

atteliēr

časopis študentov Univerzity sv. Cyrila a Metoda v Trnave

Zohratá partia

priateľstvá počas
pandémie

zamestnanosť
absolventov UCM

rodová (ne)rovnosť

o vede
s Vedátorom

01 | november 2025 | 23. ročník



Študentské výdavky čierne na bielom.

Kolko miniem za týždeň?

Všetci vysokoškólači sa s'ťažujú, aké náročné je vyžiť celý mesiac zo študentského rozpočtu. Ani ja nie som výnimka. Myslím si, že míňam iba na naozaj nevyhnutné veci. Ako je to naozaj?



redakcia

šéfredaktorka

Júlia Ďurčeková

redaktori a redaktorky

Barbora Hudáková
Barbora Kolejáková
Branislav Fábry
Diana Čaklošová
Emma Zahurancová
Jaroslav Reich
Maja Greifová
Natália Vencelová
Zuzana Beneková

editorky

Beáta Čúzyová
Bernadetta Čaranová
Lenka Šamajová

šéfgrafička

Bronislava Havranová

grafici a grafičky

Andrea Kianičková
Diana Krempaská
Liliana Ivaničová
Michaela Pienčáková
Nora Čechová
Patrik Friedmann
Peter Vojtek
Samuel Sczyrzicki
Veronika Lukáčová
Zuzana Minčáková

fotografka

Katarína Vaňová

jazyková korektúra

Mgr. Zdenka Kumorová, PhD.



Nevedome od seba oddeľujem dva svety.

Jeden, ktorý som budovala štrnásť rokov, a ďalší, ktorý je stále v plienkach, pretože sa zrodil ešte len pred tromi rokmi. Navzájom sa ovplyvňujú, aj keď o tom nevedia. Nikdy sa nepretli ich orbitálne dráhy. Spája ich len to, že obiehajú okolo toho istého slnka.

Moje dve najlepšie kamarátky sa doteraz nestretli. Vysielam cez satelit správy a informujem jednu o druhej. Ich smerom občas posielam kométy, o ktorých dúfam, že ich postrčia

bližšie k sebe, avšak nedarí sa mi to. Vo svojej vesmírnej lodi putujem z jednej planéty na druhú, no na obidvoch sa niekedy cítim ako mimozemšťan.

Až kým nepríde Deň-D, Armagedon, a ich svety sa zrazia. Z prachu sa vytvorí niečo, čo som nečakala – planéta plná synergie a pokoja. Rovnaký pokoj sa rozhostí aj v mojom vnútri a ja už viac nemusím dávať energiu do mojich vesmírnych ciest či intergalaktických správ, ktorých šifrovanie a dešifrovanie ma vyčerpáva. Volne dýcham.

Dešifrovať, čo to priateľstvo vôbec je, nám v rámci tohto čísla pomohla aj bývalá šéfredaktorka atteliéru Bernadetta Čaranová v rozhovore so psychológom Bednaříkom. V ankete sa taktiež bývalých študentov pýtala na udržiavanie vzťahov po škole a v komentári rozliala svoj smútok nad bývalými priateľstvami.

A moja rada na záver je - možno by každý z nás mal spájať (pre nás na prvý pohľad nespájateľné) svety. Aby sa nám všetkým v našom zdieľanom ekosystéme ľahšie dýchalo. Aby sa nám v pľúcach neusádzal prach nehôd a hádok. A aby nás nezvierala kazajka strachu z toho, čo bude.

Júlia Ďurčeková

Júlia Ďurčeková
ŠÉFREDAKTORKA | sefredaktor@attelier.sk

Titulná strana:

Autor: Artur Vítek

Časopis atteliér je študentský časopis, ktorý počas akademického roka vychádza každý mesiac na Univerzite sv. Cyrila a Metoda v Trnave. Témy sú spracované podľa etických zásad novinára a univerzita do práce redakcie ani výberu tém nijako nezasahuje. Adresa redakcie: Fakulta masmediálnej komunikácie UCM, Skladová 691/3, 917 01 Trnava. Adresa univerzity: UCM, Nám. J. Herdu 577/2, 917 01 Trnava. Elektronické vydanie ISSN 1339-1410, tlačené vydanie ISSN 1336-9342. Uzávierka čísla bola 31.10.2025.

Čítajte nás na:

attelier.sk

Autorka: Diana Čaklošová
Grafička: Bronislava Havranová



Nemusí vždy len vrana k vrane sadieť. (autorka: Andrea Kianičková)

05 téma

rozhovor so psychológom Bednaříkom o priateľstvách

12 reportáž

kamarátstva počas pandémie

15 pod' na ttalk

50 odtieňov brigád

23 komentár

keď prídem domov, cítim sa opäť ako dieťa

27 spoločnosť

rozhovor s Vedátorom o pravde a klamstvách



Hlavná budova UCM, Aula, predajňa kníh UCM, všetky budovy FMK



Recykláciou nášho časopisu prispievate k ochrane životného prostredia.

Sledujte nás na:



@attelierSK



@attelier.sk

Pošlite nám vaše tipy, pripomienky či návrhy spolupráce: redakcia@attelier.sk sefredaktor@attelier.sk



Psychológ Bednařík: Dobrý kamarát je ten, ktorý vám povie, že mu leziete na nervy

Kamarátstvo si na vysokej škole nevytvoríte v kaviarni. V rozhovore pre našu redakciu to uviedol psychológ Aleš Bednařík. Vysvetľuje, ako si vyberáme svojich priateľov, ako si ich udržať počas vysokej školy a kedy je kamarátstvo toxické.

Psychologická teória opisuje priateľstvo ako vzťah, z ktorého plynie nejaký benefit. Musí to tak vždy byť, že je priateľstvo výhodné?

Znie to ako pragmatická definícia. Keď benefity berieme ako niečo iné než materiálne veci, napríklad ako emocionálne či intelektuálne potešenie, tak áno. Sú to benefity. Budeme sa stretávať s niekým, ku komu nič necítíme? Kto nás ani myšlienkovy neobohacuje? Asi nie. Robíme to tak s rodinnými príslušníkmi. O nich sa staráme, aj keď nám to neprináša nijaký prospech. Je to pekné slovo, benefit. Vlastne to znamená dobro.

Je benefit to, čo priateľstvo odlišuje od lásky, ktorá môže byť aj platonická či neopätovaná?

Láska obsahuje erotický aspekt, ktorý je súčasťou aj priateľstiev, ak je pre nás ten druhý prítiažlivý. Dokonca štúdie ukazujú, že jeden z trapasov, ktorý medzi opačnými

pohlaviami vzniká je, že muži častejšie vnímajú erotickú náklonnosť k svojim kamarátkam. Dezinterpretujú ich priateľské správanie a prekročia hranicu. Ženy bývajú prekvapené, pretože vnímajú erotický aspekt oveľa menej, a to aj napriek tomu, že sa im muž páči. V priateľstvách necítia erotickosť tak často ako muži.

„Kamarátíme sa ešte? V puberte je to otázka života a smrti.“

Je potrebné mať zreteľne stanovenú hranicu, kde priateľstvo končí a začína niečo sexuálne. Lezie mi na nervy, keď spolu dvaja chodia a hovoria, že to je môj priateľ, moja priateľka. Akože frajerka? Nepomáha mi to rozlišovať, či ide o sexuálny vzťah, alebo nie.

Môže priateľstvo roky fungovať, aj keď muž cíti erotický aspekt a žena nie?

Budú stále priatelia, kým náklonnosť neprejaví žena?

Áno. Keď sa s niekým začneme zblížovať, erotický aspekt tam skôr či neskôr vstúpi, nedá sa mu vyhnúť. Takto vznikajú páry. Ľudia sa spolu kamarátia, a keď je záujem obojstranný, prerastie to do niečoho viac. Ale na priateľskej úrovni vieme ostať, aj keď tam je erotický náboj.

Je to iné, keď je jeden z priateľov vo vzťahu? Napríklad, keď má muž partnerku, vníma erotickosť svojich kamarátok menej?

Nie, možno by ženy chceli, aby to takto bolo, no má to niekoľko premenných. Jednou z nich je, koľko má muž testosterónu. Ak ho má viac, tak oveľa ľahšie pociťuje svoje libido (sexuálnu túžbu - pozn. red.) a prítiažlivosť k iným. Je to normálne, aj ja sa tak cítim, aj keď som 36 rokov s tou istou ženou. Je rozdiel prežívať náklonnosť, erotickú prítiažlivosť a následne urobiť nejaké kroky, aby som to dokonal.



Aleš Bednařík pracuje v Happytariánskej osviežovni v Pezinku.

Stáva sa z priateľstva láska častejšie v určitom veku?

Keď začína puberta, je typická tým, že sa rozbúria hormóny. Máme na to aj dáta. Nedeje sa tak len preto, aby sa zmenilo telo, ale aj preto, aby sme vnímali príťažlivosť iných ľudí okolo nás. Samozrejme, kombinuje sa to aj s nízkou mierou sebaistoty, ktorú ako mladí cítime. Vo veku od 15 do 25 rokov cítime príťažlivosť silnejšie ako v 45 až 55. V mladosti sme na to naprogramovaní.

Prečo?

Rozmnožovanie. Je to jediný dôvod existencie akéhokoľvek biologického organizmu. Potravu zháňame preto, aby sme prežili až do okamihu, keď sme schopní rozmnožovania. Rozmnožíme sa, dochováme potomkov k samostatnosti a potom môžeme v pokoji umrieť. Ďalej je to na našich potomkoch. Sme zložitejší než žaby či jašterice, takže vnímame viac stránok vzťahov. Je to priateľstvo alebo už nie? Je to platonická láska alebo nie? Bude ma mať rád naspäť alebo nie? Viac si to komplikujeme, ale dôvodom je, aby sme si vybrali dobrého partnera.

„Kamarátstvo si na vysokej škole nevytvoríte v kaviarni.“

Keďže sme počas puberty najotvorenejší a najemocionálnejší, tvoríme si vtedy aj najsilnejšie priateľstvá?

Áno. Dokonca v neskoršom detstve od 8 až 10 rokov, keď máme okolo seba kamarátov a kamarátky, už vtedy k nim prežívame náklonnosť intenzívne. Slúži to na to, aby sme si okolo seba vytvorili sieť ľudí, ktorým môžeme dôverovať a ktorí môžu dôverovať nám. Podobne sociálne sú asi len delfíny, kosatky

či veľryby. Človek je tvor sociálny, outdoorový a pohybový. Celý mozog a organizmus je nastavený na to, aby sme vnímali iných ľudí ako naše životné prostredie.

Preto ideme s čistou dušou intenzívne a emocionálne cez pubertu do priateľstiev. Na základnej alebo strednej škole intenzívne prežívame, či sa s nami kamarátka ešte kamaráti, alebo už nie. Či si našla inú najlepšiu kamarátku, alebo nie. V puberte je to pre nás otázka života a smrti. Priateľstvá určujú aj náš pocit sebahodnoty.

Vrátim sa k tomu, čo ste vraveli, že človek je tvor sociálny. Veľa ľudí má mylnú predstavu napríklad o introvertoch a myslia si, že sa socializovať nechcú. Ako pristupuje introvert k svojim priateľstvám?

Pre extroverta sú zaujímavé podnety z vonku, pre introverta skôr jeho vnútorné prežívania, ktoré je ale reakciou na vonkajší svet. Extroverti sa správajú k vonkajšiemu svetu ako k zaujímavým objektom. Preto ľahšie a častejšie pristupujú k iným ľuďom a vytvárajú viac interakcií, ktoré vnímajú, ako ste aj sama v úvode povedali, ako benefity. Tieto vzťahy vytvárajú veľmi rýchlo, no rovnako rýchlo ich vedú aj opustiť.

Introverti berú do úvahy to, čo vo vzťahoch prežívajú, a na nasýtenie im stačí menej ľudí. Poznáť ale aj kopec introvertov, ktorí nemajú problém sa dať do reči s hocikým cudzím. Introverzia neznamená hanblivosť či nezáujem o sociálne vzťahy. Skôr to, že v prítomnosti viacerých ľudí je ich vnútorná reakcia taká silná a intenzívna, že je to pre nich zahlucujúce. Extrovert si v pohode sadne s desiatimi a stíha, pretože nemá také silné vnútorné odozvy, ktoré by ho zahltili.

Ako ste už spomenuli, na základnej či strednej škole prežívame svoje priateľstvá veľmi intenzívne a prvá veľká skúška nás čaká po odchode na vysokú. Stáva sa, že sa postupne ľudia odcudzujú. Znamená to, že priateľstvá vznikli na základe nejakej blízkosti v priestore?

Je to tak vždy. Platí to aj pre partnerské vzťahy. Väčšina ľudí sa dostane do partnerských vzťahov s tými, ktorých mali nablízku. Žiadne romantické ideály, že príde z dialky nejaký neznámy princ. Poviem môj osobný príbeh. Tri roky pred Nežnou revolúciou som chodil na strojnú fakultu. Prihlásil som sa tam preto, aby som nešiel na vojnu. Nezaujímal ma nič strojárne a ani matematika. Išiel som ale z dobrého gymnázia, tak som sa tam dostal. Bol som obklopený samými mužmi, ktorých zaujímali stroje alebo šport, ktorý som ja robil, ale nebavilo ma sa rozprávať o športových televíznych prenosoch.

Cítil som sa, akoby som bol obklopený cudzími ľuďmi. Napriek tomu som si našiel skupinu ľudí, s ktorými som si rozumel a trávil som s nimi čas. Ale stále som prežíval silný pocit osamelosti. Ak by som však nemal žiadnych priateľov, asi by som ušiel po prvom semestri.

Je to teda o tom, že sa človek snaží prežiť v rámci skupiny, alebo sme skôr poháňaní strachom z osamelosti?

Oboje. Osamelosť v nás vytvára silné stavy depresie a úzkosti. Pred tisíc a viac rokmi by sme sami neprežili. Pociť, že som v exile a sám, je taký silný, že nielen spôsobuje psychické poruchy, ale často vedie aj k samovražde. Neurobiológ John T. Cacioppo skúmal vplyv osamelosti na telo a zistil, že je to ako keby sme vyfajčili možno dve krabičky cigariet denne. Vidieť to na mozgu, na srdci, na teplotách. Vzťahy si preto vytvárame aj pragmaticky, pretože je to lepšie, ako sa cítiť osamelo.

Ako si udržať priateľstvá na vysokej škole?

