y a i diferencuje aj vo výslovnosti. Tento spor chcel využiť aj Ján Kollár vo svojej protislovenskej kampani. Vychválil Hodžu a jeho duchovnú tvorbu, najmä nábožné piesne v biblickej kraličtine (Kralická Biblia).

Treba si uvedomiť, že biblická čeština, ktorú používali evanjelici, bola pre Slovákov čoraz viac nezrozumiteľná. Preto sa Štúr usiloval presadiť jednotný spisovný jazyk, a to tým, že spojí evanjelický a katolícky myšlienkový prúd, ale v súlade s Bernolákovou múdrou myšlienkou.

Vieme, že za základ si zobral reč stredoslovenských vzdelancov a stredoslovenské nárečie najmä z Turca z okolia Martina. **Nová spisovná slovenčina bola verejne vyhlásená 11. júla 1843 v Hlbokom** za prítomnosti Štúra, Hurbana, Hodžu a ďalších.

**Tento štúrovský koncept však o pár rokov neskôr narušila hodžovsko-hattalovská reforma. Prečo?** – V roku 1852 sa poprední jazykovedci opäť stretli a dohodli sa na novej podobe slovenského pravopisu, hláskoslovia a tvaroslovia. Slovenčinu kodifikovali síce podľa Štúra, no s úpravami podľa návrhov Hodžu a Hattalu, ktorý bol pod silným Hodžovým vplyvom. Štúr bol z hodžovsko-hattalovskej reformy frustrovaný a veľmi nervózny. Svedčí o tom aj ostrý list, ktorý Hodžovi napísal. Pýtal sa ho: „Načo je nám ypsilon, keď je v našom vyslovovaní nula?“

A tu je ten moment, keď v našom pravopise naplno nastupuje ypsilon. Štúr poveril sformulovaním úprav nového slovenského pravopisu Martina Hattalu, ktorý začal túto grafému silno obhajovať. Zavedenie ypsilonu zdôvodňoval ako návrat k prapôvodu slovenčiny. Z veľkej časti bolo toto jeho rozhodnutie podmienené dobou, v ktorej žili, keď sa vymedzoval slovenský národ prostredníctvom vlastného jazyka – slovenčiny.

Samozrejme, nemôžeme celú „vinu“ hádzať iba na Hattalu. Zodpovední sú aj iní jeho spolupútnici, no práve on zostáva hlavným protagonistom – človekom, ktorý je historicky pokladaný za hlavného strojcu zavedenia písmen y, ý do slovenského pravopisu. Pre úplnosť ešte spomeňme, že v prvej polovici 20. storočia dotvoril spisovnú slovenčinu Samuel Czambel. V knihe *Slovenský pravopis* ustálil písmená y, ý, ä, ako aj rytmický zákon.

Keď Hattala napísal *Krátku mluvnicu*, v ktorej obhajoval zavedenie ypsilonu, Hodža mu k tomu zagratuloval. Pre Štúra to bola zrada a veľmi ho to hnevalo. Treba si uvedomiť, že on nemal na starosti len otázky jazyka a pravopisu. Bol predsa aj politik, novinár a tento boj bol zrejme už nad jeho sily.

**O odstránení ypsilonu zo slovenského pravopisu sa hovorí azda od obdobia, keď bol do slovenčiny zavedený. Kto veľa číta, tomu sa pravopis vštepí sám od seba.**

Bez jazyka by nebol národ. Slovenčina je náš jazyk, žijeme s ním a mali by sme si ho vážiť. A to bez ohľadu na pravopis. *Pravopis je spoločenská konvencia ako každá iná.*

*z besedy s doc. PhDr. Františkom Ruščákom, CSc. pre denník Postoj spracovala LI*





## Závislosti

## Nomofóbia

### *Veľa ľudí má pocit, že telefón je ich druhý mozog*

Už mnohé štúdie naznačujú, že viacerí vlastníci smartfónov tvrdia, že je to ich „rozšírené ja“ a tieto malé zariadenia sa stávajú ich súčasťou. Je to preto, lebo v mobiloch majú uložené všetky informácie – od dôležitých dátumov, cez rôzne čísla a adresy, po správy, emaily, fotografie či iné vzácnosti. Preto niet divu, že ľudia prežívajú pocity úzkosti, ak od svojich smartfónov musia byť oddelení.

