

# Jesteś potrzebny!

BIULETYN STOWARZYSZENIA DEORECORDINGS I PLATFORMY SZUKAJACBOGA.PL Czerwiec-Sierpień 2021

Emilian Kujawski, s. 8

## Dziecko bezpieczne w sieci

Dariusz Cieślak, s.10

## Myślmy perspektywicznie

Wywiad z Maciejem „Zuchem” Mazurkiem, s. 12



## Kilka statystycznych danych dotyczących wykorzystywania technologii przez dzieci:

Źródła: <https://www.theguardian.com/>  
<https://www.commonensemedia.org/>

- Z badań organizacji Common Sense Media wynika, iż **dzieci w wieku 0-8 lat spędzają średnio 2,5 godziny przed ekranem** (telewizora, smartfona, tabletu).
- **W badaniach przeprowadzonych w 2018 roku, aż 47% rodziców wyraziło zaniepokojenie realnością uzależnienia się swoich dzieci od technologii.**
- **Co czwarty nastolatek jest uzależniony od telefonu.**
- Już 10 latkowie trafiają na odwyki i korzystają z pomocy specjalisty z powodu uzależnień od Internetu.
- Według badań przeprowadzonych przez Fundację Edukacji Zdrowotnej i Psychoterapii, w 2019 roku nastolatki w wieku 13-17 lat spędzili średnio 3-4 godzin przed ekranami, w 2020 roku średnia ta (w związku z pandemią) uległa zmianie – w lutym 2020 roku spędzali do 5 godzin przed ekranami, a w maju 2020 już 9 godzin dziennie. Ta średnia utrzymała się do grudnia 2020 roku.

## Od redakcji

*„Szczere powiedziałam tacie, co czuję i pierwszy raz się serdecznie przytuliliśmy”.*

*„Nienawiść do taty przekształciła się w miłość do niego”.*

*„Przebaczyłam rodzicom, uwolniłam się od złości i gniewu wobec nich”.*

*„Zrozumiałem, jakie błędy popełniałem jako ojciec. Nauczyłem się szacunku do mojej córki”.*

*„Ćwiczenia, które czyniły cuda, pomogły mi zrozumieć moje dziecko i się do niego zbliżyć”.*

*„Przełamałem się i odważyłem na długie rozmowy z synem, doświadczyłem przyjemności z przebywania z nim i słuchania go”.*

Drogi Przyjacielu, co czujesz, czytając takie wyznania? To prawdziwe wypowiedzi rodziców i ich dzieci po doświadczeniu Outbacku.

Jak to się dzieje, że tak wielu rodziców czuje się rozczarowanych swoimi dziećmi (i odwrotnie)? Że czują się bezsilni, znienawidzeni przez własne dziecko, a ich próby porozumienia kończą się kolejną kłótnią? Przecież pierwsze lata dorastania naszego dziecka niczego takiego nie zapowiadały. Byliśmy pewni, że jakoś sobie poradzimy. Że będziemy je bardzo kochać, a reszta sama się ułoży. Parę lat później okazuje się, że sobie nie radzimy, nie wiemy, co robić i jak się dogadać.

Nie byliśmy przygotowani... Nikt nam nie powiedział... Popelniliśmy tyle błędów... Jak to naprawić? Czy może jest już za późno?

Te i setki innych świadectw po Outbackach

(polecam historię Jacka „Moja podróż przemian”) pokazują, że można!!! Najczęściej to jednak rodzic musi zrobić ten pierwszy krok: przełamać się, zmienić coś w swoich priorytetach, zobaczyć błędy i dostrzec serce dziecka (przeczytaj artykuł „O co tak naprawdę chodzi w wychowaniu” Emiliana Kujawskiego). Bo tak naprawdę zbuntowany, niewdzięczny, roszczeniowy nastolatek w głębi serca tęskni za przyjacielską, bliską relacją z rodzicami.

