

# VINCENT

## Úvodník

Milí čtenáři, vítáme Vás u pilotního čísla časopisu Vincent! Protože je náš redakční tým teprve na počátku, s pouhou hrstkou členů, zveme každého, kdo má volný čas, a hlavně zájem psát články, vést rozhovory apod., aby se k nám přidal.

Ale vraťme se zpět k tomu, co Vás čeká. V prvním článku bychom zmínili novou chodbu v druhém patře, kdy jsme se několika vybraných studentů zeptali na názor, který jsme poté shrnuli do obecnějšího názoru. Dále se dozvíte pár informací o Mgr. Ondřeji Macovi, s nímž jsme udělali krátký rozhovor a kterému velmi děkujeme za ochotu a spolupráci, přičemž mu přejeme, ať se mu na Gynome líbí a zažívá skvělé momenty!

Těž si můžete přečíst článek *Na vědu s humorem*, který se v tomto čísle týká oblasti psychologie, konkrétně fobií.

A v neposlední řadě můžete porovnat, kolik vaše třída vyjde schodů za každý den, nepočítaje několik vtipů na závěr.

Přejeme příjemné počtení, věříme, že si odnesete iněkolik užitečných informací.

Budeme se na Vás těšit u dalšího čísla!

- redakce Vincent

### Obsah

Úvodník.....	1
Nová chodba.....	2
Každý týden maratón?.....	2
Rozhovor s Mgr. Ondřejem Macou .....	3
Na vědu s humorem .....	4
Vtipy .....	6

## Nová chodba

Bílé a světle šedé stěny, šedé kachličky. Strohé a jednoduché – při pohledu na takovou chodbu si nejde nepředstavit, že jdete po chodbě ve firemní budově, nemocnici či psychiatrické léčebně, jak několik dotazovaných lidí zmínilo. První dojem byl opravdu až podivný a nepříjemný. Ale jak se říká: Nedejte pouze na první dojem. Přestavba chodby v druhém poschodí gymnázia nyní skýtá větší

pocit otevřenosti a svěžesti, když se na dvoubarevné stěny světlých barev přidaly i obrazy, které oživily onu strohost.

Nové kachličky mají též svou výhodu – když jdete, tak zakopáváte pouze o své nohy, ne však o rozviklanou dlažbu.

Nová chodba má rozhodně více výhod. Možná už tam není historická dlažba gymnázia, ale vytváří pocit

svěžesti a otevřenosti, který rozhodně předchodí vzhled chodby nevyvolával.



## Každý týden maratón?

Chodíte každou přestávku z patra do patra? Před sebou vidíte výsledky počítání schodů, které každá třída nachodí během školního rozvrhu. Můžete sami posoudit, jestli opravdu nachodíte nejvíce schodů právě vy. Nepočítali jsme schody do školy, žádné cesty na záchod nebo k automatům. Brali jsme v úvahu vyzvednutí oblečení na tělocvik v šatně a obědy. Při dělených hodinách jsme napočítali nejvíce nachozených schodů.

Počet schodů zdolaných jednotlivými třídami za týden						
	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Celkem
<b>1.A</b>	180	120	180	180	120	780
<b>1.B</b>	180	120	240	300	180	1 020
<b>1.C</b>	300	180	180	270	60	990
<b>2.A</b>	180	150	180	210	240	960
<b>2.B</b>	240	210	180	180	240	1 050
<b>2.C</b>	240	240	300	300	180	1 260
<b>3.A</b>	120	360	120	300	300	1 200
<b>3.B</b>	300	180	270	180	120	1 050
<b>4.A</b>	180	180	120	240	180	900
<b>4.B</b>	120	180	240	180	300	1 020
<b>5.A</b>	360	360	360	360	120	1 560
<b>6.A</b>	300	180	180	180	180	1 020
<b>7.A</b>	240	360	300	420	240	1 560
<b>8.A</b>	120	120	120	180	180	720
<b>Celkem</b>	3 060	2 940	2 970	3 480	2 640	15 090

# Rozhovor s Mgr. Ondřejem Macou



**1. Co Vás přivádí na naše gymnázium?**

Je to pro mne návrat k mé vystudované profesi. Sem mne to táhlo, protože na studium na této škole mám pěkné vzpomínky.

