



Znám školáka, který pozná všechny vlajky Evropy (a možná i světa). Každý stát má svoji vlajku, která patří ke státním symbolům. Společně se znakem a hymnou si ji chrání zákonem. Nesmí se proto z vlajky šít šaty nebo používat jako hadr na zem.

Státní znak se zase objevuje na dresech sportovců nebo na čepicích vojáků, policistů a hasičů. Státní hymna je většinou nějaká stará píseň, která pro stát vyjadřuje něco důležitého. Česká hymna připomíná, že země česká je krásnou zemí, ve které stojí za to žít a kterou je potřeba chránit. Zpívá se nejčastěji při mezinárodních setkáních nebo sportovních zápasech. Tehdy se zahraje i hymna soupeřů jako výraz úcty k jejich zemi. Národní hymnu by měl každý obyvatel znát! A víte, že se při ní stojí v pozoru? To znamená stát rovně, nehýbat se, neohlížet a dívat se před sebe, a když je blízko vlajka, tak na ni. Všimněte si, že Američané z USA při hymně položí pravou ruku na své srdce.

Toto všechno určitě znáte už ze školy, ale já to připomínám hlavně proto, že 28. října 1918 vzniklo Československo a mělo dvě hymny – českou a slovenskou, než se v roce 1993 Česko a Slovensko rozdělily. A za tři roky to bude 100 let od vzniku moderního státu Vatikán, který má také svoji vlajku, znak i hymnu. Na rozdíl od papeže, který je vládcem Vatikánu, křesťané ani církev svůj stát nemají, a proto ani společnou vlajku nebo hymnu. Mají však svůj znak, kterého si o to víc váží, protože je nejposvátnějším znakem ze všech, co existují, a tím je kříž. A malý dotaz: víte, které písní v kancionálu se říká „papežská hymna“?

Mějte se hezky v novém školním roce!
ŽEHNÁ OTEC JIŘÍ KAŇA

Foto: art - Adobe stock

Nová škola, noví kamarádi

Mám strach ze školy, nových tváří, že nezapadnu, nebudu mít kamarády. Co mám dělat?

Michal, 13 let

Michale, myslím, že tvé obavy jsou běžné a je dost možné, že úplně stejné pocity budou zažívat i ostatní tví noví spolužáci. Neznámé situace prostě vzbuzují nejistotu a často vedou k negaci a představám, že to bude nepříjemné a nedopadne to dobře. Ale zkoušel sis představit pravý opak? Tedy že si najdeš dobré kamarády, ve škole bude příjemná atmosféra a bude se ti tam dařit? Ze zkušenosti můžu říct, že jít do nové situace s pozitivním očekáváním napomůže uvolnění, dobré náladě a otevřenosti. Navenek pak takový člověk vyzařuje pohodu a pro ostatní je lákavé se mu přiblížit, usmát se na něj nebo si začít povídat.

Dalším krokem by mohlo být zkusit si připravit pár témat, kterými bys mohl oslovit někoho druhého. Přejde mi dobré zkusit se zajímat o pocity druhého, začít jednoduchou otázkou, jak se mu ve škole zatím líbí, jak se tam cítí, jaký má dojem z třídního/výzdooby třídy/šatní skříňky... Na to pak můžeš navázat

vlastními zkušenostmi a pocity. Podobně můžeš zkusit zjistit, jestli má někdo podobné zájmy jako ty nebo má koníčky, které jsou pro tebe lákavé. Jednodu-



še zkusit najít nějaké nenucené téma, ke kterému bys měl co říct, ale také projevil zájem o druhého.

Možná máš sám zkušenost, že seznamování jde lépe v menších skupinách. Zkus zjistit, jestli má škola kroužky, aktivity, ke kterým by se ti líbilo se připojit – dramatický kroužek, školní časopis, pěvecký sbor, sportovní tým... V menší skupině bys mohl své místo a kamarády najít snáze.

Michale, ať už své odhodlání namíříš kterýmukoliv směrem, chci ještě na závěr dodat, že mít pozitivní očekávání neznamená mít přehnaná očekávání. Naopak menší, ale reálné cíle tě mohou posunovat kupředu s větší jistotou. Raději než snažit se být předsedou třídy, namíř svou snahu k tomu, aby ses každému, s kým budeš mluvit, dokázal dívat do očí. Nebo si dej za cíl v prvních dnech zkusit každý den oslovit nového člověka. Nebo se každý den aspoň tří lidí zeptat na jejich náladu. Cíle mohou být rozmanité, záleží, co ti bude vyhovovat.

Jejich smyslem by mělo být, že pro tebe budou představovat malou výzvu, kterou ale budeš schopný splnit. Radost z úspěchu tě opět pozitivně naladí a dodá ti odvalu pouštět se do dalších.

ANETA JANALÍKOVÁ, PSYCHOLOŽKA

Foto: Miljan Živković - Adobe stock

Kluci z PLAKÁTU

Když se na ně člověk dívá, možná jim trochu závidí, třeba by byl rád na jejich místě, protože být hercem musí být zajímavé. Místo práce si tak trochu hrajete, všichni vás znají, můžete z toho mít třeba i nějaké výhody u děvčat a pak třeba dostanete i toho Českého lva. Jenže než se stanete filmovou hvězdou, jste jen obyčejný kluk, a nás zajímalo, jaké to je být Markem Adamczykem nebo Vojtěch Kotekem na základce a vůbec před tím, než se stali herci. Podívejte se, jestli jsou opravdu tak jiní než my obyčejní kluci.