Drugim ważnym tematem, zwłaszcza przed wakacjami, jest problem zagrożeń, jakie czyhają na nasze dzieci w Internecie. Zachowanie czujności i świadomość tych niebezpieczeństw to odpowiedzialność rodziców, choć jak wykazują badania, kluczem do sukcesu jest coś zupełnie niezwiązanego z wiedzą na temat Internetu. Co to takiego? Dowiecie się tego z artykułu Darka Cieślara „Dziecko bezpieczne w sieci”, a także z bardzo ciekawego wywiadu ze znawcą tematu – Maćkiem Mazurkiem. Drodzy, jako rodzice musimy się wciąż uczyć, by nasze dzieci znalazły w nas mądre wsparcie, by bezpiecznie, ale i odważnie mogły kroczyć w stronę dojrzałości. Korzystajmy z przygotowanych narzędzi.

Niech te wakacyjne miesiące będą okazją do nieśpiesznych, szczerych rozmów z naszymi dziećmi. Schowaj głęboko swoje żale, pretensje, porównywanie z innymi. Słuchaj i nie reaguj zbyt szybko. Życzę obopólnej przyjemności z przebywania w swoim towarzystwie :) ■



**Bogusława Król**  
Redaktor Biuletynu

# Moja podróż przemian



**Jacek Bańczyk**  
Wolontariusz Outback

Moją piękną i mądrą żonę poznałem, gdy miała lat 14. Gdy Ela miała 17 lat, usłyszała zwięzłą, prawdziwą historię o Panu Jezusie i odtąd mówiła tylko o Nim.

Minęło pół roku i również dla mnie Pan Bóg stał się kimś bardzo ważnym. Ponieważ Ela skutecznie wybiła mi z głowy pomysł pójścia do seminarium, pobraliśmy się po 5 latach znajomości. Słowo Boże traktowaliśmy bardzo poważnie, a na motto naszego życia małżeńskiego wybraliśmy Psalm 127: *Jeżeli Pan domu nie zbuduje, na próżno się trudzą ci, którzy go wznoszą. Oto synowie są darem Pana, a owoc łona nagrodą. Jak strzały w rękę wojownika, tak synowie za młodu zrodzeni. Szczęśliwy mąż, który nappełnił nimi swój kotczan. Nie zawstydzisz się, gdy będzie rozprawiał z nieprzyjaciółmi w bramie.* Każde z tych słów w przyszłości miało stać się faktem, ale jeszcze tego nie wiedzieliśmy.

Po dwóch latach małżeństwa urodził się nasz pierwotny syn Pawełek, a już po 10 miesiącach z radością witaliśmy Mareczka. Nasz trzeci syn, Jacuś, przyszedł na świat w naszym domu. Fajnie było odbierać poród syna. Rzeczywistością stała się część obietnicy: oto synowie są darem Pana... Byliśmy naprawdę szczęśliwi, mimo tego że utraciliśmy Wiktorię, która miała przyjść na świat

przed naszym ostatnim synem. Ból był tak ogromny, że nie rozmawialiśmy o tym przez kolejne 25 lat. W tym czasie utraciłem czujność. Bardzo dobrze zarabiałem jako prezes zarządu niemałej firmy. Przeprowadziliśmy się do nowego domu. Prestiż, jaki dawało stanowisko i duże pieniądze sprawiły, że stopniowo pokora ustąpiła przeświadczeniu o sile własnych umiejętności. Prawdziwe życie w przyjaźni z Panem Bogiem zamieniłem na religijną maskę, coraz bardziej imponowało mi światowe życie. Pozbawiony Bożej ochrony ulegałem pokusom i nałogom. Życie w kłamstwie i grzechu niszczyło moją rodzinę. Nie – ja sam ją niszczyłem. Zło miało moją twarz. Wznosiłem dom bez Boga. W miejscu, gdzie powinna być miłość, był mój egoizm. Cierpieli najbliżsi. Dom, który zbudowałem, nie był już bezpieczny.

