



**Coimisiún na Scrúduithe Stáit
State Examinations Commission**

LEAVING CERTIFICATE EXAMINATION, 2013

SLOVAKIAN

HIGHER LEVEL

**Wednesday, 19 June
09:30 – 12:30**

SLOVENSKÝ JAZYK

Celkové hodnotenie (100 bodov)

Prečítajte si pozorne celý text a odpovedajte na otázky vo všetkých troch častiach. Odpovede napíšte po slovensky vlastnými slovami na základe predloženého textu.

Byť nejlepší

1. Mnohí z nás túžia byť dokonalí. Pramene tejto túžby možno hľadať predovšetkým v detstve, vplyve prostredia, výchovy, či určitej genetickej dispozície. Perfekcionizmus má svoje pozitívne, ale aj negatívne stránky. Čo sa týka pozitív, patrí sem dobre odvedená práca, snaha eliminovať čo najviac chýb a určitá dôslednosť. Perfekcionisti sa snažia robiť svoju prácu najlepšie ako vedia, preto nie je nič neobvyklé, že títo ľudia bývajú často považovaní za workoholikov. Ľudia túžiaci po dokonalosti sa prejavujú už v ranom detstve. Majú v izbe poriadok, všetko dotiahnu do konca, majú len vynikajúce výsledky v škole. Neznesú konkurenciu, tá ich však istým spôsobom motivuje k vyšším výkonom.

2. Niekedy rodičia ani netušia, aké požiadavky nakladajú na plecia svojim deťom. „Už odmalička som chcela byť najlepšia v škole. Rodičia chceli, aby som nosila len dobré známky, jednoducho, aby som vysoko vynikala nad ostatnými. Mali na mňa požiadavky, ktoré som musela dodržiavať, inak by som ich sklamala. Najhoršie na tom bolo, že som to nerobila kvôli sebe, ale len kvôli nim“, tvrdí moja známa Nikola, ktorá bola vždy veľmi ctižiadostivá a uvedomujúc si svoju šikovnosť sa ku svojim spolužiakom správala nadmieru arogantne.

3. Mnohé ženy túžia po dokonalom a krásnom tele. Preto mnohé fičia len na jednom jablku denne, či sa každý deň mučia v posilňovni. Chcú mať totiž telo bez akéhokoľvek gramu tuku navyše a neustále chcú na sebe niečo zlepšovať. Ale za akú cenu? V tejto otázke je pojem perfekcionizmus veľmi naklonený, môže sa zmeniť na posadnutosť vlastným telom a viesť k mnohým psychickým poruchám. Poruchy príjmu potravy ako sú anorexia a bulímia, sú odvrátenou stranou perfekcionizmu.

4. Prehnaná orientácia na vlastnú dokonalosť sa týka oboch pohlaví a má za následok, že verva, s ktorou sa do cvičenia „postihnúť“ púšťa, sa vymyká zdravej miere. Hodiny strávené vo fitku, či na bežeckej dráhe, nie sú už dávno slobodnou voľbou cvičenca, ale povinnosťou, ktorú si voči sebe musí splniť. Na úkor zdravia, práce, rodinného života, priateľov, či iných záujmov.

5. Ak tréning čo i len jeden deň vynechá, pochyťí ho obrovský nepokoj a napätie, ktoré sa v ňom nahromadí, môže vyvolať priam neúnosné stavy duševného rozpoloženia. Pohyb sa stal pre neho drogou, ktorej dávkovanie stále stupňuje, pretože tréning je prostriedkom, prostredníctvom ktorého nadobúda jeho telo dokonalé tvary gréckych bohov. Ohrození sú najmä muži, ktorí radi a často listujú v módnych magazínoch. Podobne ako mladé slečny, ktoré prepadli anorexii, aj mladíci pri pohľade na dokonalé vyšportované telá modelov v časopisoch túžia kráčať v ich šľapajach. Skutočnosť, že ide o graficky upravené snímky a realita býva odlišná, vo svojom ošiali nie sú schopní triezvo posúdiť.