Odišť na vysokú školu často znamená opustiť rodisko. Všetci zo strednej školy odídu inam a zrazu sa nám zmení život, sme v inom kontexte. Odpoveď na to je rovnaká ako na osamelosť. Vzťahy musíme aktívne udržiavať. Ja som to urobil ako pragmatické rozhodnutie. Organizujem stretávky zo strednej školy. Som rád, že to skupinu 15 ľudí aspoň trochu baví a sme šťastní, keď sme spolu. V čase neurologickej dospelosti, čo je zhruba keď končíme vysokú školu, okolo 25 rokov, by sme mali brať udržiavanie priateľstiev ako svoj celoživotný projekt. Mali by sme brať do úvahy, aký to má na nás zásadný vplyv.

Desatoro psychológa Bednaříka o priateľstve

1

Kamarát nás musí niečím **obohatiť**, mali by sme z neho mať nejaký **benefit**. Môže byť aj psychický či emocionálny.



2

Muži cítia **erotickú príťažlivosť k iným ženám**, aj keď sú v dlhodobom vzťahu. To však neznamená, že chcú partnerku **podviesť**.



3

Vo veku 15 až 25 rokov sme **najotvorenejší** a budujeme si **najemocionálnejšie** priateľské väzby.



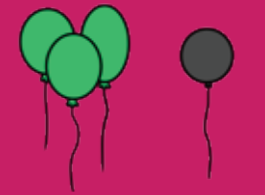
4

Nároky na priateľov znižujeme v závislosti od situácie. Kamarátíme sa s tými, ktorí sú nablízku.



5

Priateľstvá si vytvárame aj **pragmaticky**, s ľuďmi, ktorí o nás nemajú záujem, pretože je to lepšie, než byť sám.



6

Kamarátsky vzťah **nemusí byť 50/50**. Niektorým priateľom viac energie dávame a od niektorých ju viac dostávame.



7

Ak kamarát robí niečo, čo mi **prekáža** alebo ma vyčerpáva, **mal by som mu to povedať**. Je to moja zodpovednosť v našom vzťahu.



8

Písanie správ je **najchudobnejšia verzia kontaktu**. Radšej pošlite kamarátovi hlasovku.



9

Priateľstvá počas vysokej školy **nevzniknú sedením na prednáške alebo v kaviarni**. Mali by sme spolu niečo robiť, nejakú aktivitu.



10

Kamarátstva by sme mali po vysokej škole brať ako svoj **celoživotný projekt**.



Niektoré priateľstvá však fungujú aj roky bez toho, aby zúčastnené strany tú snahu vynakladali.

Myslíte to tak, že keď sa náhodou stretne po 10 rokoch, je to ako keby sme sa naposledy videli včera?

Áno.

Pri tých dobrých, srdečných, nepragmatických priateľstvách to funguje tak, že keď už máš niekoho rada a niekto má rád teba, prepojenie tam zostane, keď zostane tá spomienka na to, ako sme sa mali radi. Môže sa stať aj to, že sa s kamarátkou stretnete po 10 rokoch a zrazu zistíš, že ste sa obe posunuli inam. Vtedy tam spojenie nevznikne. Napríklad zistíš, že je manažérka v banke a rieši iba to, ako je oblečená. Teraz sa urazia všetky manažérky v banke (smiech). Jednoducho sa jej zmenili priority.

Ide o moju hypotézu, ale podľa toho, ako poznám ľudí, to funguje takto. Keď stretneš niekoho po 10 rokoch a je to, ako keby sme sa videli včera, zanechá to v nás veľkú stopu. Keď stretneš bývalého kamaráta a tento moment nenastane, zabudneme na to. Pamätáme si silný, dobrý zážitok. Aj zlý zážitok môže byť silný, ale muselo byť ísť o situáciu, keď zistíme, že je to úplný chuj a pohádame sa.

„Keď končíme vysokú školu, mali by sme brať priateľstvá ako svoj celoživotný projekt.“

Použijem príklad strojníckej fakulty, ktorý ste spomínali. Majú ľudia tendenciu znižovať svoje nároky na priateľov v závislosti od situácie? Ak to zoberieme do extrému toxických priateľstiev, keď nám človek vyslovene ubližuje, sme ochotní to akceptovať, ak nemáme inú možnosť?

Áno. Ak je napríklad partnerský vzťah toxický a násilnícky, obeť má pocit, že odísť by bolo ešte nebezpečnejšie. Oстане sama, nebude mať kde bývať, ako sa o seba postarať. Platí to aj pre priateľstvá. Ak máme 15 dobrých priateľstiev a z jedného sa vykluje d*bil, nemáme problém sa s ním prestať stretávať, pretože máme k dispozícii ďalších 14.

Ak ide o jediného človeka, ktorý nám ostal, psychologická odpoveď je, že aj z toho toxického vzťahu musíme mať nejaký profit, inak by sme ho opustili. Stále je tu niekto, kto sa o nás zaujíma, s kým sa môžeme stretávať, aj keď je to stále neprijemné a ponizuje nás. Takže áno, znižujeme svoje nároky, pretože nám to dáva pocit, že sme stále s niekým

prepojení. Dodáva nám to pocit sebahodnoty aj bezpečia. Je to paradoxné, keďže ten človek nami opovrhuje.

Ako by ste definovali toxický vzťah v priateľstve?

V súčasnosti to je moderný výraz. Všetko je toxické a všetci sú psychopati a narcisti.

Môže byť toxický vzťah priateľstvo, ktoré nie je 50/50, teda vyrovnané?

Nie. Aj v dobrom vzťahu sa niekedy pohádame. Aj v dobrom vzťahu mi niekto povie niečo, čo ma zabolí. Aj v dobrom vzťahu máme v niektorých veciach pocit, že dávame viac, pretože vidíme len svoju investíciu. No v niektorých situáciách dáva viac ten druhý. Existujú aj výnimky, keď ten druhý len berie. Ale nemusí ísť o toxický vzťah.

O toxickom vzťahu hovoríme vtedy, ak nám druhý človek naozaj ubližuje fyzicky, psychicky, ponizuje nás, robí nám zle a my nie sme schopní z toho vzťahu odísť. Na tomto type vzťahu sa podieľajú obaja – aj ten, ktorý ubližuje, aj ten, ktorý si nechá ubližovať. Ten, ktorý si necháva ubližovať, to dopusť preto, že nie je schopný odísť. Ak by mal vlastnosti, ktoré by mu to umožnili, povedal by „toto mi nerob“.

Ak je osoba v kamarátskom vzťahu schopná vzoprieť sa, nech sa vzoprie. Napríklad ak sa nám niekto stále sťažuje a je depresívny. Označíme to ako toxický vzťah, lebo nám to berie energiu. V tomto prípade sa však treba ozvať.

Mám kamaráta, ktorý sa stále sťažuje na to, čo všetko mu je a koľko chorôb má. Povedal som mu, že ma to nebaví, a chcem, aby sme sa rozprávali aj o iných veciach. Mojou zodpovednosťou v priateľskom vzťahu je zmeniť aspekty, ktoré vnímam ako zaťažujúce. Dobrý



Pôsobil aj ako psychológ v reality show Svadba na prvý pohľad.

kamarát je ten, ktorý sa ozve a povie, toto nerob, lezie mi to na nervy.

Má to aj druhý moment. Ak vidím, že má kamarát stránky, ktoré mi lezú na nervy, tak ho môžem akceptovať aj s tým, lebo ho mám rád. Urobím to pre neho, pretože to potrebujem. A keď mám toho dosť, tak mu po polhodine poviem, či sa môžeme baviť aj o mne, ako sa mám ja. Toto je úloha kamaráta.

Znamená teda rovnocennosť v priateľstve rešpektovanie hraníc?

Áno. Nie je to o tom, kto komu pomáha viac a kto menej. Priatelia nie sú tí, ktorí to majú 50/50. To je blbosť. Mám priateľov, ktorí mi dávajú viac, a mám priateľov, ktorým dávam viac ja. Rovnocennosť je v tom, že vieme, ako to máme nastavené, a slobodne to akceptujeme. Čiže áno, keď príde nejaká hranica, tak sa ozvem a poviem, že stačí. Ten druhý to akceptuje, pretože ma berie ako rovnocenného.

Čo ak sa ozvem a ten človek sa aj tak nezmení a ja potom cítim ublíženie, že sa o mňa kamarát nezaujíma?

Kamarátstvo by skončilo v prípade, ak to ten človek nedokáže alebo nie je ochotný zmeniť. Horšia možnosť je tá druhá. Je to znak toho, že mu v priateľstve nestojíš za to. Naozaj by som zvažoval, či v takom vzťahu zostať. Keď on povie, že buď ma berieš takého aký som, alebo je to tvoj problém, nie je to prejavenie snahy. To je dešpekt.

Ale ak sa ten človek spýta, čo môže pre mňa urobiť, a bude sa snažiť, no nepôjde mu to, uznáš jeho snahu. Budeš ho mať rada, pretože sa stále snaží a zároveň učí, ako to robiť lepšie.

Je tam aj tretí aspekt. Aj vy sama si v takom kamarátskom vzťahu potrebujete zväziť, či ste

ochotná akceptovať, že toto je on. Nie je to o tom, že by sa mal zmeniť, ale že má tieto vlastnosti, ktoré má dráždia, ale môžem zväčšiť svoju akceptáciu toho, aký je. Ale musí tam byť stále odozva, že sa ten druhý bude snažiť zmeniť.

Môžu to ovplyvniť aj rodičia? Napríklad, ak sme mali rodiča, ktorý sa o nás až tak nezaujímal, hľadáme si podvedome a sme ochotní akceptovať aj takých priateľov?

Je to spletitá sieť dôvodov. Prirodzene hľadáme nejaký dôvod, ktorý nám to vysvetlí. Odľahne nám, keď zistíme, že dôvodom je náš rodič. Ale vzorce si berieme aj z iných vzťahov, nielen od rodičov. Z môjho pohľadu je jedno, či je to kvôli nim. Dôležité je si uvedomiť, že zotrávame nerozumne dlho vo vzťahoch, v ktorých nás niekto nerešpektuje, nevieme mu to povedať a stále dúfame, že keď budeme priateľskí, lásku dostaneme naspäť. Rovnako ako sme dúfali, že ju dostaneme od rodičov. Ale už sme dospelí, nemôžeme sa hrať na to, že sme som taký kvôli rodičom. Musíme si uvedomiť, ako reagujeme.

Predstavme si teda, že nie sme dospelí. Vedia rodičia ovplyvniť naše správanie v priateľstvách počas detstva?

Jasné, keď sa nám v predškolskom veku ešte len dotvára mozog bez schopnosti vecí hodnotiť, tak je vzťah k rodičom dôležitý. To ako, fungujú vzťahy doma, vytvára predstavu, ako by mohli vzťahy fungovať aj v našich životoch.

Mám mamu, ktorá je veľmi impulzívna a srdečná, ale zároveň je to emocionálny terorista. Ako sa cíti ona, tak sa majú cítiť všetci. Je autoritatívna. Môj otec je zas emočne rezervovaný, láskavý, milý. A ja mám oba tieto vzorce, vidím, ako sa vo mne nejakým spôsobom spojili. Priťahovali ma vždy tiché, nenápadné ženy, u ktorých som cítil tajomstvo. A pritom by ma mohli priťahovať impulzívne, emocionálne ženy. Tam som však mal strašidlo mojej matky. Toto inak hovorím vôbec prvýkrát, ale myslím, že to tak je.

Celý život sa učíme vytvárať nové typy vzťahov, ktoré nie sú ovplyvňované tým rodičovským. Menia nás minulé zážitky a skúsenosti. Ale tie sa dejú, aj keď máme 20, 30, 40 rokov. Konštruktivizmus v učení spočíva v tom, že všetky zážitky začleňujeme do štruktúr, ktoré sme tam už mali a ktoré staré štruktúry ovplyvňujú. Meníme sa celý život a vieme meniť aj to, aké kamarátstva si vytvárame.

Môže sa stať, že v 50-tke stretneš človeka, s ktorým by som sa v 20-tke nikdy nekomarátil. Mal som taký vzťah a všetci sa mi čudovali

prečo. Jednoducho som si s ním našiel kus spoločného sveta, kde to bolo možné. Potom prišla korona a Ukrajina a zmenilo sa to, lebo on bol na tej druhej strane.

K pandémii sa chceme dostať. Moja generácia študentov nastupovala na vysokú školu v roku 2020, keď covid prepukol. Ako to ovplyvnilo priateľské vzťahy?

U mladých ľudí, ktorí majú najsilnejšiu potrebu socializovať sa, to malo pochopiteľne najväčší vplyv. U tridsiatnikov a vyššie to síce vplyv malo, ale nie až taký veľký. V mladosti nás hormóny ťahajú, aby sme boli s ostatnými. Chalani nielen hľadajú frajerky, ale chcú si vybudovať nejakú pozíciu aj medzi ostatnými chalanmi. Dievčatá chcú byť v spoločnosti, aby si hľadali potenciálnych partnerov a vytvorili si podporujúcu sieť rovesníkov. Zjednodušujem, ale testosterón a estrogén vo všeobecnosti pôsobia takto.

Keď zmizne táto možnosť, vzťahy si nevytvoríme. V tréningovom období, keď by sme mali najviac testovať kontakt, sa nenaučíme veľkú časť zručností, ktoré potom používame pragmaticky. Staré vzťahy navyše zaniknú a cez digitál sa nedá natrénovať takmer nič. Ľudia zabúdajú, že sa priateľské vzťahy nevytvárajú online alebo v kaviarni, ale keď robíme spolu kopec vecí. Napríklad na základnej sme spolu chodili na výlety, robili projekty a podobne. Ani na vysokej škole kamarátstvo nevznikne tak, že spolu sedíme v lavici a potom ideme do kaviarne. Môže, ale mali by sme robiť aj iné, rôzne veci. Spoločné zážitky a činnosti vytvárajú prepojenia.

Pandémia navyše zvýšila úzkosti a depresivitu. Vytvorila neistotu, či vôbec budeme schopní budovať vzťahy, čo ovplyvnilo to, že ľudia nešli s takou vervou do tých nových. Báli sa, že to nezvládnu, že budú odmietnutí. Polrok som po prvej vlne covidu neprednášal, a keď som mal ísť znova medzi ľudí, mal som pocit, že som čudný a že mi to nejde. Pritom som mal za sebou 25 rokov každodenného tréningovania. Pre tých, ktorí na to mali len pár rokov, to muselo byť oveľa ťažšie.

V roku 2022 bola v Journal of Youth publikovaná štúdia, ktorá preukázala aj pozitívny efekt pandémie na kamarátske vzťahy. Keďže mali ľudia menšie možnosti vzťahy nadväzovať, mali tendenciu si tie staré udržiavať. Vy ste naopak vraveli, že tie vzťahy mohli aj ochabnúť.