W 2010 roku odbyła się prezentacja „Podróży przemian” prowadzona przez Macka Ogrena. Na sali w Katowicach było około 200 osób. Mack krok po kroku wyjaśniał, jaka powinna być rola rodzica na każdym etapie życia dziecka: od urodzenia do pełnoletniości. Opowiadał o roli ojca jako opiekuna, potem policjanta, a następnie trenera w trudnym dla dziecka okresie dojrzewania oraz konsultanta w życiu dorosłego dziecka. Wskazywał na potrzebę równowagi pomiędzy przywilejami dziecka a jego odpowiedzialnością. Wszystko to było uporządkowane, niosło pokój i harmonię. Otwartość wobec dziecka, okazane mu zaufanie, zaakceptowane i sprawiedliwe zasady stanowiły przestrzeń do spokojnego rozstrzygnięcia trudnych spraw: ustalenia pory późnych powrotów, uczenia prawdziwości, spędzania czasu wolnego, pieniędzy, wyboru partnera. To był obraz mądrego ojca,

który zmienia się razem z dzieckiem. Mack opowiadał nie jako teoretyk, ale jako ojciec. Ojcostwo to sztuka zdobycia zaufania dziecka. Ilość wysiłku, jaką włożysz w rodzinę, będzie proporcjonalna do otrzymanych rezultatów.

Zobaczyłem wówczas, ile straciłem. Zdałem sobie sprawę, jak obcy byłem dla swojej rodziny. Dla siebie miałem nową kategorię ojca: „pogańczyk bydlą”. Byłem potworem, przez którego najstarszy syn musiał wyprowadzić się z domu w dniu 18 urodzin. Zawiodłem tych, których miałem wspierać. Przegrałem całe życie – nie można przecież cofnąć czasu, lat bezmyślnie utraczonych. To był bardzo smutny koniec.

Wówczas – zamiast zasłużonej kary i oczekiwanego potępienia – otrzymałem od Pana Boga i najbliższych pomocną dłoń. Pan Bóg zaproponował,

abym Mu zaufałem jak kiedyś, podpowiedział, co mam zrobić. Jak koła ratunkowego uchwyciłem się słów: *Jeżeli wyznajemy nasze grzechy, Bóg jako wierny i sprawiedliwy, odpuści je nam i oczyści nas z wszelkiej nieprawości* (1 List Jana 1,9). Każdą osobę przepraszałem osobno, nazywając po imieniu to, czego się dopuściłem. Rozmowa z najstarszym synem Pawłem trwała 40 minut. W końcu, gdy poprosiłem go o wybaczenie, powiedział: „Nie ma sprawy, tato”.

Kolejną wskazówką od Pana Boga były słowa z 1 Listu Piotra 1,8: *Przed wszystkim miejcie wytrwałą miłość jedni ku drugim, bo miłość zakrywa wiele grzechów.*

Znowu literalnie potraktowałem tę radę. Z wytrwałością i bez przymusu każdą rozmowę, każdy e-mail, sms zaczynałem i kończyłem słowa-

*Jacek w czasie wykładu „Podróż przemian”, Outback 2019*



Jeśli twój kościół, wspólnota byłby zainteresowany przedstawieniem u siebie programu „Podróż Przemian” dla rodziców, prosimy napisz na adres: [kontakt@outbackpolska.pl](mailto:kontakt@outbackpolska.pl) Chętnie przyjedziemy!

mi: „kochana żoneczko”, „kochany syneczku”. Wszystkie hasła do komputera, telefonu, kont bankowych przekazałem żonie i dzieciom. Sprawy zawodowe podporządkowałem życiu rodzinnemu. Firmy prowadzimy razem z żoną i dziećmi.

