

opusdei.org

Menej obrazovky, viac rodiny

Rozhovor s Joannou
Raczyńskou z Poľska. Joanna
má dve deti, pracuje ako
grafická dizajnérka a prispieva
do viacerých blogov.

21.04.2015

**Prispievate do blogov na viaceré
témy a máte aj niekoľko
fejsbukových stránok. Počítač je
tiež hlavným nástrojom vašej
profesionálnej práce. Dalo by sa
teda povedať, že počítač je vašou
vášňou?**

(smiech). Mojou vášňou je moja rodina a umenie, pričom môj manžel Marcin je programátor a obaja radi trávime čas na počítači a stále viac objavujeme možnosti, ktoré internet ponúka. Nachádzam tam inšpiráciu pre svoju prácu a mnohé príležitosti ako privádzať iných ľudí bližšie k Bohu. Vďaka internetu môžem s inými ľuďmi zdieľať svoje myšlienky a moje videnie sveta.

V poslednom čase sa veľa hovorí o negatívnej stránke internetu.

Nielen kvôli istému škodlivému obsahu, ale aj kvôli ľahko získanej závislosti. Ako možno chrániť deti pred týmito negatívami?

Áno, treba povedať, že deti treba chrániť inštalovaním filtrov, výberom vhodných programov a obmedzením času, ktorý trávia na webe. Rodičia tiež majú učiť deti, ako si múdro vyberať veci, nepodvoľovať sa rozmarom. Deti sa totiž rýchlo

pripútajú k počítaču alebo tabletu. A čím je počítačová hra vzrušujúcejšia, tým ľahšie sa dieťa do nej nechá vtiahnuť a stáva sa závislým. Preto sa snažíme vyberať hry, ktoré učia logiku, kde nikto nikoho nestrieľa, nikto pred nikým neuteká. Dávame si tiež záležať na grafike, aby bola urobená s dobrým vkusom a vhodná pre daný vek dieťaťa.

Dobrá príklad rodiča je tiež veľmi dôležitý, kladie na neho veľké nároky. Čo to znamená vo vašom prípade?

Toto je jedna z oblastí, kde môžem najjasnejšie vidieť benefity kresťanskej a ľudskej formácie, ktorú dostávam v Opus Dei. Vďaka tejto pomoci si veľmi dobre uvedomujem, že čas je poklad, ktorý mi dáva Boh, a že ho mám dobre využívať v službe iným ľuďom a nepremárniť ho tým, že budem myslieť len na seba.

V Opus Dei som našla inšpiráciu potrebnú k tomu, aby som bojovala, pestovala si silnú vôľu, aby som mohla vytrvať v zápase so svojimi nedostatkami – aby som tak mohla robiť so športovým duchom, po porážke vedieť začať odznova, stanovovať si malé ciele, vždy si zachovávať dobrú náladu a nenechať sa odradiť svojimi pádmi.

Zorganizovali ste spoločenskú kampaň „Menej obrazovky, viac rodiny.“ Môžete nás zoznámiť s jej cieľmi?

Považujem sa za veľkého obhajcu výhod, ktoré nám internet sprostredkuje. Ako som už povedala, na webe som veľmi aktívna. Rodina si však od človeka vyžaduje osobitnú pozornosť. Preto niekoľko myšlienok, ktoré ponúkam aj iným ľuďom:

- Menej času pred obrazovkou – viac času pre iných,

- Menší počet sociálních sítí – viac autentických ľudských vzťahov,
- Menej televízie – viac stolových spoločenských hier,
- Menej „keksíkov" pred obrazovkou – viac spoločného stolovania s rodinou,
- Menej počítačových hier – viac športových aktivít,
- Menej internetu – viac kníh,
- Menej času online – viac času na spánok,
- Menej Wikipédie – viac času pre seriózne štúdium,
- Menej elektroniky – viac priateľov.

Aké alternatívy voči obrazovke ponúkate? Aké ďalšie aktivity majú deti rady okrem počítačových hier?

Keď sú deti ešte menšie, rady trávia čas s rodičmi a robia niečo aktívne. A tieto záľuby detí si veľmi užívajú aj rodičia. Môže to byť napríklad výlet, hudba, čítanie kníh...Keď boli naše deti ešte celkom malé, trávili sme veľa času tvorivými hrami, vyrábali sme hračky, piekli sme koláčiky, maľovali sme...V skoršom veku deti rady robia veci s mamou. Teraz, keď sú už väčšie, viac ich zabavia stolové hry, kde sa dobre realizuje aj otec. Keď je dobré počasie, milujú rôzne hry v prírode. Snažíme sa tiež, aby trávili čas so svojimi rovesníkmi a učili sa hodnotám skutočného priateľstva, čo im počítač nemôže nikdy nahradiť.