To je zaujímavé, že v mnohých spoločenských situáciách sa vytvárajú také nožnice. Aj keď prišiel internet, na jednej strane

boli ľudia, ktorí to vedeli riadiť, a na druhej tí, ktorí mu podľahli. Aj v priateľských vzťahoch sa pravdepodobne otvorili nožnice. Na jednej strane boli ľudia, ktorí to vzdali či nezvládli. O tých som hovoril. Potom druhá časť, ktorá sa zmobilizovala, prekonalá ostych a bariéry.

Moja dcéra bola počas pandémie štvrtáčka na strednej škole a ignorovala opatrenia, lebo mala takú silnú túžbu stretávať sa naživo. Požičali sme jej auto a povedali, nech sa stretáva s kamarátmi len v rámci Pezinka. Vtedy mohli byť spolu len štyria. Po dvoch týždňoch sme zistili, že ich rozváža po celom okolí a že sú siedmi. Niektorí ľudia radšej riskovali to neznáme, čo prinášala pandémia, a ďalej udržiavali vzťahy. Bolo to pre nich dôležité, a preto na nich vedeli stále pracovať.

Kontakt bol okrem pandemických opatrení limitovaný aj online vyučovaním. Spolužiakov sme veľakrát nevideli ani len na kamere, len sme sa počuli. Aký dôležitý je vizuálny aspekt a môže zabrzdiť tvorbu priateľstva?

To je veľmi dobrá otázka. Ešte pred 50-tisíc rokmi sme boli oveľa viac čuchoví ako dnes. Tak ako si mačky očuchávajú zadky a nosy, to sme robili aj my. Čím viac sme sa stavali na zadné a skúmali okolie, tým sme sa stali viac vizuálni. Teraz je to pre nás najdôležitejší kanál, náš mozog naň najviac reaguje aj pri osobnom kontakte.

Je nevyhnuté, aby boli počas online vyučovania zapnuté kamery. Videohovor je stokrát lepší, ako si len telefonovať. Telefonovať si je stokrát lepšie, ako si len písať. Katastrofa dnešného komunikovania je práve to, že si ľudia len píšu. Je to najchudobnejšia verzia kontaktu. Aspoň si posielajte hlasovky, preboha. Ak by znova prišla nejaká epidémia, všetkým odporúčam, aby mali zapnuté kamery.

Autorka: Bernadetta Čaranová
Foto: atelier.sk/Bernadetta Čaranová

ALEŠ BEDNAŘÍK

Je psychológ, rečník a spisovateľ. Vyštudoval Univerzitu Komenského v odbore psychológia. Venuje sa psychológii šťastia a hovorí o sebe, že je happytarián – človek, ktorý si vedome robí veci, ktoré zvyšujú jeho šťastie. Vedie tiež workshopy v komunikačných zručnostiach či riešení konfliktov.

Funkcie priateľstva

Intimita



„Chceš počuť tajomstvo?“

Nebojíme sa zdieľať svoje myšlienky, pocity, dobré či zlé správy. V priateľovi nachádzame oporu.



„Povedz mi, čo ťa trápi.“

Spolahlivé partnerstvo

Sme vždy nablízku, vždy ochotní našim priateľom pomôcť, aj keď nie vždy musíme byť fyzicky prítomní.



„Dostal som defekt na diaľnici, prídeš po mňa?“

Inštrumentálna pomoc

V určitých situáciách uprednostníme pomoc od iných ľudí ako od našich priateľov. Je to v poriadku, nie každý vie pomôcť so všetkým.



„Viem, že sa nevenuješ fotografii. Spýtam sa radšej Joža.“

Starostlivosť

Svojim priateľom poskytujeme komfort, opateru, ak im niečo je. Na jednej strane mu pomôže a na druhej podporíme aj vlastný pocit kompetentnosti.

„Ostal som doma chorý s covidom. Mohol by si mi ísť po lieky do lekárne?“



Spolupatričnosť



„Pôjdem na prechádzku s tebou, nemusíš ísť sám.“

Pocit, že niekam patríme, je pre nás veľmi dôležitý. Osamelosť môže viesť k sociálnej izolácii a depresívnym stavom.



Podpora sebavedomia

Naše sebavedomie by malo v priateľskom vzťahu prekviatať. Získanie uznania od našich blízkych je dôležité najmä preto, že nás poznajú v komplexnosti a neboja sa nám povedať, ak sa nám niečo naozaj nehodí.



„Hodí sa mi tá blúzka?“



„Jasné, si kočka!“

Inklúzia

Byť súčasťou niečoho väčšieho v nás vytvára pocit, že niekam patríme. Môže to byť športový tím, redakcia či pracovný kolektív. Nie sú to síce naši najbližší priatelia, ale aj s nimi vytvárame určitý druh priateľských vzťahov.



„Mal by si s nami chodiť von častejšie, je s tebou super.“



Priateľstvá počas pandémie: Spolužiaka som s rúškom nespoznala, zblížovali sme sa v podnikoch

Na vysokú školu sme nastupovali v roku 2020. Teraz sme ja a moji spolužiaci tesne pred koncom štúdia. Spoločne sme sa pozreli na to, ako sa naše priateľstvá na fakulte formovali a ako ich ovplyvnila pandémia.

22. september 2020

Sme zrnká roztrúseného maku. Sedíme na prvej prednáške nášho vysokoškolského štúdia. Medzi sebou máme medzery, držíme si odstup. Má to horkú príchuť. Väčšina z nás sa hanbí, veľa toho nenahovoríme. Okrem spolužiačky, ktorá chce byť slávna. Preto prišla na FMK. „Chcem byť hviezda,“ povedala pri predstavovaní s vážnou tvárou. Smiali sme sa tajne. Pod rúškami. Vírus sa medzi nami šíril podobne ako smiech. Plíživo. Po piatich rokoch sa mi to zdá ako sci-fi. Rúška medzi nami vytvárali bariéry.

A okrem nich aj trapasy. Pri sledovaní Troch orieškov pre Popolušku na Vianoce všetci krútime hlavou a povieme si – ako je možné, že ju princ bez závoja nespoznal? Vysvetlenie vám ponúknu študenti masmediálnej komunikácie.

Kauza rúškový trapas

Spolužiacka Lenka mi vraví, ako nespoznala Samuela, s ktorým si dlho predtým písala a videla ho aj bez rúška. S ním ho však nespoznala. „Mali sme žurnalistické žánre a ja som sa spolužiakov spýtala, že kto to je, či prenáša predmet.

Všetci sa smiali, že robím drámu, pretože to je Samo,“ opisuje.

Nie každé osobné stretnutie však znamenalo trapas. Rozprávka mala aj šťastný koniec. „Keď som sa prvýkrát stretol s kamarátkou po roku naživo, objali sme sa a povedali si ahá, to si ty. Bolo to čudné, keď jej myšlienky mali aj telo. Ale nebol to taký šok, ako keď som prvýkrát videl pedagógov Gracu a Maga bez rúšok. Predstavoval som si ich úplne inak,“ hovorí mi Patrik.

Obaja sme v koncovom ročníku, práve píšeme diplomovú prácu. Spoznali sme sa až po pandémii - v školskom časopise. Podobný zážitok ako Lenka a Patrik som mala aj ja. Tvár doktoriky Ungerovej sa mi po pandémii spoznávala ťažko, počas online vyučovania som si ju predstavovala úplne inak.

29. september 2020

Medzi študentmi sa šepká, že prvákom od októbra prerušia prezenčnú výučbu. Napísala to Matilda do krúžkovej skupiny. Počula to od svojej kamarátky. „Keď prejdeme len na online výučbu, budem musieť platiť internát, aj keď

tam nebudem. Inak sa môže stať, že dajú moje miesto niekomu inému,“ hovorí v hlasovke.

Večer sa stretávame v Cerveze. Smrdí tu teplý pot a pivo. Socializácia sa stráca medzi výparmi. Cez hudbu sa nepočujeme. Rozprávam sa s náhodnou blondínkou o pesničkách. Sme spolužiačky? Tvárim sa, že áno a prikyvujem, aj keď ju nepočuť. „To sú baby z filozofickej,“ hovorí mi Bruno. „Aha,“ moja reakcia zaniká v hluku.

Kamarátstvo z konca sveta

Patrik mi rozpráva príbeh, ako prišiel prvýkrát na internát na Zavorskej ulici. Nikoho tam nepoznal okrem kamaráta zo strednej školy. Ich cesty sa napokon rozišli. On išiel študovať teóriu digitálnych hier a jeho kamoš masmediálnu komunikáciu.

„Vyzeralo to, ako keby som išiel pestovať zemianky na kraj sveta. Kamkoľvek sme išli, trvalo to hodinu. Hneď prvý deň som sa však spoznal so susedmi. Jeden bol z Kežmarku a druhý tiež z okolia Popradu. Poznali sa aj s mojím kamarátom zo strednej. Boli to moji prví kamaráti

na vysokej, okrem nich som sa v prvom ročníku s nikým nekamarátil,“ dodáva. Výnimkou bola skupina hráčov Dungeons and Dragons (spoločenská hra založená na princípe role play – pozn. red.). V nej spoznal blízkych priateľov.

Prvá socializácia sa na vysokej škole pre moju spolužiačku Lenku začala v známom podniku na Námestí Jozefa Herdu. „Po prednáške sme sa dohodli, že ideme na pivo do Raspberry. Bolo to iné, noví ľudia a prostredie. Iná bola aj socializácia, ktorá polroka dozadu nebola možná, pretože sme boli zatvorení doma,“ spomína.

30. september 2020

Vláda Igora Matoviča na Slovensku vyhlási núdzový stav v súvislosti s pandemiou nového koronavírusu. Plánované vyšetrenia a operácie sa budú musieť odložiť a na verejných podujatiach bude môcť byť najviac 50 ľudí. Pribudlo 527 nových prípadov nákazy, traja ľudia zomreli.

1. október 2020

„Z dôvodu čoraz horšej epidemiologickej situácie súvisiacej so šírením koronavírusu prechádzajú od soboty 3. októbra na dištančnú výučbu aj prváci externej a dennej formy štúdia,“ znie oznam na webe FMK, ktorý spolužiačka poslala do krúžkovej skupiny. Spolužiaci, ktorí do Trnavy dochádzajú, sa tešia. Ostatní uzatvárajú tajné dohody – stretnú sa aj tak, ale nie v škole. Pôjdu spolu do mesta.

október 2020

V počítači mi chrápe spolužiak. Počujem ako sa mu dvíha hrud' a s každým nádychom vyrušuje zúfaleho pedagóga, ktorý mu nevie vypnúť mikrofón. Chrápajúceho spolužiaka poznám len po mene, neviem si spomenúť na jeho tvár. Do školy sme chodili len prvé dva týždne semestra. Potom prišiel mačkopes – online prednášky a prezenčné semináre.

Ešte stále chrápe. Ten spolužiak bez tváre. Mien a tvári si od nástupu do školy pamätám možno päť. Na Google Meete vyzerajú všetci rovnako. O polhodinu neskôr sa pripájam na ďalšiu prednášku. Najprv čakám na prijatie. Predstavujem si, ako náš vyučujúci práva kliká na tlačidlo Prijat' 145-krát. Tolko nás bolo v ročníku.

Vyučujúci je extrovert, zapne si aj kameru. So spolužiakmi si v chate píšeme o jeho kuchynských kachličkách. Úvodnú hodinu rozoberáme Davida Bowieho. Učiteľ nám na kameru ukazuje aj svoje nové svetre. Právo prichádza neskôr. „Pohodička, túto hodinu prespíme,“ píše do chatu spolužiak. Nechám

učiteľa práva rozprávať na stole a idem si do kuchyne vziať vodu.

Ta3 hlási správu o hospitalizácii predsedu Sme rodina Borisa Kollára. Včera bol so zápalom horných dýchacích ciest hospitalizovaný aj premiér Peter Pellegrini.

V cykle monotónnosti

Jednému z našich pedagógov lezie online vyučovanie na nervy. Pravdepodobne aj viacerým, len to lepšie taja. Výučbu siedmich rovnakých seminárov absolvuje iba raz. Svoj prvý výklad si nahrá na diktafón. Mojej druhej skupine a ďalším piatim ho neskôr púšťa zo záznamu. Nechce toľko rozprávať. Kamery zapnuté nemáme. Vyučuje ma hlasový záznam môjho pedagóga, ktorého som dosiaľ ani raz nevidela. Občas mu v pozadí plače dieťa.

Monotónnosť vyučovania nás zasiahla všetkých. Rozptyľovali sme sa rôzne. Nieкто varil, nieкто spal a nieкто hral videohry. „Každá

hodina bola viac-menej rovnaká, okrem hodiny doktora Riga, s ktorým sme mali angličtinu. Väčšinu prednášok som nedával pozor a hral som popritom hry. Išlo to jedným uchom dnu a druhým von. Ráno som vstal až tesne pred prednáškou,“ priznáva Patrik. So spolužiakmi sa rozprával len o školských veciach. Krúžkový chat pripomínal skôr informačnú tabuľu. Hodiny skôr pretrpeli.

Inú skúsenosť mala Lenka. So spolužiakmi si po prednáškach telefonovali. „Išli sme na Discord a venovali sa rozličným témam, aby sme sa spoznali. Bolo to také kolektívne. Skupinky sa začali tvoriť až v druhom ročníku, keď sme sa videli aj osobne. Vtedy sme zistili, kto si s kým ako sadol,“ vysvetľuje Lenka.

22. december 2020

Sulík nenakúpil testy. „Ministerstvo hospodárstva zrušilo verejné obstarávanie na antigénové testy, keďže zadanie od ministerstva zdravotníctva sa ukázalo ako nevykonateľné, čo



Patrika s kamarátmi zblížilo hranie Dungeons and Dragons.



Mnohých priateľov si Lenka našla aj v našej redakcii.

dnes potvrdila aj organizácia Transparency International Slovensko," uviedol minister Richard Sulík. Premiér Igor Matovič očakáva jeho demisiu. Vraj môže za smrť tisícov Slovákov.

12. január 2021

Náš pedagóg neprišiel na premietanie filmov. Na online stretnutí sme ostali len ja, Dada a ďalší spolužiaci. Pýta sa nás, ako sa máme. Som prekvapená. Takéto rozhovory v škole nemávame. Rozprávame sa o živote, o filmoch a hudbe. Prvýkrát mám počas štúdia pocit, že takto je to správne. Chýbala mi ľudská interakcia.

„Ja medzi online a osobným kontaktom veľmi nerozlišujem. Ten pocit je dosť podobný, až rovnaký," odpovedá mi Patrik. V hlave sa mi vybaví rozhovor so psychológom Alešom Bednaříkom, ktorý som pre toto číslo atteliéru robila. Aj on to spomínal. Pre introvertov a hráčske typy, ku ktorým Patrik rozhodne patrí, je online komunikácia dobrým nástrojom. Bez nej by hrozilo, že by boli o ľudský kontakt ochudobnení.