Zacytowany fragment zawiera wskazówkę, aby to była miłość wytrwała, a miłość to nie tylko słowa. Czas wolny przeznaczałem na dzielenie pasji synów i żony. Jeżeli nie jechaliśmy kibicować chłopakom na zawodach, to pracowałem w ogrodzie. I wiecie, co? Polubiłem to :) Byliśmy na wszystkich ważnych zawodach, w których startowali synowie – w kraju i poza granicami. Byliśmy z Pawłem, gdy zdobywał medale na Mistrzostwach Świata i Europy. Byliśmy w Kolumbii, gdzie w 2017 roku modliliśmy się razem przed każdą walką i Paweł zdobył tytuł Mistrza Świata! Byłem dumny i szczęśliwy. Pan Bóg kolejny raz okazał się wierny.

Najmłodszy syn Jacek osiągnął najwyższe kwalifikacje sędziego międzynarodowego i mogliśmy podziwiać na wszystkich tych zawodach, jakim uznaniem cieszył się wśród starszych kolegów. Byłem szczęśliwy, gdy oglądałem, jak nasz syn Marek, który najczęściej zdawał egzaminy w pierwszym terminie, składał przysięgę adwokacką.

Nie dostałem tego, na co zasłużyłem. Dostałem to, na co nie zasłużyłem. Pan Bóg przypomniał mi słowa: Jeżeli Pan domu nie zbuduje, na próżno się trudzą ci, którzy go wznoszą. Pan buduje nasz dom w oparciu o swoje Słowo i obietnice. Cofnął czas. Miłość zakryła wiele grzechów. Punktem zwrotnym było wysłuchanie wykładu „Podróż przemian” – to wówczas rozpoczęła się trwa-

jąca do dzisiaj moja osobista podróż przemian. Nie staram się zrozumieć Pana Boga, chciałbym jedynie być Mu wdzięczny.

Niech ta historia będzie przestrożą, aby nigdy nie tracić czujności; inspiracją, aby niezwłocznie porzucić niegodziwe, kłamliwe życie; zachętą, bo dla Pana Boga, który Jest Miłością, nigdy nie jest za późno. Można zaufać Słowu Bożemu i uratować życie swoje, i rodziny. Pewnego dnia, gdy to rozumiałem, dziękowałem ze łzami Panu Bogu za żonę i synów, za to, że uratował moją rodzinę.

Wtedy Pan Bóg uświadomił mi coś osobliwego: „Czy wiesz, że oni nie są twoi? Ja ich stworzyłem dla siebie, aby byli niewyobrażalnie szczęśliwi w nieskończonej wieczności. Tobie dałem ich jako dar, prezent tylko na jakiś czas”. ■



*Outback to świetna okazja na pogłębienie relacji ze swoim nastoletnim dzieckiem. Ćwiczenia i aktywności to nie tylko okazja do świetnej zabawy, ale także do przełamywania własnych barier i współdziałania oparte o wzajemne zaufanie.*

## Mój Outback



**Marek**  
Świadectwo

Na jeden z Outbacków pojechałem z mamą jako wolontariusz. Pełniliśmy funkcję animatorów w grupie Mama i Syn. Trzeba zaznaczyć, że będąc animatorem, byłem już dorosły, miałem żonę, nie mieszkalem z rodzicami. Razem z uczestnikami naszej grupy braliśmy udział we wszystkich zadaniach. Znałem je dokładnie, wiedziałem, jaki mają przebieg. Wydawało się, że nic nie może mnie zaskoczyć. A jednak...

W jednym z ćwiczeń miałem iść z przewiazanymi oczyma, ale mama stojąca obok mogła mi służyć pomocą. Kiedy w pewnym momencie uświadomiłem sobie, że nie mam pojęcia, gdzie iść i powinienem zapytać mamę, coś we mnie pękło. Nie potrafiłem do niej zawołać. Stałem w miejscu, zacząłem płakać. Było mi niezwykle trudno