**2. Jak se Vám líbí na našem gymnázium?**

Zatím moc, předčilo to má očekávání. Je tu příjemná, klidná atmosféra.

**3. Co vyučujete?**

Chemii a informatiku.

**4. Proč jste si vybral zrovna tyto předměty?**

Tak chemie je myslím jasná, je to krásný logický předmět. Od prvních hodin na gymnáziu mne uchvátila a nepustila. Inu, láska na celý život. Informatika je potom nesmírně praktická. Možností jejího pojetí je nepřeberně a dává spoustu příležitostí k objevování.

**5. Kdybyste měl možnost změnit povolání, lákalo by Vás ještě něco jiného?**

Líbilo by se mi být sládkem nebo destilátérem.

**6. Čím jste chtěl být jako malý?**

Toho bylo dost. Popelář, kosmonaut, policista, voják, kovboj, archeolog, paleontolog. Podle toho, co jsem zrovna viděl nebo četl poslední.

**7. Co děláte ve svém volném čase?**

Skautuji, s chutí čtu, pečů a vařím pivo. A v neposlední řadě lenoším.

**8. Který stát nebo město byste chtěl v budoucnu navštívit?**

Plánů mám mnoho. Za všechny zmiřme Skotsko, Norsko, Gruzii a Jižní Koreu.

# Psychologie I fobie

## Na vědu s humorem

Fobie je úzkostí provázený chorobný strach z nějakého jevu, předmětu, bytosti, dalo by se sem napsat vše, co známe i neznáme, ač by nám to přišlo jakkoliv absurdní. Zatímco strach je zcela normálním společníkem našich životů, který náš organismus připraví k boji s předmětem našich obav, fobie je až iracionální složkou našeho vnímání. Máme se bát slepic? Vždyť nás přeci nemohou zavraždit! A i přes toto vědomí začnete křičet, jakmile uvidíte slepici, pokud jste silní *alektorofobici*.

Fobie může vzniknout nějakým traumatickým zážitkem, nebo je dědičná. Když se vám třeba pravidelně zdá, že vaše blízké sežral dinosaurus, tak i jako starší se můžete bát, že na vás odněkud vyběhne dinosaurus, i když víte, že

zcela vyhynuli (ač třeba slepice jsou doloženými potomky dinosaurů, takže když máte strach z dinosaurů, možná budete mít i strach ze slepic... ne, nebudete, takhle to nefunguje).

Ale nyní již začněme s první fobií.

### Na (ne)shledanou, drazí *homo sapiens!*

Pod názvem *sociální fobie* (SF) si dokáže každý představit, o co tu jde. Jednoduše – máte strach z lidí. Bojíte se volat, bojíte se chodit na zalidněná místa, bojíte se před lidmi jíst, bojíte se *jakéhokoli* kontaktu s lidmi. Projevuje se mnohdy sníženým sebevědomím, izolovaností a celkově uzavřeností před lidmi. Někdo může mít za projev pouhý nepříjemný pocit, když je někdo moc blízko,

někdo však může chytit i panický záchvat, kdy prostě nedokáže rozdýchat, že je zavřený v autobuse s dvaceti lidmi, protože má pocit, že na něj všichni zírají.

Sociální fobie však ve většině případů není nijak katastrofální, po světě chodí mnoho nespolečenských lidí a celkově přes 40 % populace trpí sociální fobií, která je tak nějak vžitá do vědomí lidí. Ale to neznamená, že by se s tím nemělo něco dělat. SF ztěžuje lidem život, protože znesnadňuje jednání na veřejnosti, což je velmi důležité. Ano, berou se antidepresiva, chodí se k psychologovi, ale celkově je jen na nás, abychom začali bojovat a snažili se překonávat sociálně spjaté situace, abychom při další takové situaci dokázali zachovat chladnou hlavu!