31. december 2020

Vláda schválila prísny lockdown. Platí zákaz vychádzania s pár výnimkami vrátane obmedzenia návštev a zatvorenia kostolov.

Zmena v blízkosti

Spoznávam novú formu blízkosti. Táto nie je taká intenzívna, ako tá zo strednej. Moje stredoškolské kamarátstva zanikajú v čase. Chvíľu ma to bolelo, boli sme ako súrodenci. Neskôr som pochopila, že je ten proces aj napriek bolesti úplne prirodzený.

Náhly rozdiel v blízkosti sme pocítili všetci. K našim vzťahom sme museli pristúpiť zrelšie a aktívne na nich pracovať. Zaujímať sa jeden

o druhého aj napriek limitovanému kontaktu počas pandémie.

„Priateľstvá na vysokej škole sú dospeljšie. Vtedy sme boli deti. Ale zas keď prejde 20 rokov, aj tieto kamarátstva budú detské. Ťažko sa mi to však porovnáva, pretože sú moje kamarátstva zo strednej školy už mŕtve a tie z vysokej stále živé," vraví Patrik. Dodáva však, že strata záväzkov zo strednej bola na druhej strane aj uvoľňujúca. Mohol začať od začiatku a zmeniť to, ako ho ľudia vnímali.

1. marca 2021

Slovensko nakúpi dva milióny kusov ruskej vakcíny Sputnik V. Premiér Matovič o tom informoval z košického letiska, kde priviezli prvú dodávku. Minister zdravotníctva Krajčí

potvrdil, že očkovanie vakcínou bude dobrovoľné a bez obmedzenia veku. Nákup vyvolal vládnu krízu. Na Slovensku sa očkuje vakcínami od spoločností Pfizer, Moderna a AstraZeneca. Prichádza nádej.

Prídeme o seba?

Je rok 2025. Vstupujeme do neznáma. Naša cesta na FMK sa čoskoro skončí. Ako budú naše priateľstvá z vysokej vyzeráť o niekoľko rokov? „S majoritou si zrejme napíšem sem-tam a postupne to opadne na nulovú konverzáciu. S pár ľuďmi si budem písať častejšie, ale aj to opadne, pretože nebudeme mať toľko spoločných tém. Čo je strašidelné je, že konverzácia ustane úplne," polemizuje Patrik.

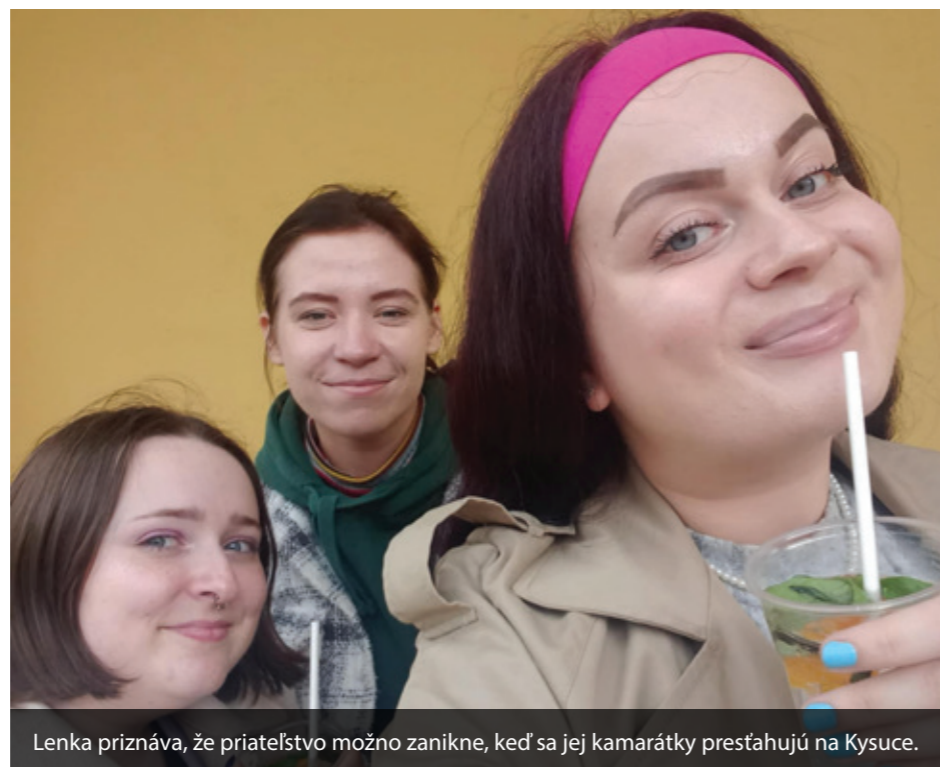
Problém môže robiť aj sťahovanie a následná dialka. „Som si vedomá, že sa často neuvidíme, keď sa moje kamarátky presťahujú späť na Kysuce. Pripúšťam si aj možnosť, že o 10 rokov už spolu v kontakte nebudeme," hovorí Lenka pokojne. S pesimistickým scenárom vyzerá byť vyrovnaná.

Podobný odhad mám o svojich priateľstvách aj ja. Niektoré z nich skončili tesne pred koncom školy a niektoré, naopak, len začali. Spoločných tém bude ubúdať, teraz je to už len na nás a na našej snahe priateľstvá udržať. Odpoveď na otázku, čo sa s kamarátstvami stane po vysokej škole, ponúkajú aj absolventi FMK. Ich príbehy nájdete na ďalšej strane.

Autorka: Bernadetta Čaranová

Foto: Patrik Friedmann, archív atteliéru

Zdroje: health.gov.sk, vlada.gov.sk

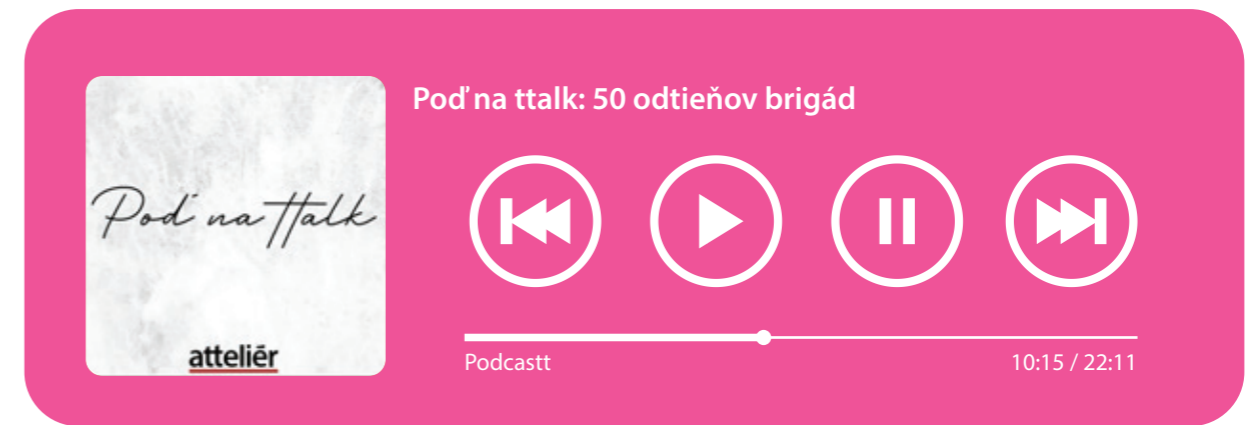


Lenka priznáva, že priateľstvo možno zanikne, keď sa jej kamarátky presťahujú na Kysuce.



Krištofko z ruže mi dal 5 € tringelt, a to ešte pred ružou.

Ak sa pýtaš, prečo sa oplatí brigádovať, tak pre toto:

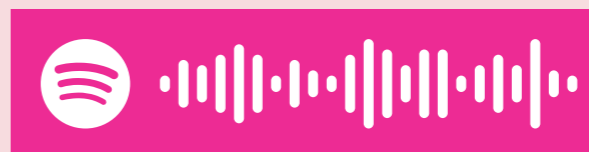


Do práce som chodila stopom a denne som prešla 4 000 schodov. Najlepšia kondička v mojom živote.



Maja a Baška v novej časti podcastu Pod'na ttalk rozobrali pracovné skúsenosti študentov. Držte si klobúky. Bol smiech, bolo zhrzenie a skoro boli aj slzy.

Na oslave som obsluhoval do 7:00 rána.



Autorky:
Barbora Hudáková
Maja Greifová

Skenuj cez Spotify a počúvaj



Absolventi FMK: Vydržali ich priateľstvá po vysokej škole?

Na našej fakulte sa často hovorí, že najdôležitejšie na vysokej škole sú priateľstvá, ktoré získate. Študenti túto informáciu dostanú hneď počas dňa otvorených dverí. Je to naozaj pravda?

Našich absolventov sme sa pýtali:

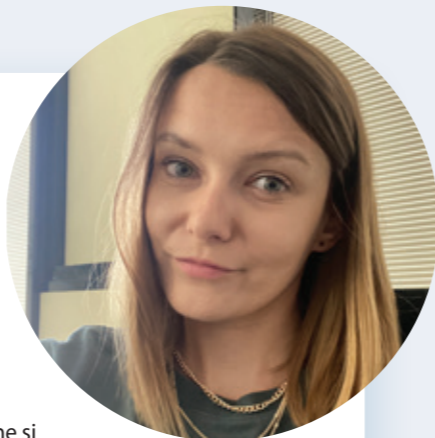
- Ako ovplyvnil nástup na vysokú školu vaše priateľstvá?
- V čom sa líšia od tých na strednej?
- Vydržali vaše kamarátstva aj po vysokej?

Lenka Pribylincová, brand manažérka

S mnohými ľuďmi z gymnázia som sa prirodzene prestala stretávať, keďže sme sa každý vydali iným smerom. Jednak výber školy, ale aj rôzne časti Slovenska či Čiech. Zostal úzky okruh kamarátov ešte pred časom vysokej školy, s ktorými sa stretávam dodnes, je to ale často logisticky aj časovo komplikované sklbiť.

Vysokoškolské kamarátstvo je pre mňa už také dospelácke, ale zároveň stále veľmi zábavné. Avšak už každý máme nejakú nastavenú svoje hodnoty, smerovanie, vieme približne, čo od života chceme, a dokážeme sa baviť na nekonečné množstvo tém. Zbožňujem bezprostrednosť, ktorú sme si vytvorili, a v našom kruhu kamošov môžeme povedať naozaj čokoľvek. Stredoškolské kamarátstva sú pre mňa akoby viac praktické. Riešili sme najmä školu a čo budeme robiť, keď vyučovanie skončí. Na vysokej je to oveľa komplexnejšie kamarátstvo, ktoré presahuje školu.

My sme skupinka kamarátov, ktorým vzťahy vydržali dodnes, a som za to nesmierne vďačná. Nadalej sa navzájom podporujeme, navštevujeme a nekonečne veľa nasmejeme. Dovolím si tvrdiť, že sú to kamaráti na celý život.



Ľubica Šulhánková, corporate communication manažérka

Pre mňa sú ľudia a kontakty to najcennejšie, čo mi vysoká škola dala. Priatelia, ktorých som tu spoznala, sú moja druhá rodina, najbližší ľudia, bez ktorých si neviem predstaviť život.

Na výške vás spája niečo viac než len škola – spoločné smerovanie, budúca profesia, podobný mindset. Mala som obrovské šťastie, pretože moji najlepší kamoši sú nielen z vysokej, ale rovnako silné väzby mám aj s tými zo strednej. Dokonca sa navzájom poznajú, takže okrem spoločných spomienok zo školy máme aj kopec zážitkov spolu.

Jasné, že priateľstvá vydržali! Viem, že to nie je vždy pravidlom, ale naša partia drží poko-pe. Každý žijeme inde, niektorí už majú rodiny, ale stále sme v kontakte a stretávame sa, keď sa dá.

Dokonca aj teraz, keď toto píšem, sedím vo vlaku na naše ďalšie stretnutie – tentokrát prvýkrát s našim najmladším členom, ktorý nedávno pribudol do našej „rodiny“.



Stanislav Čačko, PR manažér

Keďže pochádzam z východu Slovenska, príchod na vysokú školu, samozrejme, ovplyvnil dovedy vybudované väzby s ľuďmi. Ich životné cesty sa, rovnako ako tá moja, uberali rôznymi smermi. Vysoká škola je ale skvelou možnosťou na vytvorenie ešte silnejších a úprimnejších priateľstiev. Zdieľanie spoločného času či už v škole alebo mimo nej, je ideálnou príležitosťou spoznávať sa a budovať väzby s ľuďmi, ktorí majú v živote už jasnejšie smerovanie a vízie.

Priateľstvá na strednej škole sú určite super, no z môjho pohľadu je to zároveň aj také životné medziobdobie medzi detstvom a dospelosťou. Človek ešte spočiatku úplne nevie, kam sa jeho život bude ďalej uberať, no silné kamarátstva určite vznikajú aj tam. Čiže podstatný rozdiel v tom nevidím. Tie vysokoškolské sú už trochu aj o niečom inom. Prírodzene chcete byť obklopení ľuďmi, ktorí zdieľajú podobné hodnoty, majú podobné názory na život a v tejto životnej fáze už máte aj vy sami jasnejšie, čo v živote chcete mať a čo nie. Potom je to už len o šťastí, ak natrafíte na ľudí, ktorí sú na rovnakej vlne. A ak tieto väzby pretrvávajú aj roky po skončení štúdia, tak máte to šťastie naozaj veľké.

Väčšina priateľstiev mi vydržala. Samozrejme, do životov mnohých vstúpili lásky či deti, takže ten kontakt nie je až taký intenzívny, ale stále je. Mám však okolo seba aj partiu ľudí, s ktorými sme sa spoznali práve na vysokej škole. Aj keď už prešli roky, vždy sa vieme zabaviť a vyblázniť ako za starých dobrých čias. A aj keď sa už do našich debát dostávajú témy ako politika či návštevy rôznych ordinácií, humor nás nikdy neopúšťa. Mať okolo seba takýchto ľudí je naozaj česť a ja im ďakujem, že aj napriek rôznym okolnostiam a životným situáciám sme tu kedykoľvek jeden pre druhého a môžeme zdieľať naše úspechy, problémy či tajomstvá s plnou dôverou a pochopením.