przyjąć i zaakceptować fakt, że sam nie dam rady czegoś zrobić i muszę poprosić o pomoc. Nie miało znaczenia, że tą osobą jest moja mama. Świadomość tego, że nie mogę być samodzielny i potrzebuję pomocy, zderzyła się z moim charakterem, uporem i być może przekonaniem o tym, że zawsze sam mogę sobie ze wszystkim poradzić. Jednocześnie czułem się zawstydzony, że ja, dorosły facet, stoję w miejscu i płaczę wśród mam i nastolatków, którzy pewnie dobrze się bawią. Pamiętam, że tamten moment był dla mnie bardzo poruszający. Po długiej chwili, przez łzy, zawołałem mamę, poprosiłem o wskazówki. Dokończyliśmy zadanie. Wtedy uświadomiłem sobie, że bardzo często tak wyglądała moja relacja z Bogiem i sytuacje w życiu, z którymi trzeba się zmierzyć. Bóg stał obok mnie, był gotowy i chętny, żeby mi pomóc. Z bólem obserwowałem moje błędne decyzje. A ja, wiedząc, że potrzebuję pomocy, rezygnowałem z niej, chcąc z uporem zrobić coś po swojemu. Cieszę się, że mogłem przeżyć, doświadczyć i zrozumieć coś nowego, mimo tego, że był to dla mnie kolejny już weekend Outback. ■



## Outback dla dziesięciu!

Zróbmy razem coś bardzo dobrego! Zapraszamy Cię do wsparcia akcji, której celem jest ufundowanie 10 zaproszeń na weekend Outback. Chcemy je podarować parom, które od przyjazdu oddziela tylko to jedna przeszkoda – brak funduszy.

Częścią DNA platformy Szukając Boga jest właśnie to, że problemy finansowe NIGDY nie mogą stanowić przeszkody w dostępie do Bożej łaski – w tym przypadku do tego, co Bóg przygotował

dla swoich dzieci na najbliższych Outbackach. 10 zaproszeń to cel finansowy równy 6000 zł, natomiast 10 par na Outbacku oznacza 10 rodzin (średnio 30 osób), których codzienność nabierze jasnych barw, bo wkroczy w nie Bożą miłość! Dalej: zróbmy to razem!

<https://deorecordings.pl/wspieraj/>

# O co tak naprawdę chodzi w wychowaniu?



**Emilian Kujawski**  
Felieton

Jestem względny świeżakiem, jeśli idzie o ojcostwo: pięcioletnia córeczka i synek-trzylatek.

Bliski przyjaciel – ojciec z poważnym stażem – powiedział mi kiedyś, że będę dobrym ojcem. Bardzo chciałem w to wierzyć! Jednocześnie w mojej głowie buzował kocioł wątpliwości... Czy mam/wiem wszystko, by być dobrym rodzicem? Po czym to poznam? Co jeszcze powinienem przeczytać, kogo dopytać? Przecież tak naprawdę efekt będzie widać co najmniej za 10 lat...

## Skazany na ctrl+C/ctrl+V?

Źródłem moich obaw było między innymi to, że wzorce ojcostwa wyniesione z domu rodzinnego miałem, mówiąc ogólnie, niedoskonałe. Użytki i tzw. towarzystwo sprawiły, że mój ojciec był w temacie wychowania raczej bierny, często nieobecny, wpadał na chwilę i znikał na długie dni... Niestety, podobny „styl” widziałem u większości moich wujków, a nawet u trenera lokalnego klubu piłkarskiego, w którym grałem.

Czy jestem skazany na powielenie złego wzorca? Absolutnie nie! Na szczęście odnalazłem Boga (a raczej On znalazł mnie) i okazało się, że są na

tym świecie wartości obiektywne oraz ludzie, którzy potrafią w nich wytrwać, nawet kiedy – z ludzkiego punktu widzenia – się nie opłaca.