### **Čo je to nomofóbia a ako sa prejavuje?**

Pre chorobu, pri ktorej má človek hysterické reakcie na odlúčenie od technologického miláčika, už vznikol aj názov – nomofóbia (od NO MOBILE Phone Phobia). Profesor z Baylorskej univerzity James A. Roberts vyčlenil príznaky závislosti, ktoré platia rovnako pre mobilné telefóny i iné závislosti.

### **6 znakov nomofóbie:**

#### **1. Dôležitosť**

Manipulácia s telefónom sa stáva najdôležitejšou činnosťou v živote človeka. Je potrebné nesiahnuť po ňom pred ôsmou hodinou rannou a neukladať si ho na noc k posteli.

#### **2. Eufória**

Reagovanie na telefón zmenami nálad, striedaním vzrušenia a úľavy v jeho prítomnosti, kvôli smske ste schopní všetko nechať tak.

#### **3. Tolerancia**

Tá sa postupne zvyšuje ako u klasickej závislosti, kým na začiatku vám stačilo držať ho v ruke štyri hodiny denne, teraz sa neuspokojíte s ôsmimi.

#### **4. Syndróm z odlúčenia**

Chýbajú síce fyzické abstinenčné príznaky, no rovnako ako u alkoholika sa objavuje náladovosť, podráždenosť, stres, hystéria, panika.

#### **5. Konflikt**

Netrvá dlho a dostavia sa problémy v práci, v partnerstve, ba dokonca problém so zákonom v prípade napríklad telefonovania za volantom.

#### **6. Recidíva**

Nedokážete sa ho vzdať. Telefón na chvíľu odložíte a myslíte si, že ste vyhrali, no pod akýmkoľvek tlakom ho máte okamžite v ruke. Aby ste to zmenili, musíte si osvojiť nové zvyky.

#### **Ako sa oslobodiť?**

Závislosť na mobilnom telefóne nie je v súčasnosti ničím nezvyčajným. To však neznamena, že by ste to mali nechať tak. Ak chcete žiť v reálnom svete, potom musíte obmedziť ten virtuálny. Mnohé informácie sú nepotrebné a nadbytočné. Teda nie je potrebné si nimi zaťažovať myseľ a pozornosť. Internet, televízia, noviny, sociálne siete i smartfóny. Všetky žijú z procesu prenosu informácií. Potrebných i nepotrebných. Až 90 percent informácií sa ukáže ako zbytočných a nadbytočných. A náš mozog ich musel spracovať a vyhodnotiť. Nečudo, že čoraz častejšie cítime únavu, vyhorenie a opotrebovanie.

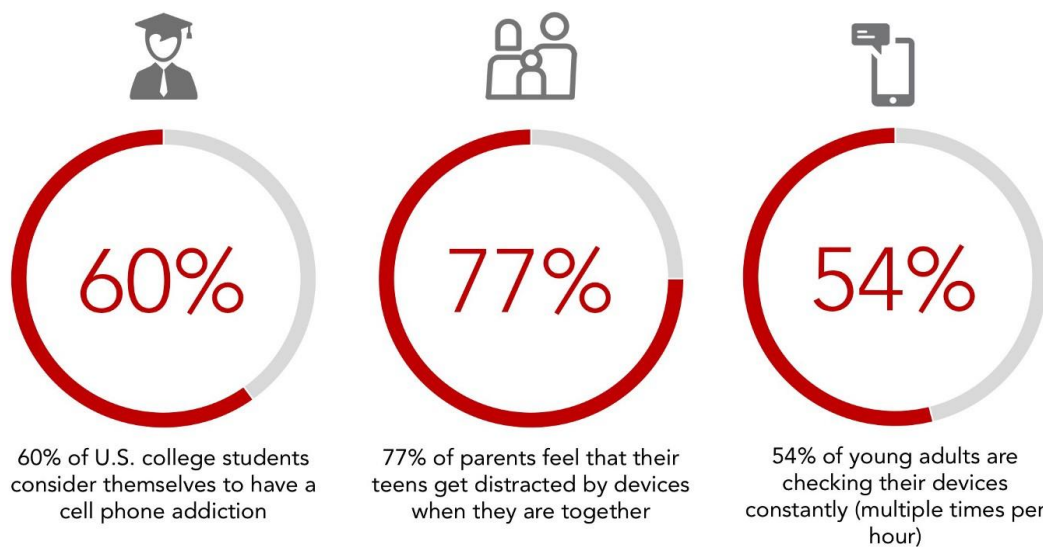
Skúste niekedy svoj smartfón vypnúť a užívať si život presne taký, aký je. Vytvorte si rovnováhu medzi používaním mobilu a všetkým ostatným, pretože ak trávite s vaším mobilom denne niekoľko hodín, potom to rozhodne nie je dobré ani zdravé. Skúste si cielene vytvárať priestor na **informačnú diétu**. Dôležité je tiež odnaučiť sa neustále kontrolovať mobil. 5 krokov, ktoré vám môžu pomôcť zbaviť sa závislosti na mobiloch:

1. Hovorte si: „**nekontrolujem mobil**“,
2. Ak nemusíte mať mobil pri sebe, dajte ho na inú stranu v miestnosti. Keď bude mobil od vás ďaleko, nutkanie vziať ho do rúk sa zmenší. Vypnite všetky nepotrebné upozornenia.
3. Používajte pravidlo ukončenia. Prerušenie si naplánujte dopredu. Môžete využiť časovač v mobile, ktorý vás upozorní, že čas na činnosti s mobilom sa skončil.
4. Starý zvyk vymeňte za nový. Keď napríklad máte túžbu postaviť sa z kresla a ísť po mobil na druhú stranu izby, tak si zoberte do rúk napríklad knihu.
5. Dopredu predvídajte situáciu. Napríklad idete na večeru a dobre viete, že je neslušné v takejto situácii vyťahovať mobil. Aby náhodou k niečomu takému nedošlo, radšej nechajte mobil doma.

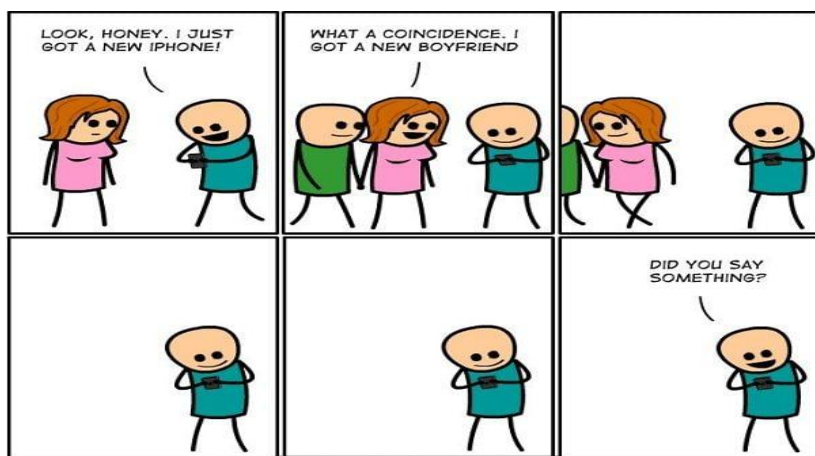
zdroj: <https://eduworld.sk/cd/jaroslava-konickova/5526/nomofobia>  
spracovala LU



## Povieme si v angličtine o závislosti na mobile:



60 % amerických študentov sa považuje za závislých na mobile,  
77 % rodičov si myslí, že ich deti sú rozptýlené mobilmi, keď sú spolu,  
54 % mladých dospelákov neustále kontroluje svoje zariadenia (niekoľkokrát za hodinu).