Paula Marková, marketingová asistentka

Priateľstvá zo strednej školy viac-menej vyšumeli. Všetci spolužiaci sme sa rozliezli do rôznych miest na Slovensku a v Česku a málokedy sme sa stretli v rovnakú dobu v našom rodnom meste. Takže sme sa videli možno raz za rok na pravidelných stretnutiach zo strednej školy. Pokiaľ ide o moje iné priateľstvá (okrem spolužiakov), tak to boli bývalí susedia a podobne tiež už zhruba vo vysokoškolskom veku, boli v iných mestách ako ja. Naše stretnutia boli taktiež sporadické, keď sme sa náhodou vychytali v jednom meste alebo keď sme sa cielene dohodli na dáky spoločný výlet.

Na vysokoškolských priateľstvách bolo zaujímavé to, že sme mali podobné záujmy, keďže sme si vybrali rovnaký odbor na štúdium. Mali sme spoločné témy, či už vo veciach čo nás baví, alebo nebaví, v tom ktorý učiteľ nám bol sympatický alebo nie, a zároveň sme mali spoločné radosti a starosti, pokiaľ ide o písanie prác, učenie sa na rovnaké skúšky a podobne. Na základe toho sme sa spolu, prirodzene, stretávali a niektoré vzťahy sa vzhľadom na to, že sme si porozumeli aj na osobnostnej rovine, veľmi prehĺbili. Radi sme spolu trávili čas. Pre mňa osobne na vysokej škole bola ešte jedna zmena oproti strednej, vtedy som moc nechodila do barov, no v Trnave, kde som študovala, sa mi v tomto rozšírili obzory. S partiou sme veľa chodili von.

Nie všetky priateľstvá z vysokej školy pretrvali. Po dokončení štúdia som sa odsťahovala do Česka, tak som sa s viacerými spolužiakmi, prirodzene, už nikdy nestrela. Pokiaľ ide o mojich najbližších priateľov z vysokej školy, s nimi stále udržiavam pravidelný kontakt a niekoľkokrát do roka sa nám podarí aj stretnúť či už u niektorého z nás doma, alebo len v meste na obed. Niektoré priateľstvá nevydržali podľa mňa preto, že neboli až také hlboké, a zároveň preto, že si každý žijeme svoje životy, ktoré už nie sú také podobné, ako boli na univerzite.



RODOVÁ (ΠΕ)ΡΟΝΠΟŠŤ

11. 3. 2023 18:00

Ria Gehrerová z Denníka N: Kolegovia ma pobádajú k tomu, aby som sa viac usmievala

Autorka: Júlia Ďurčeková, **Foto:** facebook.com/Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave, **Zdroje:** youtube.com/UCMTrnava, ucm.sk

Jedna z posledných diskusií v rámci Večernej univerzity sa uskutočnila v priestoroch Malého Berlína 11. marca. Cieľom formátu je priblížiť aktuálne spoločenské dianie nielen študentom a zamestnancom univerzity, ale aj širokej verejnosti.

Na tému rodovej (ne)rovnosti diskutovali sociologička a riaditeľka Slovenského národného strediska pre ľudské práva Silvia Porubánová, novinárka Ria Gehrerová a prodekanka FSV UCM pre rodovú rovnosť a sociálne otázky Zuzana Draková. Napriek názvu podujatia sa na pódium zišli tri ženy. Pri výbere hostí rozhodli ich skúsenosti a vedomosti, upozornila hneď v úvode moderátorka Magdaléna Švecová.

Debatu otvorila otázkou, aké hodnoty rámcujú rodovú rovnosť. Podľa novinárky Gehrerovej ide o pocit spokojnosti, aby nerobila prácu, ktorú by mal robiť niekto iný, a aby žila v bezpečnom svete. Sociologička Porubánová o rodovej nerovnosti hovorila ako o verejnopolitickej agende: „Má slúžiť na to, aby sme žili lepší a spravodlivejší život.“

Podľa prodekanke Drakovovej je rodová rovnosť hlboko ukotvená v hodnotách spravodlivosti, inklúzie, rešpektu a úcty. „Bez ohľadu na to, aké majú jedinci pohlavie, mali by mať rovnaké príležitosti, rovnaký prístup k zdrojom a aj k právam,“ uviedla a dodala, že práve to by malo viesť k harmonizujúcej spoločnosti.

Prečo ženy zarábajú menej a má na to vplyv aj materská dovolenka? Zneli ďalšie otázky v diskusií. Hostky odpovedali aj na to, čo ženy priťahujú do politiky, na akademickú pôdu a do iných oblastí. „Keby sme sa spoliehali na prirodzený beh vecí, trvalo by 140 rokov, kým by boli ženy v politike, na výskumných pracoviskách a vo firmách rovnako zastúpené,“ zdôraznila Porubánová.

Jedným z riešení tohto problému je aj systém kvót, ktoré diskutujúce hodnotili. Podľa Porubánovej niektorí často používajú argumenty typu – Odkiaľ zoberieme tieto vynikajúce ženy? Sú na to pripravené? Sociologička však opísala, že aj v politike máme ľudí, ktorí sú vynikajúci, priemerní, podpriemerní a úplní lúžri. „Ak to platí pre mužov, prečo máme iné očakávanie na ženy?“ uzavrela.

Na otázku, či boli niekedy obeťou alebo svedkyňami diskriminácie na základe rodu, odpovedala Gehrerová: „Priamo diskriminácie nie, no dvakrát sa mi stalo, že za mnou prišiel kolega a spýtal sa ma, prečo som taká vážna.“ Prítom len normálne pracovala. Jej kolegov to vyvádza z miery a nabádajú ju k tomu, aby sa usmievala. „Čakám, keď bude zahľtený do práce a prídem za ním, že nech sa usmeje,“ humorne poznamenala na záver. Verejnosť sa môže na ďalšiu diskusiú Večernej univerzity na tému Ako byť zdravý v 21. storočí tešiť už 2. decembra.

Aký vplyv mal na ich priateľstvá začiatok štúdia na UCM? Prezradili študenti

Na vysokej je to iné. Veta, ktorú vám povie každý. Vzťahy sa menia, povädnú alebo sa, naopak, utužia. Na univerzitných chodbách sme sa pýtali, akú skúsenosť mali po nástupe na vysokú školu naši študenti.

Otázky:

- Ako nástup na vysokú školu ovplyvnil tvoje kamarátstva?
- Čím sa odlišujú od tých na strednej?
- Ako ich ovplyvnila pandémia?



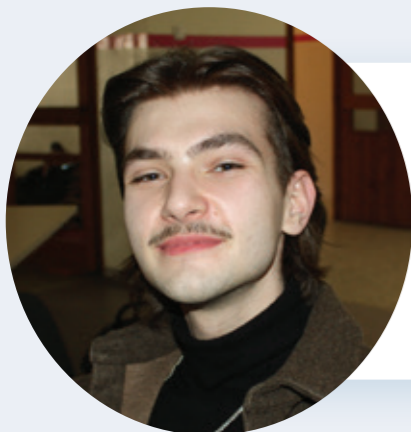
Zuzana, 5. ročník, masmediálna komunikácia

Na strednej sme boli spolu od pondelka do piatka, každý jeden deň. Na vysokej je to iné, boli sme spolu len krátko a na pár dní. Všetci moji kamoši išli na iné školy, priateľstvá upadli. Stále sa dokážeme stretnúť, ale nie je to tak často, ako by som chcela. Kamarátstva tu sú vyspelejšie, neriešime hlúposti. Nie je to len o tom, že ideme v piatok do mesta. Pandémia pre mňa nič neovplyvnila. Väčšinu kamošov mám na dedine, takže sme sa stretávali vonku, hoci aj s rúškami.

Peter, 5. ročník, učiteľstvo

To, že sme išli každý študovať inam, zocelilo naše stredoškolské vzťahy. Preto sme si vzácnnejší a máme lepšie priateľstvo, môžeme sa na seba spoľahnúť. Človek na vysokej ale spozná veľa ľudí a priateľstvá, ktoré nadobudne, vydržia do konca života. Mám tu veľmi dobrých kamarátov a som za to rád.

Na vysokej sme dospeljší, priority sa nám zmenili. Mám pocit, že sme takí... vzťahoví poradcovia? To by bolo asi odvážne tvrdiť, ale viac sa ľuďom zdôveríme. Pandémia nás viac stmelila. Prvý a druhý ročník som zažil počas covidu, boli sme si bližší a vzácnnejší, keď sme sa videli. Aj teraz mám stále veľa kamarátov, ktorí už neštudujú, a sme napriek tomu v kontakte.



Adam, 1. ročník, marketingová komunikácia

Našiel som si nových priateľov do života, ale aj pre biznis. Je tu lepší networking. Napríklad, keď sa venujem fotografii alebo videu, sú tu ľudia, ktorých to rovnako zaujíma. Na strednej som študoval to, čo ma nebavilo. Štúdium na vysokej škole ma viac naplňa a mám tu ľudí, ktorí sú bližšie k mojej práci. Pandémia moje vzťahy veľmi neovplyvnila. S kamarátmi sme hrávali online hry a v tom čase som si dokonca našiel najlepších priateľov.

Andrey, 1. ročník, masmediálna komunikácia

S kamarátmi zo strednej sa už nebudím. Na vysokej je to lepšie, našiel som si zaujímavých priateľov, aj keď to je z hľadiska jazykovej bariéry ťažké. Okrem toho je štúdium celkovo náročnejšie. Je pre mňa ťažké rozumieť ľuďom, keďže som z Ukrajiny. Počas pandémie vzťahy fungovali normálne, písali sme si.



Sofia, 2. ročník, manažment

Išla som na vysokú školu s kamarátkou zo strednej a sme stále v kontakte. S ostatnými nie, vzťahy sa úplne rozpadli. Buď pracujú, alebo sú inde, rozlietani. Neudržalo sa to. Tu som si našla nových. Na strednej sa ľudia stále hľadajú a na vysokej je to už rozpoznatelnejšie. Máme veľa skúšok, úloh a je to už na inej úrovni. Pandémia priateľstvá dosť ovplyvnila. Snažili sme sa pomáhať si a keďže sme nemali odborné výklady, bolo to benevolentnejšie. Vzťahy sa utužili, ale s niektorými sa zas viac rozpadli.

Nikola, 1. ročník, marketingová komunikácia

Príchod na vysokú ma ovplyvnil pozitívne. Našla som si veľa super kamošiek a kamošov, som za nich vďačná. Na strednej sme boli ešte deti, riešili sme tínedžerské drámy a viac sme sa „priateľsky šikanovali“. Tu je to viac seriózne. Počas pandémie sa všetko riešilo online a vzťahy sme nadväzovali počas prvého ročníka strednej cez Discord.



Eva, 2. ročník, manažment

Stále som s kamarátkami v kontakte, ale stretávame sa menej často. Na vysokú školu som išla jediná, ony pracujú. Je to potom ťažšie zosúladiť. Nevidím rozdiel medzi priateľstvami na vysokej a strednej škole. Podľa mňa ich neovplyvnila ani pandémia.

O energii, ktorú som nemala



„Stojím pred okrajom vlastných síl. Spánky mi príjemne ochladzuje ranný vánok – jediný kontakt s realitou, ktorý mám. Z tejto výšky dovidím až na koniec. Hľadieť do čiernej diery vlastného dna nie je ľahké. Taktizujem. Moje dno je preplnené, všetko sa doň nezmesť. Pred očami mám známe mená. Priateľstvá, v ktorých sa moja energia stráca už štyri roky.

Ich objatia sú ľahké, zabudnuteľné. Priateľstvo vyzerá inak. Pevnejšie. Ak si niekedy budete v psychologických knihách hľadať jeho definíciu, zistíte, že je všade taká istá. Priateľstvo je vzťah, z ktorého majú benefit obe strany.

Náklonnosť musí byť vzájomná, inak priateľstvo nefunguje. Tým sa líši od lásky, ktorá môže byť aj platonická, neopätovaná.

Trieskam si hlavu o stenu. Základný princíp priateľstva objavujem v odbornej literatúre prineskoro. Štyri roky po funuse. Tú rovnícu som vyriešila až v mojich 23 rokoch. Pred očami mám priateľstvá, ktoré skončili zdanlivo bez príčiny. Pre energiu, ktorú som nemala.

Minulý rok som našla hranicu vlastného vyhovenia. Okrem stresujúcej práce sa mi do života vrátil človek, ktorý zo mňa spravil pojem obeť

domáceho násillia. A ja som sa opäť ocitla v situáciách, ktoré ma vyčerpávali. Uvedomila som si, že niektoré moje priateľstvá začali blednúť v momente, keď som do nich prestala dávať energiu. Prestala som sa snažiť nadväzovať kontakt. Čo robíte po škole? Pôjdeme do kaviarne? Ako sa máte? Otázky boli zbytočné a vyčerpávajúce. Z tej druhej strany nikdy neprišli. Ostala som len ja a správy, ktoré si moje dve priateľstvá prečítali až po dvoch týždňoch (v tom lepšom prípade). Mój prvotný hnev a rozhorčenie prerástlo do apatie. Naše kamarátstvo skončilo bez dôvodu. Bez vysvetlenia a s obrovským odcudzením.

Pamätám si deň, kedy som sa rozhodla odísť. Sedela som v parku, blízko trnavskej baziliky a videla, ako jesenný vietor hýbe listami stromov. Nevieam, ako dlho som do oblohy hľadela, mohla to byť aj večnosť. Chcela som byť ten list. Chcela som pokojne a ľahko sedieť na konári stromu, a keď príde môj čas, bezbolestne spadnúť na zem. Chcela som odísť zo šéfredaktorského postu. Šéfovať svojim bývalým kamarátom nie je nič príjemné.

Moje dve priateľstvá, hoc boli už dávno ukončené, stále žili v mojej hlave. Keď som sa rozhodla od nich odísť aj mentálne, konečne som sa cítila ako ten list na strome. Zrazu som mala priestor dýchať sama pre seba. A bola to neskutočná úľava. Spravila si všetko, čo si mohla, povedala som si.

Smútok ostal. Bol to otravný kamienok v mojej topánke, ktorý mi pripomínal, že som živá. Naučila som sa existovať v jeho prítomnosti a napokon ho úplne prestala vnímať.

Ak sa aj vy teraz nachádzate na okraji, vedzte, že balansovať na jeho hrane sa nedá navždy. Vyberte si seba. Vyberte si pokoj. Vtedy k vám priateľstvá prídu samy a budú pevnejšie než kedykoľvek predtým. Dajú vám to naspäť - tú energiu, ktorú ste nikdy nemali. A čo teraz? Komu ju dáte vy? “

Autorka: Bernadetta Čaranová

Keď prídem domov, cítim sa opäť ako dieťa

Skenuj cez Spotify a počúvaj



„Niekedy mám pocit, že rodičia sa ku mne stále správajú, ako keby som mala 15 rokov. Na cestu vlakom mi pripravujú natrete žemle ako kedysi školskú desiatu. Ako im mám vysvetliť, že už nie som dieťa?