## Cel wychowania

Problem współczesnego rodzica polega między innymi na tym, że ma on bardzo dużo możliwości do wyboru. Dobrze wykształcenie, kultura osobista, umiejętność współpracy (osławiona praca zespołowa!), znajomość języków, kariera sportowa... Przecież to wszystko dobre rzeczy, nieprawdaż? Co wybrać? Co jest najważniejsze? Pomaga zadanie sobie dobrego pytania pomocniczego: do czego (jakiego stanu, położenia, cech charakteru) wychowanie ma doprowadzić moje dziecko. I od razu: bingo! Prosty wniosek: przecież cel wychowania pokrywa się 1:1 z celem życia jako takiego! A ten mam jasno zakomunikowany przez Boga. On stworzył mnie (i moje dzieci) do życia w głębokiej przyjaźni z Nim, do relacji pełnej zaufania i oparcia na Nim każdej decyzji, sposobu radzenia sobie z rzeczywistością, a docelowo do przebywania w jednym z wielu mieszkań u Ojca w Niebie (por. Ewangelia wg św. Jana 14,2). I tak oto moja piramida celów wychowawczych szybko się poukładała i wygląda, tak jak na załączonym rysunku.



## Projekt „Dziecko”

Uff! Cel wyznaczony! Teraz po narzędzia! Tych (znowu) jest na drodze wychowawczej bardzo wiele. Jednym z nich, mapą drogową dla rodzica – podkreślmy: bardzo dobrą – jest „Podróż przemian”, o której w tym numerze pisze Jacek. (Na tym temat narzędzi, niestety, muszę skończyć, bo redakcja nie przepuści mi tak długiego tekstu :))

Chciałem natomiast zwrócić uwagę na pułapkę, w którą sam wpadłem. Misję wychowania mentalnie potraktowałem jak projekt inżynierski – projekt „Dziecko”. Wszedłem w myślenie techniczne: zaplanuj ścieżkę, wybierz dobre narzędzia, wdrażaj i po kłopotcie. Coś na zasadzie „Tylko mnie kochaj”, a reszta sama pójdzie.

Otóż, nie. Nie pójdzie. Dlaczego? Bo po drugiej stronie jest żywy człowiek: ze swoimi potrzebami, emocjami, temperamentem i unikalnym postrzeganiem świata. Jeżeli chcesz kształtować charakter dziecka, a w takiej misji Bóg stawia rodziców, to musisz sięgnąć do tego, co dzieje się w jej/jego sercu.

Bardzo szybko przekonałem się, że zachowanie, zwłaszcza to tzw. niegrzeczne, to „tylko” zewnętrzny przejaw świata potrzeb, uczuć i pragnień, którego areną jest serce. Przykład: różne języki miłości moich dzieci. Madzia czuje się kochana, gdy spędzam z nią czas, ma mnie tylko dla siebie. Natomiast Michał, choć tego cennego czasu również potrzebuje, tak samo kochany czuje się, gdy go wycaluję, poprzytulam i połaskoczę. U niego językiem miłości jest także dotyk. Po takim „zabiegu” jest na tyle „syty”, że potrafi się nawet pół godziny pobawić sam (u Madzi – mission impossible!).

## Serce dziecka

Salomon, swego czasu najmądrzejszy z ludzi, wielkość i sławę zawdzięczał temu, że poprosił Boga o mądre serce. Tak samo pragnę wychować moje dzieci: by ich serca wybierały mądrze, zgodnie z Bożym zamysłem i planem.

Czego do tego potrzeba? Uważnej obserwacji, dialogu i dyscypliny. Uważna obserwacja i dialog to robota czysto detektywistyczna albo – jak kto woli – diagnostyczna. Dostrzec symptom i dotrzeć do źródła motywacji, przebić się przez lęki i zaprzeczenia, a na koniec odpowiedzieć na nie w taki sposób, by dziecko czuło się bezpieczne, w pełni akceptowane i bliskie sercu rodzica. Bezpieczeństwo, akceptacja i bliskość to triada podstawowych potrzeb małego człowieka.

