

Alžbeta Vrzgula

HEJ, POOKIE!

Emocionálna výchova.

Réžia: **Alžbeta Vrzgula**

Režerš a dramaturgická spolupráca: **Katarína K. Cvečková**

Pohybové spracovanie: **Barbora Janáková**

Kostýmy a scéna: **Alžbeta Kutliaková**

Videoart, hudba: **Boris Vitázek**

Dramaturgia: **Uršula Turčanová**

Účinkujú: **Martina Chmelanová a.h., Iveta Marcineková, Jana Pilzová, Richard Sanitra, Juraj Smutný**

premiéra: 30. november 2025

Podakovanie: platforme InTYMYta za cennú konzultáciu a rodičom, ktorí boli ochotní podeliť sa so svojimi skúsenosťami.

Ako si môžeme byť blízki, keď rozprávaj sa je také ťažké? Odpoveďou môže byť rešpektujúci priestor, vlci, vedci a (virtuálna) realita od 13 do 99 rokov.

Mať dnes 13+ nie je jednoduché. Súhlasíte? Alebo vám napadla odpoveď v štýle „ja v tvojom veku...“ Inscenácia Hej, Pookie! je rodinný titul napísaný priamo pre Divadlo Jozefa Gregora Tajovského. Témou sú všetky tie veci, o ktorých sa nevieme s našimi nástročnými porozprávať, aj keď by sme chceli. Martina zisťuje, že nerozumie dospelým. Zisťuje, že mama sa s ňou nerozpráva o svojich problémoch, hoci to vyžaduje od nej. Biológ David Mech už dávno predtým zistil, že jeho teória o alfa samcoch je chybná, ale dezinformáciu sa nepodarilo zastaviť a dodnes formuje naše vzťahové rámce. Pre hrdinky a hrdinov inscenácie Hej, Pookie! môžu byť inšpiráciou vlčie svorky. Vlci totiž vedia, že spolupráca je evolučná výhoda!

A čo je skryté v názve? „Púki“ je v slovníku generácií Z a Alfa pomenovanie blízkej, srdcu drahej osoby. Podtitul inscenácie „Emocionálna výchova“ zasa pripomína školský predmet, ide však o divadelné skúmanie rozmanitých aspektov toho, čo tento vek prináša – do formovania osobnosti, do vzťahov, do života. Ako si môžeme byť blízki, keď rozprávaj sa je také ťažké?

My tomu rozumieme a hovoríme o tom aj v našej inscenácii. Prostredníctvom tohto priestoru vám okrem konkrétnych citátov z textu ponúkame aj ďalší materiál, ktorý vám môže byť nápomocný, alebo ktorý vám môže osvetliť aspoň niektoré kontexty bytia súčasných teenagerov.

„Uznávam, tento nový slang je náročný. Ale je to iba barlička, ktorú používame, keď si chceme povzdychnúť, že „tej dnešnej mládeži“ sa nedá rozumieť. Dá. Podľa mňa sa dá.“

Slovníček z inscenácie:

Yeet – citoslovce nadšenia
labubu – populárni moničkáci roku 2025, meme materiál
lowkey – medzi nami
delulu = delusional – šibnutá
sus = suspicious – podozrivé
aura points – pozitívne body
obvious – zrejmé
noob = newbie – začiatovník
to flex – predvádzať sa
TBH = to be honest – úprimne
Ohio – šibnuté, neuveriteľné
vibe – štýl
love life – intímne, romantické vzťahy
OG = original gangster – niekto so skúsenosťami
impressed – očarení
rizz – štýl, charizma
mewing – dobre vyzeráť
mad lit – super štýl
slay – byť skvelý, ohromiť, dominovať, vyzeráť alebo konať perfektne

„Myslím na všetky tie algoritmy, ktoré ti podsúvajú nebezpečný obsah a volajú ho alternatívny, myslím na plochú zem, návody na chudnutie, návody na cvičenie, nerealistické ideály krásy, na falošné vzory, myslím na preperované telá Kardashianie a zlaté úsmevy raperov, ktorí idú z červeného koberca rovno pred súd. Internet je temný les plný vlkov a bojím sa, že zabudneš za sebou nechať cestičku z omrvíniek.“

Podcast o výzvach rodičovstva v digitálnej dobe.