Pamätám si zmes strachu a hrdosti, ktorá ma sprevádzala pri jednom z najväčších životných míľnikov – odchode na vysokú školu a internát. Postupne som si počas štúdia začala budovať svoj dospelý život, našla som si prácu, pustila som sa do šetrenia a presťahovala som sa do podnájmu. Vždy sa ale snažím nájsť si čas aspoň raz do mesiaca na návštevu starých rodičov, ktorí ma od malička vychovávali.

Keď sa však vrátim domov, akoby som sa strojom času vrátila do svojich tínedžerských rokov. Prichádza rodičovský výsluch s množstvom otázok – Ako sa mi darí v škole? Mám dost jedla? Ako som na tom s financiami? Niekedy ma až prekvapí, akým otráveným tónom odpoviem, ako keby som sa sama menila na svoju mrzutú tínedžerskú verziu. Všetko sa to deje popri tom, ako mi „mama hotel“ starostlivo pripravuje obedové menu. Niežeby som sa nepokúšala pomôcť a niečo sama uvariť, no dostanem len nevyžiadané rady a napomenutia. Raz treba pridať viac oleja, inokedy lepšie premiešať a nakoniec sa aj tak toho chytia sami a spravia to radšej za mňa.

Predstavy o mojej nezávislosti sa razom rozplynú, keď sa ku mne starí rodičia správajú prehnane starostlivo ako k dieťaťu, ktoré stále potrebuje opateru. Zdá sa mi, že nevidia, že už dávno nemám 15 rokov. Domov pre mňa znamená aj stretnutie s kamarátmi z detstva, no pri chystaní von sa nevyhne ďalšej vlne otázok – S kým ideš? Kde idete? Kedy prídeš domov? Nebude ti v tom zima? Nepotrebuješ vreckové? Napriek uisteniu, že s peniazmi problém nemám, je predo mnou nastrčená ruka s dvadsiatimi eurami.



Neberte ma zle. Vážim si svojich rodičov, ich podporu a starostlivosť. Chcem ale, aby ma rešpektovali ako samostatného dospelého človeka. Miestami rozmýšlam, kedy sa naučím napríklad finančnej zodpovednosti, keď ma budú neustále chrániť. Minule som čítala jeden rozhovor so psychologičkou, kde ma zaujala pasáž o opičej láske. Opisala ju ako prehnajú starostlivosť, ktorá môže škodiť. Prípadobnila to k rastline, ktorú neustále hnojíme a polievame, no nedáme jej priestor, aby rástla sama. Podobne sa cítim vždy po návrate domov aj ja.

Odporúčanie psychológov znie jednoducho – otvorene sa s rodičmi porozprávajte o probléme a láskavo, ale rázne im vysvetlite potrebu seberovného vzťahu. Z rozhovoru s rodičmi som mala strach a niekoľkokrát som ho odsúdila. Bála som sa, že ich urazím alebo iným spôsobom raním.

Ostala som ale príjemne prekvapená. Prvá reakcia starého otca bola otázka, že prečo sa cítim ako dieťa, keď som už vlastne dospelá. Po chvíli však priznal, že občas sú na mňa príliš naviazaní a ochranárski. Uvedomujú si to a postupne sa snažia zmeniť prístup a dávať mi viac voľnosti. Dodal, že keby mi čokovek prekážalo, sú otvorení ma vypočuť a urobiť zmenu.

Viem, že moje sťažnosti na rodičov sú len maličernosti, no bežne sa s nimi stretávame viacerí. Dôležité je vedieť si empaticky stanoviť hranice už pri menších problémoch. Dospelosť predsa neznamená za každú cenu odmietat rodičovskú starostlivosť, ale vedieť o nej hovoriť – otvorene, s rešpektom a porozumením na oboch stranách. “

Autorka: Baška Kolejáková



Štatistiky ukážu počty nezamestnaných, nie úspešnosť v odbore

Čím skôr študenti nazbierajú skúsenosti, tým lepšie sa uplatnia po škole, hovorí absolvent Takáč. UCM dosahuje v nezamestnanosti po štúdiu lepšie výsledky než je priemer slovenských verejných vysokých škôl. Aké príbehy sa skrývajú za dátami?

Samotné uplatnenie absolventov sa naprieč fakultami líši. Kým v prípade zdravotníckych odborov je zamestnanosť takmer istá, smery ako masmediálna komunikácia alebo biotechnológie ponúkajú širšie a menej predvídateľné spektrum možností. Výber fakulty však nie je všetko. Dôležitý je aj osobný prístup študentov, ich angažovanosť počas štúdia a schopnosť hľadať príležitosti.

Z každých 100 absolventov UCM sú nezamestnaní takmer dvaja – presný údaj predstavuje 1,71 %. Všeobecná miera nezamestnanosti absolventov verejných vysokých škôl na Slovensku je 2,01 %, z čoho vyplýva, že univerzita si vedie relatívne dobre. To ale neznamená, že bývalí študenti pracujú práve vo svojom odbore.

Mnohí z nich sa zamestnávajú v úplne inej oblasti, niektorí odchádzajú do zahraničia, ďalší podnikajú alebo sa zamestnávajú ako samostatne zárobkovo činné osoby. Tieto formy zamestnania sa do oficiálnych štatistík nezamestnanosti často nedostanú – buď pre legislatívnu definíciu nezamestnaného, alebo preto, že sa daná osoba do evidencie úradu práce ani nezapíše. Detailné štatistiky o profesijnom uplatnení po škole však zatiaľ chýbajú.

FMK vs. úrad práce

Od prodekana pre rozvoj a komunikáciu Petra Murára sme získali konkrétnu štatistiku, koľko absolventov Fakulty masmediálnej komunikácie (FMK) je evidovaných na úrade práce. Za roky 2022, 2023 a 2024 je evidovaných dokopy 29 absolventov fakulty bez zamestnania.

Hovorí však, že fakulta je k týmto číslam skôr rezervovaná: „Faktom je, že človek z FMK sa môže uplatniť prakticky kdekoľvek, všade potrebujú kreatívov, expertov na komunikáciu, sociálne médiá a pod.“ Murár zároveň upozorňuje, že fakulta nemá dosah na metodiku vyhodnocovania týchto dát a v niektorých prípadoch je ťažké určiť, či absolvent pracuje v odbore, alebo mimo neho.

Chýba prax?

Naprieč fakultami sa mnohí študenti zhodujú, že im chýba viac praktických predmetov alebo by privítali viac možností na získanie reálnych skúseností počas štúdia. „Veľa by mi dalo, keby bolo viac praktických výstupov počas semestra. Jeden projekt za semester je málo,“ hodnotí Michal Kačka, ktorý sa dnes živí videotvorbou.

Na obranu fakúlt treba povedať, že vysoké školy sú viazané akreditačnými štandardmi, ktoré im prikazujú zahrnúť do študijných programov aj určitý počet teoretických predmetov. Akreditáciu udeľuje Slovenská akreditačná agentúra pre vysoké školstvo (SAAVŠ) a bez splnenia presne stanovených kritérií, vrátane pokrytia základných teoretických vedomostí v odbore, by program nemohol existovať. Aj preto môže štúdium v niektorých odboroch pôsobiť viac akademicky než prakticky.

Vyváženie medzi teóriou a praxou však zostáva výzvou, na ktorú študenti aj absolventi často upozorňujú. Dominika Čarnogurská aj Michal Takáč sa zhodujú, že kľúčové je využívať možnosti mimoškolskej praxe, stáží a dobrovoľných projektov, ktoré univerzita ponúka.

Aká je reakcia vedenia?

Podľa vyjadrenia prodekanky pre kvalitu, akreditáciu a doktorandské štúdium Dáši Franič, fakulta pri tvorbe študijných plánov vychádza z požiadaviek študijného odboru. Študijný plán musí obsahovať teoretické aj praktické predmety, aby študent získal univerzitné vzdelanie. „Nejde o praktický kurz, ale

o akademický študijný program,“ zdôrazňuje Franič. Väčšia orientácia na prax je typická skôr pre profesijne orientované programy.

Dodáva však, že za posledné obdobie sa praktický rozmer výučby výrazne posilnil. Vzniklo veľa nových predmetov, ktoré vedú odborníci z praxe. Študenti sa môžu zapojiť do projektov ako je napríklad „Safari“ (projekt, ktorý pomáha študentom MARK, KOMU a TEDi, možnosť nahliadnuť do zákulisia slovenských a globálnych firiem či agentúr – pozn. red.), pracovať v kabinetoch, využívať možnosti nového Kreatívneho centra Skladová alebo sa zúčastniť workshopov a ďalších aktivít. Aj externé štúdium, napriek svojim limitom, sa snaží prepájať teoretické poznatky s praxou tak, aby si študenti rozvíjali nielen vedomosti, ale aj praktické kompetencie.

Rôznorodosť uplatnenia

Prípud Ondreja Machoviča z fakulty fyzioterapie ukazuje úplne inú situáciu. On aj jeho spolužiaci sa uplatnili v odbore bez problémov. „V zdravotníckych odboroch sa uplatnenie nájde, ale ocenil by som viac kurzov priamo zakomponovaných do výučby. Možnosť vyskúšať si niektoré techniky by bola na nezaplatenie,“ hovorí.

Naopak, absolvent biotechnológie Štefan Pintér dnes pracuje v chemickej kontrole atómovej elektrárne. Školu síce nepovažuje za priameho pripravovateľa na svoju pozíciu, ale uznáva, že mu dala dôležité základy: „Väčšina mojich spolužiakov mala po škole problém zamestnať sa v odbore. Niektorí odišli do zahraničia, iní pracujú mimo vedy.“

Podobné skúsenosti má aj Zuzana Šebová: „Dávala som 100 %, ale do odboru som sa

napriek snahe nedostala. Momentálne pracujem mimo odboru, no verím, že cenné skúsenosti zúročím neskôr.“

Hľadanie práce po škole

Dĺžka hľadania práce po ukončení štúdia sa medzi absolventmi výrazne líši. Ondrej Machovič si založil ambulanciu prakticky ihneď, zatiaľ čo Martin Soviš hľadal trvalé zamestnanie od mája do januára a popritom si privyrábal brigádami. Zuzana Šebová po ukončení magisterského stupňa absolvovala stáž a až po niekoľkých mesiacoch hľadania našla pracovné miesto mimo odbor.

„Na trhu práce sa uplatňujú najmä tí, ktorí majú silnejšie predpoklady, napríklad pracovné skúsenosti či kvalitné zručnosti už počas školy.“

„Keby som vedela, že hľadanie práce bude trvať dlhšie, začala by som ju hľadať hneď po návrate zo stáže,“ priznáva Šebová. Podobnú skúsenosť opisuje aj Martin: „Možno som mal začať s hľadaním praxe a budovaním kontaktov skôr. Ale nakoniec som spokojný s cestou, ktorú som prešiel.“

Naopak, Michal Takáč sa zamestnal ešte počas štúdia, čo považuje za kľúčové. „Začal by som s hľadaním praxe určite oveľa skôr. Čím skôr študenti nazbierajú skúsenosti, tým lepšie sa uplatnia po škole.“

Reflexia štúdia očami absolventov

Absolventi sa zamýšľajú aj nad tým, čo by počas štúdia spravili inak. „Viac by som sa venovala mimoškolskej praxi a vzdelávaniu mimo školy,“ hovorí Dominika Čarnogurská, ktorá dnes vedie vlastné fotoštúdio.

Michal Kačka vidí najväčšiu hodnotu v budovaní reálnych projektov popri škole. „Nerobil by som prácu, ktorá nesúvisí s tým, čo ma baví. Aj keby som začínal od nuly, radšej by som to robil hneď správnym smerom.“

Štefan Pintér upozorňuje, že začínajúci absolventi by mali byť skromní a pripravení budovať si kariéru postupne: „Mnohí chcú hneď veľké peniaze za malé skúsenosti. Na začiatku je však dôležitá práca na sebe a trpezlivosť.“

Michal Takáč, dnes vedúci digitálneho predaja v Bauer Media Slovakia, navrhuje systém dlhodobých stáží: „Študenti by získali skúsenosti, firmy pomoc a škola prestíž, že vie vychovávať ľudí priamo do praxe.“

Univerzity čoraz častejšie upravujú svoje študijné programy, nielen pre akreditáciu, ale aj z dôvodu reálnych požiadaviek trhu. Tento trend by mohol znamenať, že budúce generácie absolventov budú na štart kariéry pripravené ešte lepšie.

Realita trhu

Hoci miera nezamestnanosti na Slovensku dosiahla v roku 2024 historické minimum 5,3 %, situácia mladých absolventov zostáva komplexná. Podľa údajov Štatistického úradu SR tvorili takmer 36 % všetkých nezamestnaných osoby, ktoré ešte nikdy nepracovali – vrátane čerstvých absolventov vysokých škôl.

Zaujímavé je, že nezamestnanosť síce klesá, no dlhodobozamestnaní (12+ mesiacov bez práce) stále tvoria až dve tretiny všetkých nezamestnaných. Na trhu práce sa teda uplatňujú najmä tí, ktorí majú silnejšie predpoklady, napríklad pracovné skúsenosti či kvalitné zručnosti už počas školy.

Dáta síce hovoria o počte nezamestnaných, ale neprezradia, koľko absolventov reálne pracuje vo svojom odbore. A práve na túto medzeru upozorňujú aj samotní študenti a pedagógovia. Napriek tomu, že si UCM v štatistikách vedie dobre, samotné čísla nestačia. Viac než „kde pracuješ“ je dnes dôležité aj „ako a prečo práve tam“. Rôznorodé skúsenosti absolventov ukazujú, že každý príbeh je jedinečný, a že na úspešné uplatnenie nestačí len titul, ale aj osobný záujem, skúsenosti a systémová podpora.

Autorky: Zuzana Beneková, Barbora Kolejková
Foto: archív respondentov, atelier.sk/
Zuzana Beneková
Zdroje: isa.gov.sk, slovak.statistics.sk,
employment.gov.sk, cvtir.sk



Ondrej by prijal, ak by povinné kurzy v oblasti fyzioterapie ponúkali v rámci výučby.

