opusdei.org

## "Menos computador, mais família"

Entrevista com Joanna Raczyńska, polaca, esposa de Marcin, mãe de dois filhos, arquiteta e blogger.

07/04/2015

Dirige blogs temáticos, administra vários perfis no Facebook; além disso o computador é também o instrumento para o seu trabalho profissional. Pode dizer-se que os computadores são a sua paixão?

(Ri-se) A minha paixão é a minha família e a arte, mas o meu marido é programador, e realmente gostamos de passar algum tempo diante do computador e ir descobrindo as possibilidades da internet. Para mim é uma fonte de inspiração e também uma fonte de ocasiões para aproximar outras pessoas de Deus. Graças à Internet posso partilhar com os outros as minhas ideias e a minha visão do mundo.

Ultimamente ouve-se falar muito dos perigos da Internet. Não só por alguns conteúdos, mas também pela facilidade com que cria dependência. Como defender as crianças desses perigos?

Por um lado, é necessário protegêlos, por exemplo instalando filtros, selecionando programas, ou limitando o tempo de ligação e, por outro, ensinar-lhes a escolher de forma inteligente, sem ceder a caprichos. As crianças colam-se ao computador ou ao *tablet*. É preciso ter em conta que quanto mais emocionante é o jogo, tanto mais a criança se mete nele e mais dependente fica. Por isso escolhemos jogos lógicos, em que ninguém dispara ou onde não se foge de ninguém. Temos também em conta a parte gráfica, que seja simpática, de bom gosto e adequada à idade da criança.

O bom exemplo dos pais é também importantíssimo, e isso é uma tarefa muito exigente. Como se prepara?

Este é um dos campos onde noto mais os benefícios da formação cristã e humana que recebo no Opus Dei. Graças a ela tomo consciência continuamente de que o tempo é um talento que Deus me deu e que posso usar bem – multiplicando-o, fazendo algo pelos outros – ou deitá-lo a

perder, pensando só em mim própria.

No Opus Dei encontrei inspiração para lutar para ter uma vontade forte, para perseverar na luta contra os defeitos, com espírito desportivo – falhando e tentando de novo, conseguindo objetivos pequenos – com sentido de humor e sem desanimar com as quedas.

Promoveu uma campanha social chamada "Menos monitor, mais família". Como resumiria os seus objetivos?

Defendo muito as vantagens da internet. Como disse antes, sou muito ativa na rede. Mas a família exige uma atenção especial. Por isso, alguns propósitos que proponho poderiam resumir-se assim:

- Menos tempo em frente do monitor, mais tempo para os outros.

- Menos redes sociais, mais relações autênticas com os outros.
- Menos televisão, mais jogos de mesa.
- Menos "petiscar" diante do monitor, mais refeições em família.
- Menos jogos de computador, mais desporto.
- Menos Internet, mais livros.
- Menos tempo "online", mais tempo de sono.
- Menos wikipedia, mais estudo sério.
- Menos "gadgets", mais amigos.

Que alternativas há para o monitor? Que outras propostas podem agradar tanto como os jogos de computador?

Os mais pequenos gostam muito de passar o tempo com os pais, de uma

maneira ativa. E para os pais é um enorme prazer fazê-los participar das suas paixões. Uns gostam de excursões, outros de música, outros de ler... Quando os nossos filhos eram mais pequenos absorviam-nos muito tempo com os jogos criativos, fazer massas, construir brinquedos, pintar...; para eles era uma alegria poder fazer essas coisas com a mãe. Agora à medida que são mais crescidos gostam mais dos jogos de mesa, onde o pai comanda. E quando faz bom tempo, claro está que dominam os jogos ao ar livre. Procuramos também que tenham companheiros das suas idades e possam conhecer o valor da verdadeira amizade, que não se pode substituir por um computador. Não vemos filmes quando temos convidados; passamos o tempo de uma forma muito mais interessante numa conversa e diversão comum; os filhos já o sabem.

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de <u>https://</u> opusdei.org/pt-pt/article/menoscomputador-mais-familia/ (13/12/2025)