

opusdei.org

„Manje zaslon, više obitelj“

Ovim člankom predstavljamo Intervju s Joannom Raczynski koja živi u Poljskoj. Ona je uspješna majka dvoje djece, grafički dizajner i piše nekoliko blogova.

17.05.2015.

Poznato je da pišete blogove o raznim temama i imate nekoliko Facebook stranica. Računalo je također glavno sredstvo vašeg profesionalnog rada. Možemo li reći da su računala vaša strast?

(smijeh) Moja strast su moja obitelj i umjetnost, a moj suprug Marcin je programer i oboje uživamo provodeći vrijeme pred računalom otkrivajući malo po malo mogućnosti koje pruža Internet. Tamo pronalazim poticaj za svoj rad te mnoge mogućnosti kako druge ljude približiti Bogu. Zahvaljujući Internetu mogu s drugima podijeliti svoje ideje i viziju svijeta.

Posljednjih godina mnogo se govorilo o opasnostima Interneta. Ne samo zbog štetnog sadržaja, već i zbog toga što lako može stvoriti ovisnost. Kako djecu zaštititi od tih opasnosti?

S jedne strane, djeca moraju biti zaštićena instaliranjem filtera, odabirom prikladnih programa i ograničavanjem vremena provedenog na webu. Roditelji također trebaju djecu učiti da mudro odaberu i da se ne predaju hirovima.

Djeca vrlo brzo postanu privržena računalu ili tabletu. Što je računalna igra uzbudljivija, dijete lakše bude privučeno sadržajem i postaje ovisno. Zato nastojimo odabrati igre koje uče logiku, gdje nitko ni u koga ne puca ili bježi od bilo koga. Također, obraćamo pozornost na grafički sadržaj pazeći da bude odrađen s ukusom i primjeren dobi djeteta.

Dobar roditeljski primjer također je vrlo važan i zahtijeva puno od njih. Što to uključuje u vašem slučaju?

To je jedno od područja gdje najjasnije vidim dobrobiti kršćanskog i ljudskog poretka kojeg dobivam u Opusu Dei. Zahvaljujući toj pomoći, vrlo sam svjesna da je vrijeme blago koje mi je Bog dao te da ga trebam dobro iskoristiti služeći drugima, a ne trošiti ga misleći samo na sebe.

U Opusu Dei pronašla sam nadahnuće u borbi za snažnu volju kako bih ustrajala boreći se protiv svojih mana - čineći to u sportskom duhu, porazom i ponovnim početkom, postavljanjem malih ciljeva, održavanjem smisla za humor i ne obeshrabrujući se u svojim padovima.

Organizirali ste društvenu kampanju pod nazivom „Manje zaslona, više obitelji.“ Možete li navesti neke od njenih ciljeva?

Veliki sam zagovaratelj prednosti koje nudi Internet. Kao što sam već rekla, vrlo sam aktivna na webu. No, jedna obitelj zahtijeva posebnu pažnju. Stoga neki prijedlozi koje nudim drugima su:

- Manje vremena ispred zaslona - više vremena za druge
- Malo društvenih mreža - više istinitih ljudskih odnosa

- Manje televizije - više društvenih igara
- Manje „grickanja“ ispred zaslona - više obiteljskih obroka
- Malo računalnih igara - više sportskih aktivnosti
- Manje Interneta - više knjiga
- Manje vremena provedenog online - više vremena za spavanje
- Manje Wikipedije - više vremena za ozbiljno učenje
- Manje gadgeta - više prijatelja

Koje ste alternative zaslonu otkrili? Koje druge aktivnosti djeca vole osim računalnih igara?

U mladoj dobi djeca vole provoditi vrijeme sa svojim roditeljima radeći nešto aktivno. I roditelji uživaju dijeliti interese sa svojom djecom. Za neke to može biti izlet, glazba, čitanje... Kada su naša djeca bila vrlo mlada, provodili smo mnogo vremena igrajući kreativne igre,

izrađujući igračke, pekući kolačiće, slikajući... U toj dobi djeca uživaju raditi stvari s mamom. U vremenu kada postanu zreliji više vole igrati društvene igre pod vodstvom tate. Kada je lijepo vrijeme, vole igre na otvorenom. Također se trudimo da provode vrijeme s ostalom djecom njihove dobi i nauče vrijednost pravog prijateljstva, nešto što računalo nikada ne može zamijeniti.

.....

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
hr-hr/article/manje-zaslon-vise-obitelj/](https://opusdei.org/hr-hr/article/manje-zaslon-vise-obitelj/)
(9.04.2026.)