6. Na skutočnosti, že aj vy pravidelne navštevujete fitness centrum, nie je nič zlé. Nesprávny nie je ani fakt, že vám záleží na vlastnom vzhľade. Ak sa však tréning stane jediným zmyslom vášho života, od ktorého sa všetko odvíja, začnite biť na poplach. Ak sa navyše k tomu pridá užívanie anabolických steroidov a iných ilegálnych doplnkov výživy na kontrolu váhy, či podporu budovania svalovej hmoty, nie je nad čím váhať.

Výkonovo orientovaná kultúra, resp. snaha o dosiahnutie „ideálu krásy“ však tlačí do kariérnej sebarealizácie a do vynakladania energie na udržiavanie ideálneho vzhľadu. Tým sa uzatvára bludný kruh nedostatku pozornosti, času a emočnej kapacity aj pre vlastné deti, ktoré následne vyrastajú s pocitom, že láska sa získava dobrým výkonom a prejavuje sa materiálnou odmenou.

7. Takéto deti majú väčší predpoklad, že budú ešte viac ako predošlá generácia riešiť emočné problémy radikálnymi metódami, pretože sebedomie bude ešte viac závislé na vonkajších faktoroch. Ako dospelí jedinci budú viac ovplyvnení komerčnými tlakmi k rozmanitej „konzumácii“ produktov, pod príslubom, že ten či onen produkt prinesie pocit vnútornej hodnoty a pokoja. Tento pocit však v skutočnosti bytostne chýba a nie je ničím materiálnym nahraditeľný, dá sa len postupne dobudovať vnútornou prácou a autentickými vzťahmi.

8. V živote je normálne vždy určité rozmedzie. Nechcete bojovať proti prirodzenosti svojho tela. Gény, ktoré ste zdedili a ktoré programujú vaše telo, nemôžete zmeniť. Na ľudoch sú častokrát najkrajšie ich chyby, niečo, čo ich odlišuje od ostatných. Sme iba ľudia a preto často sa nám stávajú aj trapasy, na ktorých sa potom s odstupom času zabávame. Ak by sme boli všetci dokonalí, náš život a aj celkovo svet by bol neskutočne nudný. Nemusíme byť najlepší, najkrajší a najmúdrejší, stačí, keď budeme svojskí a budeme žiť život podľa svojich predstáv. To, že sa snažíme robiť veci najlepšie ako vieme, je v poriadku. No nič by sa v živote nemalo veľmi preháňať, ani dokonalosť nie.

Lucia Laczkó, Týždeň 8/2012

ČASŤ I: (30 bodov)

1. Vysvetlite vlastnými slovami výrazy: **(5 × 1 bod)**
 - a) naložiť na plecia (odsek 2)
 - b) fičia len na jednom jablku (odsek 3)
 - c) mučia sa v posilňovni (odsek 3)
 - d) kráčať v šľapajach (odsek 5)
 - e) biť na poplach (odsek 6)

2. Vysvetlite podľa textu, ako vychovávajú ctižiadostiví rodičia svoje deti a vyjadrite na to svoj názor. **(5 bodov)**

3. Porovnajte klady a zápory perfekcionizmu. **(5 bodov)**

4. Objasnite, ako môže byť podľa autora túžba po fyzickej kráse nebezpečná pre človeka. **(5 bodov)**

5. Vysvetlite myšlienku autora z textu: „Tento pocit však v skutočnosti bytostne chýba a nie je ničím materiálnym nahraditeľný, dá sa len postupne dobudovať vnútornou prácou a autentickými vzťahmi.“ (5 bodov)

6. Diskutujte o myšlienke z textu: „Hodiny strávené vo fitku, či na bežeckej dráhe, nie sú už dávno slobodnou voľbou cvičenca, ale povinnosťou, ktorú si voči sebe musí splniť.“

(5 bodov)

ČASŤ II

(30 bodov)

Napíšte **komentár** nasledovnej vety z textu (najmenej 100 slov):

Na ľudoch sú častokrát najkrajšie ich chyby.

ČASŤ III

(40 bodov)

Napíšte **esej** (asi 300 slov) na jednu z dvoch nasledovných tém:

1. téma:

Láska sa získava krásou a dokonalosťou a prejavuje sa materiálnou odmenou?

alebo

2. téma:

Putovanie za svojimi snami – sladká cesta s horkou príchuťou