Jak to wygląda w praktyce? Kolejny klasyk z rodzicielskiego podwórka: mimo że dokoła jest ze sto zabawek, to w tej sekundzie ta jedna jedyna jest pożądana przez obie strony i mamy bijatykę. Do niedawna zareagowałbym tak: wkraczam, rozdzielam bokserów i szukam „sprawiedliwości”: kto wziął zabawkę pierwszy? Dlaczego mu/jej wrywasz tego misia? Robię wykład na temat bycia starszym, mądrzejszym, bla bla bla... Natomiast to jest powierzchowna ocena zdarzenia – tylko na poziomie zachowania. Teraz jestem detektywem. Pytam (obojga): dlaczego ten miś jest taki ważny dla Ciebie? Co takiego się stało, że aż musiałeś uderzyć siostrę/uszczypnąć brata? Jak się teraz czuje Twoje serduszek? I potem spędzamy długie minuty na uczeniu się rozpoznawania własnych emocji i bezpiecznego (czyli w ramionach mamy lub taty) poradzenia sobie z tymi trudnymi, niechcianymi napięciami.

Nie, nie jest łatwo. Tak, chcą uciekać od tych rozmów, gdzie pieprz rośnie, ale nam nie wolno się poddać. Walczymy o ich serca!

### A gdzie w tym dyscyplina?

Dyscyplina to w moim przekonaniu konsekwentne stawianie granic i ukazywanie negatywnych konsekwencji wyborów, w których do głosu dopuszczamy nasze potrzeby, te „cielesne”, dając im przewagę nad tym, co „z ducha”. Jak pisał św. Paweł Apostoł: *w moich członkach dostrzegam inne prawo. Walczy ono przeciwko Prawu, za którym opowiada się mój rozum, i bierze mnie*

*w niewolę prawa grzechu, rządzącego w moich członkach* (List do Rzymian 7,23). W innym miejscu ten sam Paweł powie: *wszystko mi wolno, ale nie wszystko przynosi korzyść* (1 List do Koryntian 6,12).

Moją rolą jest tak pracować z dzieckiem, by z czasem jej/jego serce nauczyło się, że nie wszystko, czego „mi się chce”, jest dla mnie dobre. Wszak ono z tą wiedzą i umiejętnością rozpoznania się nie rodzi. Zresztą my, dorośli, często nie jesteśmy lepsi. Gdyby tak było, to trenerzy fitness już dawno poszliby z torbami. ■

## Dziecko bezpieczne w sieci



**Dariusz Cieślak**  
Zaproszenie do kursu

Internet już dawno przestał być tylko miejscem wymiany maili i oglądania filmów na YouTube. Dojście do tej prostej prawdy jest często momentem przełomowym w życiu każdego rodzica, ponieważ ciągnie za sobą szereg bardzo poważnych pytań, jakie należy sobie zadać. Skoro Internet nie jest miejscem neutralnym, to jakie zagrożenia mogą czyhać na moje dziecko w Sieci? Jakie zagrożenia czyhają na mnie? Co sprawia, że nasze dzieci potrafią siedzieć godzinami przed ekranem i nie widzieć poza nim świata?

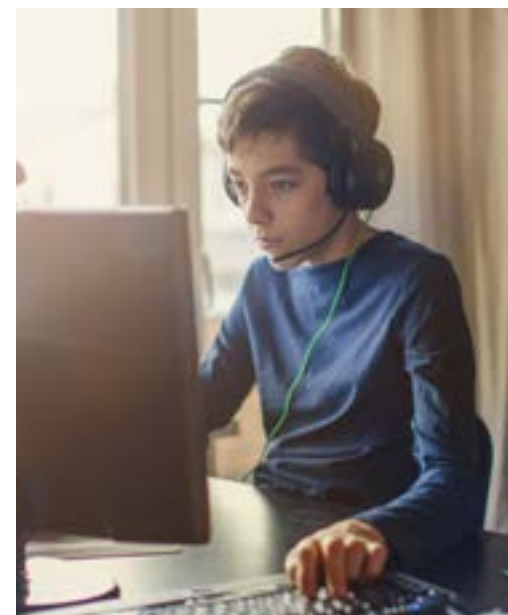
Oczywiście, dla każdego z nas skala problemu będzie inna. Większość z nas podświadomie czuje, że spędzanie wielu godzin każdego dnia przed ekranem komputera czy konsoli nie jest wskazane, a i do publicznej opinii dociera coraz więcej głosów psychologów i socjologów, którzy starają się pokazać problemy jakie z tego wynikają. Ale czy tylko czas jest tutaj problemem?