Pozri sa, miláčik. Práve som dostal nový mobil.  
Aká náhoda, ja som si našla nového priateľa.  
Hovorila si niečo???



pripravila KM

## *Malý slovník aktuálnych výrazov*

**POKRAČOVANIE** z predchádzajúceho čísla

Motto:

*Slovník nemožno dokončiť, možné je len na ňom prestať pracovať.*

**e**

**editor** 1. inform. program na úpravu textov, 2. vydavateľ

**edukovať** učiť, vzdelávať

**ekipa** pretekárske družstvo, tím

**ekoaktivista** stúpenec aktivít, súvisiacich s ochranou životného prostredia

**ekofarma** agrárny podnik priaznivý na životné prostredie

**ekomonitoring** sledovanie stavu životného prostredia vzhľadom na znečistenie

**elita** iron. ľudia s významným postavením

**elitársky** povýšenecký, nadradený

**embargo** zákaz obchodovania

**uvaliť embargo na určitú krajinu** zaviesť obmedzenia pri obchodovaní s určitou krajinou

**emotikon i emoji** grafický symbol, vyjadrujúci rôzne pocity v písomnej elektronickej podobe

**endémia** výskyt infekčnej choroby na určitom území

**esemeskovať** hovor. posilať správy cez mobil

**esenciálny** podstatný, základný, hlavný

**esenciálne obchody** obchody so základnými potravinami

**eseročka** hovor. spoločnosť s ručením obmedzeným /s.r.o./

**eskalácia** stupňovanie, zvyšovanie /napätia, úsilia a pod./

**e-shop** nákup a predaj cez internet

**esenciálny** podstatný

**esenciálny obchod** obchod so základnými potravinami

**eskalátor** pohyblivé schody

**establišment** najvyššia vrstva politicky i spoločensky vplyvných ľudí

**vládny establišment** vládnucci politický režim, vláda

**eštébák** /za socializmu/ príslušník Štátnej bezpečnosti

**štébé** hovor. v bývalom ČSSR Štátna bezpečnosť

**etalón** štandard, norma určitej veličiny

**etatista** stúpenec aktívneho zasahovania štátu do politického a hospodárskeho života

**etatizmus** prehnané zdôrazňovanie funkcie štátu

**eurofil** sympatizant európskej integrácie, EÚ

**eurofób** odporca európskej integrácie, EÚ

**eurokarta** medzinárodná platobná karta

**eurozóna** štáty EÚ, ktoré prijali euro

**event /ivent/** 1. udalosť 2. spoločenská akcia  
**excesy** výstrelky, výtržnosti  
**exekutíva** výkonná moc  
**exekutívec** pracovník exekutívy  
**exit** 1. inform. príkaz na ukončenie programu 2. východ  
**exot** 1. výstredný človek 2. cenný papier nezaznamenaný na burze  
**extranet** inform. počítačová sieť medzi podnikmi