<https://www.digitalnirodcia.sk/>

Čo je „sigma male“ a prečo by tomu rodičia mali venovať pozornosť.

<https://www.brightcanary.io/what-is-a-sigma-male-and-why-are-kids-talking-about-it/>

Manosféra / Mladí muži proti ženám – recept na vlastnú deštrukciu (rozhovor s Marekom Madrom)

https://www.tyzden.sk/rozhovory/120464/mladi-muzi-proti-zenam--recept-na-vlastnu-destrukciu/?utm_source=chatgpt.com

„Mojou hlavnou úlohou sa stalo – nebyť trápna. A ja som fakt fakt nechcela byť trápna mama. Rozmýšľala som, čo sa zmenilo, keď predtým sme mali rady tie isté veci a rozprávali sme sa o všetkom. Rozprávali sme sa o tom, na čo prišla reč. A aj teraz som ochotná rozprávať sa s ňou o všetkom. Keby sa spýtala.“

Epizóda podcastu Ľudskosť: V topánkach detí v školskom veku: aké prekážky musia zdolať? (rozhovor so sociálnym psychológom Dávidom Chmelárom)

https://open.spotify.com/episode/5L4BtgA4FlsTLmUc79kPg?si=E_MKf7IMT6q_gCGYRlgMGA&nd=1&dsi=7bf6e9030b2b422f

Epizóda podcastu Ľudskosť: Čo môže rodič spraviť preto, aby sa s ním dospievajúce dieťa chcelo rozprávať? (rozhovor s psychologičkou Máriou Jaššovou a liečebnou pedagogičkou Zuzanou Krnáčovou)

<https://www.youtube.com/watch?v=WlJ2k6NAVv0>

InTYMYta: Ako sa s deťmi rozprávať o sexualite.

https://www.intymyta.sk/vzd_materialy/brozurka-ako-sa-detmi-rozpravat-o-sexualite/

E-book Generácia Alfa. Cesty k porozumeniu a podpore jej potenciálu.

<https://www.anev.cz/#publications>

„Už nie si celý jej svet. Tvoria ho aj spolužiaci, cool teta alebo susedka, ktorá ju chodievala babysitovať, učiteľ dejepisu – flauty – floorbalu! Trénerka atletiky. Kamaráti – aj tí na internete. Streameri a streamerky, tá speváčka, ktorej texty hovoria z duše a seriálové postavy, ktoré sa pri istých témach hanbia oveľa menej ako ty.“

Seriály a filmy, ktoré približujú svet mladých:

Sex Education

Euforie

#MartyIsDead

Adolescence

Heartstoppers

Atypical

Love, Victor

In My Skin

Boots

Nepela

„Moje tajomstvo. Číha, krúži, obchádza ma, bojím sa, že jedného dňa ma celú zožerie. Mám pocit, že nie je nikto, s kým si o tom môžem pohovoriť. Nie je nikto, kto by mal dost času, nikto, kto by počúval, ale nesúdil. Nikto nemá také tajomstvo ako ja. Jeho sila je v tom, že som naňho sama. Je môj najdlhší vzťah. Keď som sama, som s ním. Ja a moja úzkosť. Ja a môj zlozvyk.“

- Bezplatná anonymná Linka pre deti a mládež: **116 111**
- Linka dôvery Nezábudka: **0800 800 566**
- Linka Dôvery pre deti, dospievajúcich a rodičov: **0907 401 749**
- IPčko, pomoc v krízových situáciách: <https://ipcko.sk/>, **0800 500 333**
- Prevencia, vzdelávanie a podporné programy liečby pre ľudí s poruchami príjmu potravy a ich blízkych: <https://chutzit.sk/> a ich linka pomoci: **0800 221 080**
- inPoradňa pre LGBTI+ ľudí: <https://inakost.sk/inporadna/>
- Združenie rodičov a priateľov LGBTI+ ľudí: <https://www.zrp-lgbt.sk/>
- Info web a podporná linka v oblasti groomingu, sexuálneho násillia a (ne)bezpečia na internete: <https://www.stalosato.sk/>