Autorka
Júlia Ďurčeková

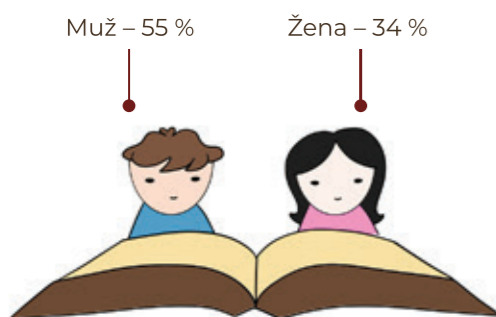
Generácia X číta najmenej, ženy čítajú viac ako muži

Grafička
Bronislava Havranová

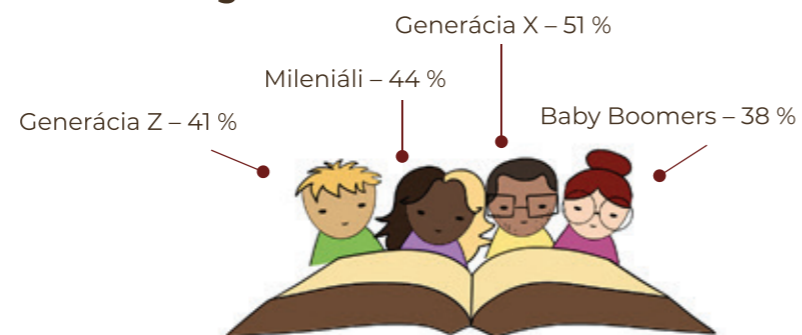
Spoločnosť National Sample realizovala od 12. do 16. marca 2025 online prieskum ohľadom čítania kníh. Reprezentatívnu vzorku tvorilo 1 041 respondentov vo veku 18+ rokov.

Kol'ko percent Slovákov počas posledného roka NEprečítalo ani jednu knihu?

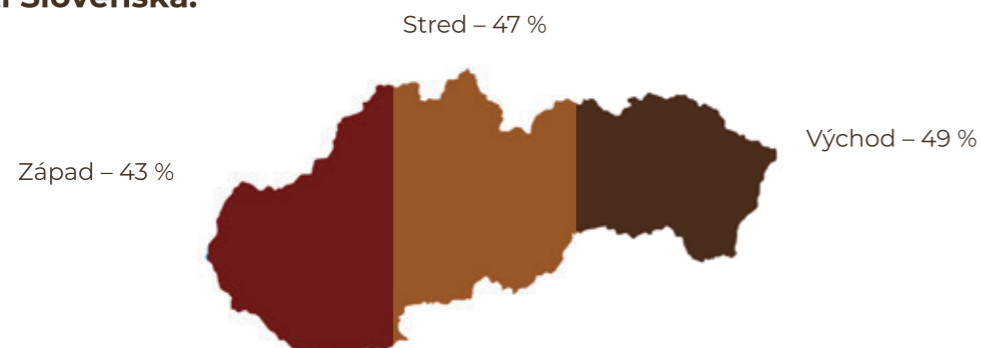
Podľa pohlavia:



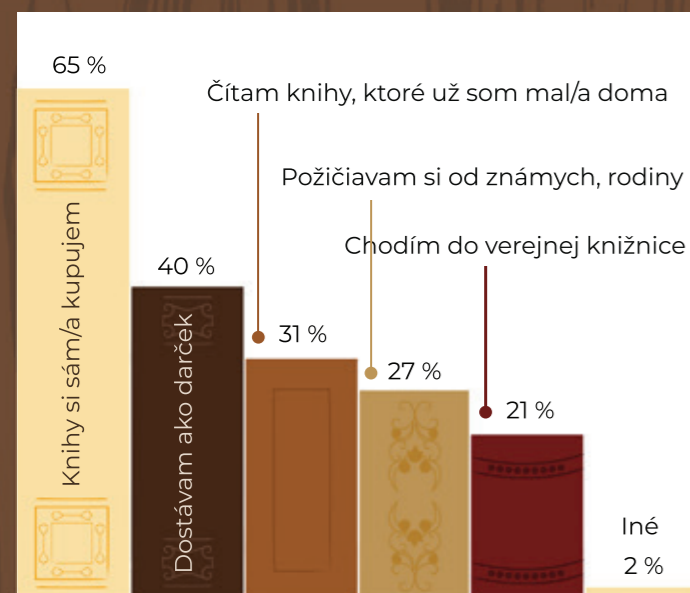
Podľa generácie :



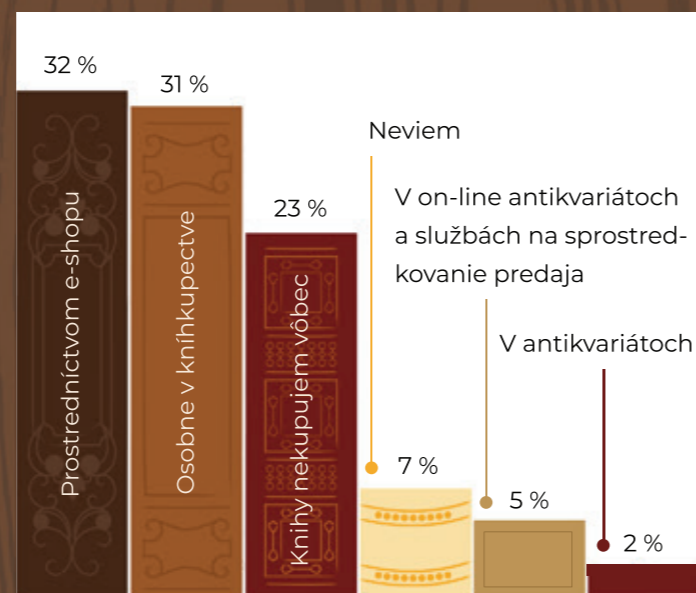
Podľa oblasti Slovenska:



Ako sa najčastejšie dostávate ku knihám?



Akým spôsobom najčastejšie nakupujete knihy?



Samuel „Vedátor“ Kováčik : Chcem zbúrať mýtus, že veda je len pre génirov

Veda je základom modernej spoločnosti, no napriek tomu jej mnohí Slováci nedôverujú. Vedec, popularizátor vedy a zakladateľ projektu Vedátor Samuel Kováčik sa ju snaží jednoducho a zrozumiteľne sprístupniť komukoľvek, kto je ochotný počúvať.



Začiatkom apríla ste na Instagrame pridali video ohľadne slintačky a krívačky, v ktorom ste sa snažili vysvetliť, ako správne reagovať na šíriace sa dezinformácie. Prečo Slovinci neveria pravde a za všetkým hľadajú konšpirácie?

Ťažko povedať – a myslím, že to nie je problém len Slovenska. Vidíme to naprieč celým západným svetom. Úspešní politici dnes často otvorene klamú, a ľudia už toho ani nie sú šokovaní. Zdá sa, že sme sa dostali do bodu, keď si ktokoľvek môže povedať hocičo, bez ohľadu na to, či je to pravda. Jediným kritériom je, či to vzbudí požadovanú reakciu u publika.

Do veľkej miery za to môžeme aj my sami ako publikum. Nie sme dostatočne kritickí, málo premýšľame nad tým, čo počujeme. Keď sa dozvieme, že niekto klamal, často len mávneme rukou a povieme si: „Vedť všetci klamú.“ Rovnako ako sa kedysi hovorilo, že všetci kradnú. Nerozlišujeme medzi tým, keď sa niekto pomýli, a tým, keď niekto klame zámerne, systematicky a cynicky.

Každý z nás sa môže niekedy myliť, to je prirodzené. No je to iné, keď niekto vedome šíri nepravdy a robí to opakovane. A tento rozdiel sme akoby prestali vnímať. A vďaka tomu vzniká priestor, v ktorom sa klamstvo stáva normou – a politici to, samozrejme, radi využívajú.

Prečo teda ľudia radšej uveria klamstvu než by hľadali pravdu?

Mnohí sú na toto veľmi citliví a, naopak, časť

spoločnosti si dáva extrémny pozor na to, či nepodlieha rôznym kognitívnym pudom. Postupne si začneme viac uvedomovať, že tým, ktorí dokážu rozoznať pravdu od nepravdy, sa bude v živote dariť lepšie než tým, ktorí veria klamstvám. A potom sa ľudia začnú pýtať, čo môžem urobiť, aby som sa tiež stal úspešným?

Keď sa človek necíti v živote spokojný, potrebuje identifikovať vinníka. Jednoduchšie prijmem predstavu, že za naše problémy môže niekto iný, než by sme si pripustili, že si za ne môžeme do istej miery aj sami. A práve vtedy nastupujú politici či rôzni „záchrancovia“, ktorí ponúknu jednoduché vysvetlenia a vinníka.

„Chýba nám kontakt s vedou, nevieme ako ju hľadať a ako jej porozumieť.“

Obzvlášť v náročných časoch, ako bola pandémia alebo v súčasnosti stále je vojna na Ukrajine, sa týmto odpovediam ľahšie verí, aj keď hlboko vo vnútri možno cítime, že nie sú pravdivé. Ale klamstvo, ktoré nás upokojí, sa niekedy prijíma ľahšie než pravda, ktorá nás núti konať.

Aký to má vplyv na spoločnosť, keď nedokážeme veriť nielen opatreniam vlády, ale ani odborníkom?

Týmto situáciu len zhoršujeme. Povedzme, že mám zvýšenú teplotu, doktor mi povie, čo s tým mám robiť a ja namiesto toho využijem radu náhodného človeka na internete. Nielenže zvyšujem riziko, že zvýšenú

teplotu nepotlačím, dokonca ju môžem zhoršiť. A to platí o každej situácii, pretože ani odborníci nemajú garanciu pravdy. Často hovoria: „Na základe aktuálnych poznatkov sa javí ako najlepšie riešenie toto...“ To však neznamená, že majú stopercentnú istotu.

Mohli sme to vidieť počas pandémie Covidu-19, kedy sa situácia rýchlo menila. Dobrý odborník dáva rady, ktoré vychádzajú z maximálneho získaného množstva poznatkov. Keď sa jej budeme držať, optimalizujeme svoju budúcu prognózu. No keď dáme na menej kvalifikovanú radu, prípadne si žiadnu nevyžiadame, v priemere sa nám bude v budúcnosti menej dariť. Budeme dlhšie chorí, budeme mať viac kusov dobytka nakazených slintačkou a krívačkou.

Samozrejme vždy tu je možnosť, že aj keď odborníci zhodnotia najlepšie vstupné dáta, tak kvôli nevhodne zvolenej vzorke majú skreslený úsudok. Je to úplne legitímna možnosť. Z ilúzie stopercentnej pravdy je dobré vytriezviť ideálne ešte v mladom veku, lebo nič nevieme na sto percent. Vždy je 0,001-percentná pravdepodobnosť, že žijeme v simulácii, alebo že sa nám to celé sníva.

Súčasná vláda počas covidu (vtedy v opozícii) šírila dezinformácie ohľadom ochorenia. Teraz premiér Fico vyzýva opozíciu, aby vložila slová a nezneužívala krízu na politické účely. Prečo nastal obrat v jeho rétorike?

To, čo hovorí, nemá nič spoločné s tým, čo

je naozaj dobré pre blaho krajiny, občanov alebo dokonca zvierat. Všetko, čo tvrdí, je z pohľadu jeho vlastného záujmu alebo záujmov jeho strany. Keď bol v opozícii, bolo pre neho výhodné presvedčať ľudí, teraz však očakáva od občanov poslušnosť voči vládnym opatreniam. Zaujíma ho len to, čo je prospešné pre jeho pozíciu, nie to, čo je prospešné pre celú krajinu.

Napriek tomu sa dezinformácie ohľadom choroby ďalej šíria. V už spomínanom videu ste vysvetľovali, ako reagovať na komentáre politikov, ktorí nemajú dôkazy pre svoje tvrdenia. Vaším riešením je pýtať sa ich, odkiaľ to majú. Vidíte v tom zmysel?

Áno, lebo ľudia často nie sú dobrí v posudzovaní dôveryhodnosti iných. Dôveryhodnejšie vnímame vysokých ľudí alebo ľudí s hlbokým hlasom. Politici sa naučili identifikovať, aké veci vzbudzujú dôveryhodnosť a začali to napodobňovať. Veľmi sebavedomo rozprávajú o veciach, o ktorých vedia veľmi málo.

Šikovní moderátori dokážu tieto nedostatky odhaliť, keď ich pozvú na rozhovor. Špeciálne keď ide o „menších“ politikov, ktorí nemajú veľký tím. Títo moderátori ich tlačia k tomu, aby vysvetlili, prečo tvrdia to, čo tvrdia. Chceme počuť odôvodnenie, ale často sa stáva, že politici si svoje tvrdenia vymyslia alebo ich majú z neoverených zdrojov typu „jedna baba povedala“.

Preto musíme aktívne rozlišovať medzi skutočnými expertmi, ktorí si našu dôveru zaslúžia, a tými, ktorí len simulujú sebavedomie. Je škoda, že miesto kompetentných politikov dostávajú priestor tí, ktorí si veci

vymýšľajú a zakladajú ich len na tom, čo sa im práve zdá zaujímavé.

Nedávame im väčšiu pozornosť, ako si „zaslúžia“?

Každý si zaslúži istú pozornosť. Na Slovensku je niekoľko politikov, ktorí sa dostali do bodu, keď im už nikto nič neverí. Klamali toľkokrát, že im možno zostala len malá skupina verných. Postupne by sme ich mali začať ignorovať. Politici, ktorých sme už demaskovali ako klamárov a nekompetentných, si nezaslúžia pozornosť. Problém je, že niektorí stále vzbudzujú dojem legitímnosti, čo ovplyvňuje veľkú časť spoločnosti.

Takže problém je v tom, že ich ľudia ešte „neodhalili“?

Áno. Musíme prispieť k tomu, aby politikov-klamárov odhalili. Poznám niekoľkých politikov, ktorí keď dostanú otázku, vedia svoje odpovede podložiť dátami, hovoria, že ich rozhodnutia sú na základe porovnania s inými krajinami, odporúčaní expertov alebo diskusií s ľuďmi. Takto by to malo fungovať.

Ak politik opakovane klame, ľudia by si mali položiť otázku, či mu ešte dôverovať a či má zmysel ho naďalej počúvať. Prečo si myslíte, že niektorí ľudia, najmä staršie generácie, to stále nedokážu?

Nie sú zvyknutí rozlišovať medzi klamstvom a pravdou. Vedecký prístup nás naučil, že keď dostaneme novú informáciu, hneď ju neakceptujeme. Pýtame sa, ako ju získali, aké metódy použili a akými nástrojmi ju merali. Chceme poznať pozadie vzniku informácie. Mnohí ľudia však na to nie sú zvyknutí, a preto aj keď politik klame, nevedia to rozpoznať.

Pre nich to jednoducho znie ako pravda. Je to niečo, čo sa treba naučiť. Podľa mňa je veľmi dôležité pýtať sa, odkiaľ informácie prichádzajú a ako ich môžeme overiť. To je dobrý začiatok, ako sa naučiť rozlišovať medzi pravdou a klamstvom.