**Pokračovanie v budúcom čísle**

spracovala LI

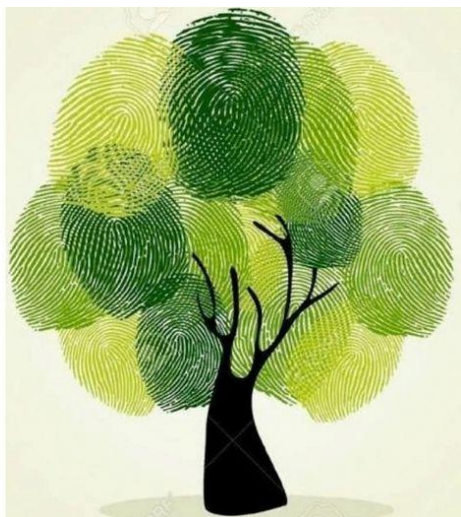
## **Výroky, čo znejú dlhé roky**

***Rodina je oporou štátu. Ľudia, ktorí sú zamestnaní rodinnými starosťami, nemyslia na politiku.***

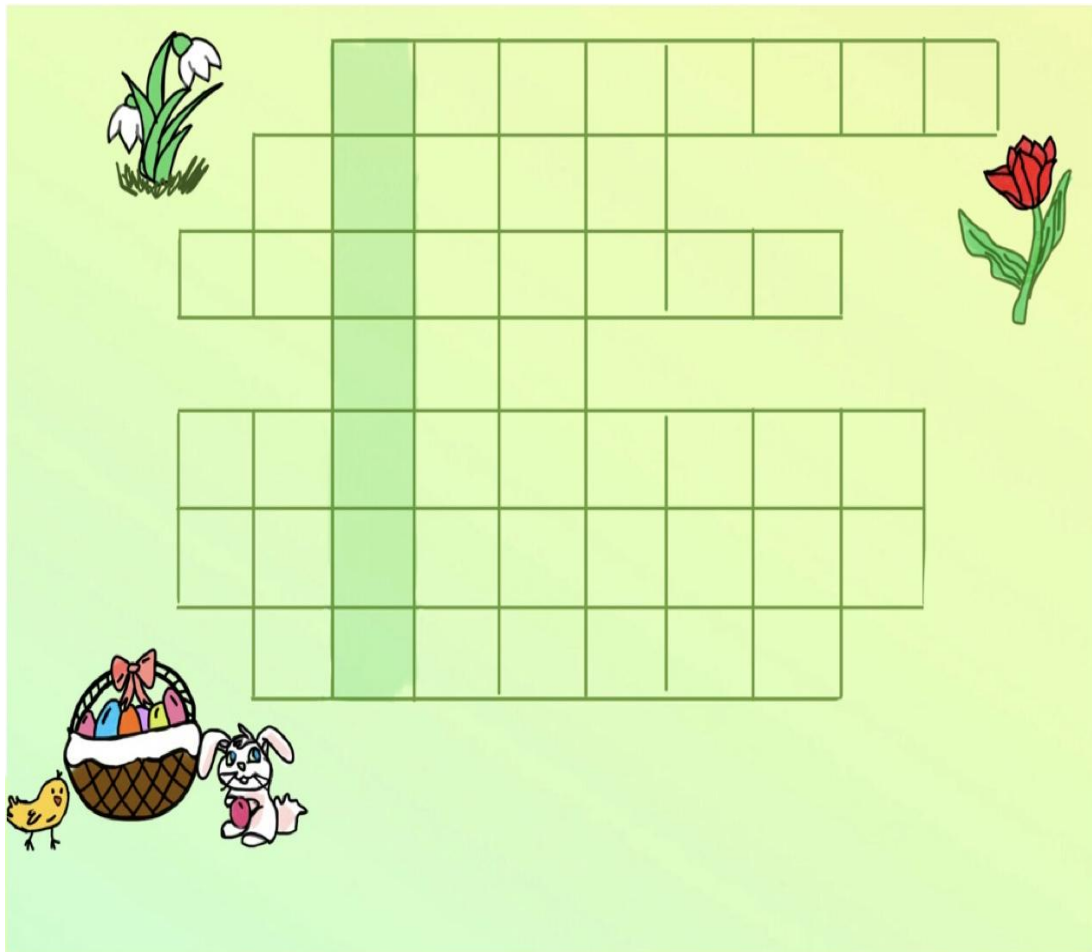
***Čo je výprask, vie každý z nás dosť presne, ale čo je láska, to poriadne nevie nikto.***

***Keď rodičia čítajú správy učiteľov o ich deťoch, pociťujú úľavu, ba dokonca šťastie, že nikto nepodáva nikomu správu o nich.***