Alžbeta Vrzgula je dramatička a divadelná režisérka. Vo svojich textoch sa venuje citlivej analýze dnes rezonujúcich tém, ktoré spracováva s humorom a so silným expresívnym výrazom. Získala ocenenie DOSKY (2022), Prémium Literárneho Fondu (2022) a Cenu Nadácie Tatra banky v kategórii Mladý tvorca (2023). Je profilovou osobnosťou neziadčaného divadla Uhol_92.

Katarína K. Cvečková je divadelná a tanečná kritička a dramaturgička. Spoluzaložila platformu MLOKí a redakčne vedie časopis mloki.sk. S Alžbetou Vrzgula spolupracuje na jej autorských projektoch ako dramaturgička od roku 2021. Aktuálne pôsobí aj ako správkynia Nadácie mesta Bratislava.

Barbora Janáková je choreografka, performerka a pedagogička v oblasti súčasného tanca. Participovala na renomovaných domácich aj medzinárodných festivaloch a patrí medzi významné osobnosti súčasnej slovenskej tanečnej scény.

Alžbeta Kutliaková je scénografka a kostýmová výtvarníčka. Spolupracuje s profesionálnymi divadlami z celého Slovenska, naprieč zriaďovacími aj nezávislými scénou. Je trojnásobnou laureátkou ocenenia DOSKY.

Venuje sa tiež filmovej a televíznej scénografii a kostýmom.

Boris Vitázek je intermediálny umelec, jeden z najvýraznejších slovenských tvorcov v oblasti digitálneho umenia. Jeho práca zahŕňa rôzne médiá: výtvarné umenie, 3D mapping, interaktívne umenie, sound art, herné umenie, video a fotografiu a tiež rozsiahlu prácu s divadlom.

Asistent réžie: **Richard Sanitra**

Predstavenie vedie a text sleduje: **Bianka Bartošová**

Vedúci oddelenia UTP: **Peter Petrínek**

Svetlá: **Vladimír Kuchár, Ivan Cingel, Peter Štrba, Peter Petrínek**

Zvuk: **Peter Číž, Peter Urban, Zoltán Húšťava**

Výrobu zabezpečili dielne DJGT pod vedením: **Miroslava Kováčika**

Vedúci výroby scénických dekorácií a kostýmov: **Oto Kuruc**

Scénu vyhotovili: **Štefan Bartko, Vladimír Hromadík, Branislav Koller**

Kostýmy vyhotovili: **Anna Ďuríková, Jana Kapusníková**

Rekvizity: **Vladimír Meloš, Miroslava El Asmar**

Garderóba: **Mária Kerešová, Adriana Puchovanová**

Umelecká maskérka: **Dana Kováčiková**

Javisková technika: **Michal Ďurík, Ján Paučo, Branislav Krejčí, Rastislav Kohút, Rastislav Bednárík, Michal Vasil, Richard Šalko**

Bulletin zostavila: **Katarína K. Cvečková**

Grafický návrh plagátu: **Ivana Šáteková**

Grafický návrh a úprava bulletinu: **Alžbeta Kutliaková**

Zodpovedný redaktor: **Peter Kováč**

Obchodno-marketingové oddelenie: **Gabriela Valentínyová, Denisa Barancová, Martina Clancy, Anna Ponická, Eva Borsíková, Marián Hornický**



www.djgt.sk

Zriaďovateľom DJGT je Banskobystrický samosprávny kraj

Divadlo Jozefa Gregora Tajovského
Divadelná 1727/3
96001 Zvolen