## Pane doktore, asi mám v hlavě hypochondrii.

*Hypochondrie.* Vždycky jsem si tuto duševní poruchu pletla s mitochondrií, a nějak jsem si vybuodovala představu, že hypochondrie je vlastně nějaký živý organismus, nebo součást živých organismů. Jenže ne, on je to jen abstraktní červ, který nám nakřápně psychiku.

Hypochondrie je choroba, kdy máme strach z chorob, myslíme, že máme chorobu tu a onu, přičemž máme jen jednu jedinou, a ta není fyzická. Nejzajímavějším faktem na hypochondrii je, že postižený opravdu cítí fyzickou bolest. Proto hypochondry pořád něco bolí. Třeba se bojí, že mají například artritidu (onemocnění kloubů), pak je tedy bolí určité klouby, i když nemají žádnou známku poškození chrupavky či kostí.

## Stručnost nade vše.

*Hipopotomonstroseskvipedaliofobie.* To je fakt dlouhé slovo, nemyslíte? Musela jsem si ho říct minimálně desetkrát, abych ho vůbec vyslovila, ale z paměti ho říct? Ani za nic. A co je tahle fobie zač? Trochu vtipné a paradoxní, že je to fobie z dlouhých slov, takže hipopotomonstroseskvipeda liobobici už asi odhodili předmět, ve kterém si tenhle článek četli, a který nyní leží na druhé straně místnosti. Ale i když takhle fobie vyzní absurdně, lidi s tím mají velké trable. Slovo nejnádhernější je děsit musí, a též se jim všechna slova mnohoslabičná hnusí.

Mohla bych tu vyjmenovat spoustu fobií, které se z pohledu člověka, který se s nikým takovým nesetkal, ani si neuvědomuje, jak nepříjemné je s tím žít, mohou zdát zábavné, ale takovýchto fobií je opravdu moc. Třeba *kruciverbofobie*

(strach z křížovek), kdy vám nezbývá nic jiného, než si raději sednout k luštění sudoku; *tabofobie* (fobie z toho, že vám vyschne mícha, což nejde, vy to i jako tabofobici víte, ale prostě máte úzkosti z toho, že vám fakt vyschnout může), a tak dále.

-

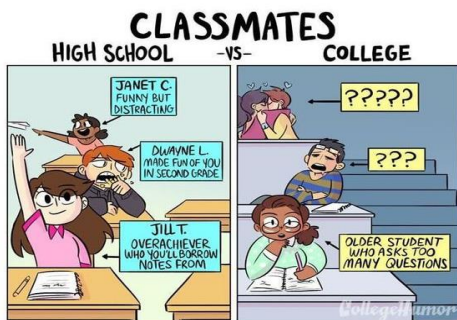
Máte sami nějakou fobii? Pravděpodobně ano. Každý nějakou má (hm, bojíte se, že na vás vybafne dinosaur jako v Jurském parku => alektorofibici, nikdy se na ten film nedívejte, pak se vám zdá, že vám potomek dinosaura uklovne hlavu, i když je velký jako... Jak jen slepice velká je).

A co na závěr? Doufám, že jste si ze článku odnesli pár užitečných informací, nebo se jen pobavili – to se též počítá.

zdroje: [www.topshop.cz](http://www.topshop.cz); [g.cz](http://g.cz); [cs.wikipedia.org](http://cs.wikipedia.org)



# Utipy



*Děkujeme za přečtení a těšíme se na  
Vás u dalšího čísla!*

Doufáme, že se připojíte k našemu redakčnímu týmu!

Kontakt: [redakcevincent@seznam.cz](mailto:redakcevincent@seznam.cz)

Za redakci: Marie Polnická a Ludmila Ptáčková