***Všetci radi stárneme, keď máme osemnásť.***

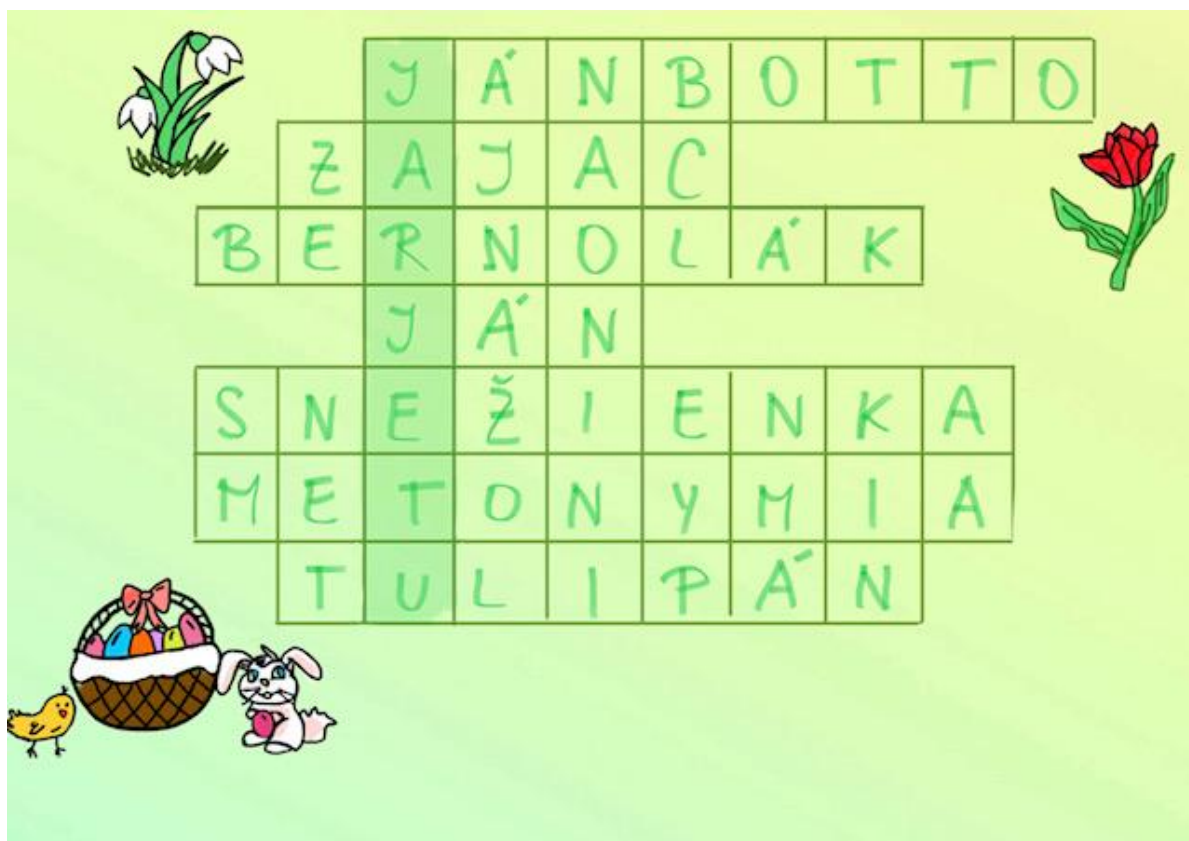


## ČO TAJÍ TAJNIČKA



1. Autor básne Smrť Jánošíkova
2. Zviera spájané s Velkou nocou
3. Priezvisko kodifikátora spisovnej slovenčiny z r. 1787
4. Krstné meno autora Slávy dcery
5. Prvý jarný kvet
6. Prenesenie významu na základe vnútornej súvislosti
7. Jarný kvet mužského rodu

## SPRÁVNE ODPOVEDE:



prpravila ZK

### Uhádneš?

Kto sú to *stredoškóáci*?

(To sú školáci, ktorí chodia do školy akurát v stredu.)

Čo pridáte do *vedra vody*, aby bolo ľahšie?

(Diery.)

Prečo *nepošlú do vesmíru mačky*?

(Pretože by vypili Mliečnu dráhu.)

A prečo tam *nepošlú kone*?

(Pretože by odtiahli Veľký voz.)



**Redakčná rada:** Mgr. Irena Adamová, PaedDr. Gejza Adam, PhD., PhDr. Zuzana Šinská, PaedDr. Nadežda Oláhová, Mgr. Ingrid Lukáčová, PhDr. Katarína Zubková, Mgr. Katarína Mihoková, Mgr. Karin Tóthová, Timea Dičková, Barbora Porčogošová (1.B), Barbora Čurejová (1.B), Ruth Mochnáčová.

**Grafická úprava, jazyková korektúra:** Mgr. Ingrid Lukáčová.