Čím jste chtěl být v deváté třídě?

Mark Adamczyk

Tehdy jsem to hodně nevěděl! Snažil jsem se hlavně dostat na gympl, a tím si odložit nutnost se rozhodnout. Ale ještě dlouho po gymnasiu jsem v tomhle směru nic konkrétního ani neušil.

Vojtěch Kotek

Já už ve 14 točil a doufal jsem, že se mi vyplní sen být hercem. Chtěl jsem jít na hereckou konzervatoř, ale doma mi řekli, ať mám radši nějaké pořádné vzdělání, a tak jsem šel na španělské gymnázium a nasoukal do sebe všeobecné vzdělání. Dneska jsem za to strašně rád. I v herectví je třeba mít trochu rozhled.

Je ale pravda, že tím herectvím přijdete úplně o soukromí a je na vás upřena intenzivní pozornost. Mě to potkalo v poměrně kritickém věku a chvíli mi trvalo, než jsem se s tím vyrovnal. Já jsem tehdy totiž zjistil, že jsem větší introvert, než jsem si myslel, a trochu mě ta pozornost rozhodila. Naštěstí jsem kolem sebe měl rodiče a kámoše ze základky, kteří mi byli jakousi kotvou. I když jsem tu pozornost fakt nesnášel, tak jsem za tu zkušenost vděčný, protože když ji dobře zpracujete, tak vám všechno může být k užítku.

Ve škole jsou hodně důležití kamarádi. Měl jste na škole kamarády? Jak si je vybíráte, a co pro vás znamenají?

Mark Adamczyk

Já jsem přesvědčený, že rodina a kamarádi jsou základní prvek, který člověk v životě má. Kamarádi jsou pro mě vzácní a hodně cenní, protože jich zas tolik v životě nemám. Z každé životní etapy mám pár lidí, které považuju za kamarády a snažím se je držet poblíž. Kamarád ke mně musí být upřímný a mluvit bez ohledu na to, aby mě chtěl potěšit. Pak mi ani nevádí, že se třeba ve všem neshodneme. Jedna kolegyně říká, že mám kolem sebe takovou krustičku a je těžké se přes ni ke mně dostat. Tahle krustička ty povrchní lidi odradí, a kdo jí pronikne, tak už je člověk, který mi za to stojí.

Vojtěch Kotek

Největší poklad našeho kamarádství je, že jsme se znali jako děti a že jsou to super lidi. Ta síla je v tom, že tihle kluci mě poznali ještě před tím, než jsem se stal hercem. Že to přátelství je upřímné. Vždycky jsem od nich mohl získat upřímnou reakci na to, jak se chová, co dělám, a to pro mě je cenné. Ale i kdyby se můj život odvíjel jinak, myslím, že by to přátelství bylo mezi námi stejné. My se známe do morku kostí a to je ten poklad.

Byl jste na základce mezi dětmi oblíbený, nebo jste zažil i nepříjemné věci?

Mark Adamczyk

Já zažíval na základce hodně nepříjemných věcí. Necítil jsem se v kolektivu dobře. Taky proto, protože jsem v tu dobu nevěděl, jak se k tě šikaně postavit. Člověk vlastně neví, jak o tom, co prožívá, mluvit. Jak s vrstevníky, tak doma. Když to řeknete tak, aby to nepůsobilo, jako že jste hysterka, tak to nikoho nezajímá, a když to řeknete tak, aby ti druzí pochopili, že vás něco trápí, tak oni se začnou tvářit, že hysterka jste. Když jsem pak šel na gympl, tak jedna z hlavních věcí, kterou jsem řešil, byla, abych tam našel dobrý kamarády. To se mi povedlo, ale zase se to podepsalo na známkách. Pár lidí z gymnázia patří právě mezi ty kamarády, které mám až doteď.

Vojtěch Kotek

No jasně, že zažil. Už na té základce, když se začali promítat Snowboardáci. Nejdřív to mělo



celkem pozitivní ohlas, ale pak, když už to bylo všude a vědělo se, že mé plakáty visí v holčičích pokojíčkách, tak ti kluci na to nějak potřebovali reagovat. Měli potřebu mě shazovat. S tímhle se musím rovnat vlastně v průběhu celého života. Právě proto je potřeba v tuhle chvíli mít nebo najít někoho, jehož názory jsou pro vás důležitější (ale ne se na něj upnout). Je třeba naučit se nebrat si ty věci osobně. Mně naši říkali „Oni ti závidí“. Pochopil jsem, z čeho to chování pramení. Že je to z nespokojenosti se životem, kterou mají ti lidé sami se sebou, proto vám to dělají. A když si to takhle přeberete, tak si řeknete „Asi jsem v něčem zajímavý nebo jiný, a proto mě mají potřebu srážet. Protože mě vidí jako konkurenci“. Naučíte se to vlastně vidět jako nějaké nešikovné ocenění.

Ale když je toho moc, tak stojí za to se tomu postavit, a to není lehké.

Děkujeme Heleně Filčíkové, za rozhovor připravený pro časopis IN! dívčí svět.



Foto: Gorodenkoff - Adobe stock; Eva Dobrovodská