Kedy ste si uvedomili, že práve veda je smer, ktorým sa chcete uberať?

Najskôr som sa rozhodol ísť študovať fyziku len preto, že ma to fascinovalo. Čítal som knihy o čiernych dierach a kvantovej fyzike, pričom som mal pocit, že mi z toho vybuchne hlava. Povedal som si, že to aspoň skúsím, kým ma nevyhodia. Necítil som sa ako génus, takže som ani nepredpokladal, že by som tam mohol vydržať. Vôbec by mi nenapadlo, že obyčajný človek môže pochopiť tieto veci, a dokonca občas prísť na niečo nové.

Až keď som sa do vedy naozaj pustil, uvedomil som si, čo vlastne znamená byť vedcom. Predtým som si to ani nevedel predstaviť, pretože som s vedou nemal osobný kontakt. Nepoznal som nikoho, kto by sa jej venoval – až kým som raz v relácii Pod lampou nevidel Martina Mojžiša.

„Nemali by sme sa báť povedať niečo, čo sa neskôr môže ukázať ako nesprávne.“

Neskôr mi s ním jeden známy dohodol stretnutie. Dovtedy som vnímal vedcov len cez knihy a články. Chýbala mi osobná skúsenosť. Teraz, keď už som súčasťou vedeckej komunity, sa snažím ľuďom túto skúsenosť sprostredkovať. Ukázať im, ako reálne vyzerá vedecký život a práca. Chcem zbúrať mýtus,



Za svoj projekt Vedátor získal Samuel Kováčik v roku 2021 Cenu za vedu a techniku v kategórii Popularizátor vedy, ktorú mu udelilo Ministerstvo školstva.



Samuel sa okrem vedeckej práce aktívne venuje aj športu – rád beháva a má za sebou dokonca aj maratón v Paríži.

že veda je len pre géniov – to neznamená, že vedcom môže byť úplne každý, ale tie kritériá sú iné, než si väčšina ľudí myslí.

V rozhovore pre SLSP ste spomínali, že ste si chceli overiť, ako funguje veda v zahraničí, ako pracujú vedecké kolektívy a aké majú postupy. Aké sú podľa vás najväčšie rozdiely medzi tým, ako je veda vnímaná na Slovensku a v zahraničí?

Ťažko sa mi na to odpovedá, pretože neviem presne, ako ľudia vnímajú vedu v zahraničí. Keď som tam pôsobil, pracoval som na výskumnom inštitúte, kde som bol obklopený ľuďmi z vedeckého prostredia. Nešlo teda o úplne typickú vzorku spoločnosti. Vnímanie vedy však ovplyvňuje viacero faktorov. Jeden z nich je, ako veľmi vedci hovoria o svojej práci na verejnosti. Teda či vedia svoju prácu popularizovať a priblížiť ju ľuďom.

Druhým je, ako sa o vede hovorí v spoločnosti. Teda ako ju prezentujú médiá, politici či iné verejné authority. Na Slovensku máme aj pozitívne, aj negatívne príklady. Medzi tie pozitívne patrí projekt ESET Science Award, ktorý oceňuje prácu slovenských vedcov a vedkýň a pomáha zviditeľňovať ich prínos.

Na druhej strane, počas pandémie sme boli svedkami negatívneho javu, keď niektorí politici nezvládali krízovú situáciu a namiesto toho, aby niesli zodpovednosť za svoje rozhodnutia, presúvali vinu na vedcov a využívali ich ako obetných baránkov.

A práve preto by sme sa mali usilovať o to, aby tých negatívnych bolo čo najmenej. Veda totiž nie je len o teóriách, ale má reálny vplyv na náš život. Je jedným z mála nástrojov, ktoré nám umožňujú rýchlo reagovať na nové krízy. Keby nebolo vakcín, je možné, že by sme sa s covidom trápili dodnes.

Kto alebo čo môže za to, že Slováci častejšie nedôverujú vede a odborníkom? Je to problém vzdelávacieho systému, mediálnej prezentácie vedy alebo niečo úplne iné?

Za nízku dôveru k vede nemôžu primárne médiá. Je pravda, že napríklad v Česku je vedecké spravodajstvo kvalitnejšie, ale nie preto, že by tam boli šikovnejší ľudia. Rozdiel je najmä v rozpočtoch. Na Slovensku máme šikovných ľudí, ktorí by vedeli robiť výborný obsah, ale robia to s minimálnymi financiami. Za problém môžeme považovať aj nízky záujem divákov a čitateľov o túto tému v porovnaní so zahraničím. No nejde o jediný faktor.

Sú tu aj historické dôvody. Ide napríklad o prirodzenú nedôveru voči autoritám, ktorú máme na Slovensku silno zakorenenu. Ďalší problém je vzdelávanie. Mnohí ľudia vôbec nerozumejú tomu, aký význam má vedecká práca a čo nám veda priniesla. Keď sa aj medzi lekármi nájdu takí, ktorí nedokážu jasne vysvetliť prínos vakcín a šíria odporúčania v rozpore s vedeckými poznatkami, znamená to, že ani odborníci nie sú dostatočne napojení na vedecké

poznanie. Chýba nám kontakt s vedou, nevieme ako ju hľadať a ako jej porozumieť.

A potom je tu špecifický slovenský problém – keby sme si napríklad pred 100 rokmi vymenili geografickú polohu s Portugalskom, možno by sme dnes boli v úplne inej situácii. Namiesto toho sme boli za železnou oponou a vznikla tu silná nedôvera voči autoritám.

Okrem toho sa Slovensko často vníma ako slabé ohnivko (pozn. red. – najslabší článok, zraniteľné miesto v systéme) Európy – aj z dôvodu našej polohy sme cieľom zahraničných dezinformačných kampaní, tipujem, že najmä z Ruska, ktoré sa snažia narušiť našu vnútornú súdržnosť. A to všetko má vplyv aj na dôveru vo vedu.

Aké konkrétne kroky by mohli pomôcť zlepšiť vnímanie vedy na Slovensku?

Jedným zo spôsobov, ako zlepšiť vnímanie vedy, je približovať ju ľuďom jednoduchou a zrozumiteľnou formou. Presne o to sa snažíme aj vo Vedátorovi – organizujeme verejné prednášky, kde si ľudia môžu sadnúť napríklad na pivo a popritom si vypočuť genetičku alebo astrofyziku, ktorí rozprávajú o svojej práci. Tieto prednášky sú na laickej úrovni, takže im rozumie každý.

Dôležité je aj využívať rôzne kanály – sociálne siete, rozhlas, noviny – aby sa veda dostala k čo najširšiemu publiku prirodzeným

spôsobom. Snažím sa využiť každé médium, ktoré existuje, aby si veda našla cestu prirodzeným spôsobom úplne ku každému.

Informujú médiá správne a v dostatočnej miere o vedeckých témach a objavoch?

Hlavným cieľom médií je zarobiť na svoje fungovanie. Niektoré to robia prostredníctvom clickbaitov, pričom buď vytrhnú správy z kontextu alebo opakujú staršie vedecké informácie bez poriadneho rešeršu. Takto sa často šíria aj nesprávne informácie, čo je charakteristické najmä pre bulvárne médiá. Seriózne médiá namiesto „lajtového“ potešenia ponúkajú „hodno-vedný“ obsah.

„Veda nie je len o teóriách, ale má reálny vplyv na náš život.“

Na internete môžete naraziť na článok, ktorý je zlým prekladom zlého zahraničného článku. Rovnako tam však môžete nájsť detailné analýzy vážnych problémov a objavov, v ktorých sa vyjadrujú odborníci. Príkladom médiá, ktoré pravidelne prináša kvalitne spracované hĺbkové články o týchto témach, je Denník N.

Kvalitné analýzy však majú oveľa menšiu čítanosť než clickbaitové články, ktoré obsahujú pár riadkov textu a obrázky. Za tento trend však môžu čitatelia, ktorí uprednostňujú rýchle a povrchné informácie. Médiá sa preto prispôbujú a produkujú obsah na mieru čitateľom. Tvorba kvalitného obsahu stojí na nás, čitateľoch. Namiesto desiatminútového scrollovania krátkych videí si môžeme prečítať dlhý a podrobný článok.

Týmto spôsobom môžeme vytvárať tlak na médiá, ktorým určíme podobu ďalších obsahov. Bohužiaľ, najmä mladšia generácia si odvykla čítať dlhšie texty a často má problém pozerieť film bez toho, aby sa popritom pozerali na mobile.

Robia vedci dostatok, aby svoje objavy dostali do médií a priblížili ich verejnosti?

Nie vždy je potrebné, aby vedci priamo komunikovali svoje objavy s médiami. Veľké vedecké inštitúcie a univerzity majú svoje PR oddelenia, ktoré sa postarajú o mediálnu komunikáciu. Tieto dostanú od vedcov informácie o novej publikácii alebo zaujímavej téme, a potom pošlú niekoho, kto sa s vedcami porozpráva, zjednotí obsah a zabezpečí mediálnu publicitu.

To si však vyžaduje financie a na Slovensku nie vždy existujú dostatočné prostriedky.

Mnohé univerzity sa snažia robiť PR aj vo vlastnej réžii. Keď si zoberieme netrénovaného vedca, ktorý začne verejnosti rozprávať o vedeckých témach, bude to veľmi zložitá, suchá, ťažkopádne a asi to nezbudí veľký záujem.

Na druhej strane, pre niektorých vedcov to môže byť príjemné a zaujímavé. Napríklad astrofyzik Norby Werner, keď občas nahrávame rozhovory, hovorí, že aj keď celý týždeň rieši náročné vedecké otázky a riadi veľkú kolaboráciu pri výstavbe teleskopu, rozhovory o vesmíre sú preňho zábavné a teší sa z nich. Pre niektorých vedcov je komunikácia s verejnosťou príjemným a hodnotným aspektom ich práce.

V rámci vášho podcastu máte aj rubriku „FAQ dobré otázky“. Aké témy ľudí zaujmajú najviac?

Často sa opakuje záujem o fungovanie mysle a kritické myslenie, ale aj o vesmír. Ten ponúka širokú škálu otázok, či už ide o čierne diery, vznik vesmíru, hľadanie mimozemského života alebo fungovanie hviezd. Populárne sú aj témy o zaujímavých osobnostiach, ktoré ukazujú, že veda nie je priamočiara, objavy prichádzajú cez krivolaké cesty a opakovaný neúspech. Veľa sa pýtajú aj na fyziku bežných vecí, napríklad prečo je more slané, prečo vtáky lietajú vo formácii písmena V, ale rozoberali sme aj fyziku pukancov.

„Pre niektorých vedcov je komunikácia s verejnosťou príjemným a hodnotným aspektom ich práce.“

Veľa mladých ľudí čerpá informácie primárne zo sociálnych sietí. Ako ich vieme naučiť rozlišovať kvalitný obsah od dezinformácií?

Problém s typickým vzdelávaním spočíva v tom, že sa počas neho prezentuje iba príbeh o tom, ako niečo funguje. Málokedy sa však poukáže na alternatívy, ktoré nefungovali. Takto získame dojem, že akékoľvek vysvetlenie, ktoré počujeme, je správne. Chýba nám kritické myslenie, ktoré by nás priviedlo k otázke: „Možno to môže byť inak?“

Školy sa snažia pokryť veľké množstvo informácií, a preto sa nemôžu venovať zlyháním. Ak by sme ukázali všetky možnosti, ako niečo môže zlyhať, študenti by si uvedomili, že každá informácia je len jedna z mnohých a že väčšinou môže byť aj nesprávna.

Mali by sme sa zamerať na širší prístup. Ukázať rôzne pohľady na problém, ako sa naše poznanie mení a prečo sa niekedy mylíme. Je dôležité ukázať nielen príklady, keď veci fungujú, ale aj tie, keď naopak nefungujú. Takto si ľudia zvyknú pýtať sa, či to čo im práve hovoria, je v naozaj pravda.

Nedávno ste upozornili na dezinformácie o fosílnych emisiách, ktoré vo svojom podcaste šíril Majk Spirit. Ako vnímate zodpovednosť verejne známych osobností a influencerov pri šírení informácií na sociálnych sieťach? Ako by sa dalo predísť šíreniu podobných dezinformácií?

Po rozhovore s Majkom Spiritom som pochopil, že niektoré jeho vyjadrenia boli nepochopené. On sám ich napokon povedal inak, ako pôvodne chcel. Je dôležité byť citlivý na to, ako komunikujeme, aby naše slová nemohli byť nesprávne pochopené. Mne sa to tiež občas stane, no dávam si na to veľký pozor.

Je dôležité testovať svoje vlastné porozumenie tým, že sa pokúsime vysvetliť veci od základu, napríklad: Čo to vlastne je? Ako to funguje? Čo je to uhlíkový cyklus? V čom je spaľovanie fosílnych palív iné ako spaľovanie dreva? Keď sa pokúsim vysvetliť veci jednoducho, zistím, či im naozaj rozumiem.

Nemali by sme sa báť povedať niečo, čo sa neskôr môže ukázať ako nesprávne. Skôr by sme mali byť otvorení diskusií a byť pripravení reagovať, ak zistíme, že niečo nebolo úplne správne. Samozrejme, problém je, že dezinformácie sa šíria rýchlejšie ako pravda.

Naša výmena názorov s Majkom ma veľmi potešila. Pokúsil som sa mu slušne vysvetliť, čo mi nesedelo, a on mi odpovedal rovnako slušne, že ďakuje za doplnenie, aj keď s niektorými kritikami nesúhlasí. Takto by mala vyzeráť normálna diskusia alebo výmena názorov. Toto treba normalizovať.

Autorka: Diana Čaklošová
Foto: archív respondenta, Diana Michaličová



Okrem podcastov napísal Samuel aj dve knihy – Obyčajné zázraky a Kúsky reality, v ktorých ukazuje, že fyzika nemusí byť nudná.

SAMUEL KOVÁČIK
Na Fakulte matematiky, fyziky a informatiky Univerzity Komenského si urobil doktorát. Následne pôsobil na Dublinskom Inštitúte Pokročilých štúdií. V roku 2016 založil projekt Vedátor, pre ktorý tvorí väčšinu textového, obrazového a zvukového obsahu.

SWIPE RIGHT NA ATTELIÉR

atteliér hľadá svojho social media manažéra

atteliér: 22 rokov, vysokoškolský časopis.

Hobby: články, rozhovory a kvalitný content.

Hľadáme: niekoho, kto nám bude spravovať
sociálne siete.

Must have: kreativita, humor, dobré nervy.

Bonus: ak vieš zachrániť post aj minútu
pred deadlineom.

Ak matchneš, ozvi sa

Kontakt:

instagram: @attelier.sk

email: redakcia@attelier.sk