Zachęcam Cię, drogi czytelniku do pewnego testu. Spróbuj w przeciągu minuty wymienić pięć największych zagrożeń, z jakimi może się zetknąć Twoje dziecko podczas korzystania z Internetu, czy grania w gry. I jak poszło? Nawet jeśli jesteś Internetowym wyjadaczem i znasz takie słowa jak „patostreaming”, „influencerzy” czy inne słowa dla większości z nas niezrozumiałe, pozwól, że zadam Ci kolejne pytanie: jak w takim razie przeciwdziałać tym szkodliwym zjawiskom?

Odpowiedzi na to pytanie nie da się zawrzeć w jednym zdaniu, temat wydaje się być zbyt rozległy, a my błądzimy w nim jak przysłowiowe „dzieci we mgle”. Zacznijmy zatem od uświadomienia sobie dwóch faktów.

Po pierwsze, Internet sam w sobie nie jest ani zły ani dobry. To tylko narzędzie. Ale za tym narzędziem stoją ludzie, których motywacje są bardzo różne i na to powinniśmy zwrócić największą uwagę.

Po drugie, nasze dziecko porusza się w cyfrowej przestrzeni w sposób dużo bardziej naturalny niż my, dlatego, że ono się w tym świecie urodziło. My dorostaliśmy w środowisku, gdzie, żeby do kogoś zadzwonić, trzeba było korzystać z budek telefonicznych. Ono ma dostęp od najmłodszych lat do praktycznie całej wiedzy powszechnej



i może skomunikować się z kim chce w przeciągu sekund. Zjawiska dla nas niezrozumiałe, jeśli chodzi o Internet, są dla niego codziennością. Czy jesteśmy zatem skazani na nadrabianie zaległości w wiedzy i spędzanie długich godzin na szkoleniach i próbach dogłębnego zrozumienia tego świata?

Na szczęście nie! Badania w tej dziedzinie pokazują bardzo wyraźnie, że z większością niebezpieczeństw jesteśmy w stanie sobie poradzić poprzez budowanie głębokiej relacji opartej na wzajemnym zaufaniu. Kiedy Twoje dziecko wie, że może do Ciebie przyjść z każdym, nawet najgłupszym w Twoim mniemaniu pytaniem i nie zostanie zlekceważone ani odrzucone, wtedy zaczniesz Ci ufać i dzielić się z Tobą swoimi przeżyciami. Razem będziecie mogli zastanowić się nad problemami, czy zagrożeniami, z jakimi być może spotyka się już od jakiegoś czasu, ale nie miało odwagi lub okazji, żeby Ci o tym powiedzieć.

Niestety, łatwiej powiedzieć, niż zrobić! Dlatego właśnie powstał kurs „Dziecko bezpieczne w Sieci”, który jest kompendium wiedzy i porad jak poruszać się w cyfrowym świecie, ale co ważniejsze: jak rozmawiać ze swoim dzieckiem, jak spędzać z nim czas i wykorzystywać dobrodziejstwa cyfrowego świata do budowania pięknej relacji, która będzie procentować w przyszłości.

Jeśli podoba Ci się takie podejście do tematu, lub czujesz, że potrzebujesz konkretnych porad w tej sprawie, zapisz się już dzisiaj, lub poleć znajomym! ■

<https://kursy.szukajacboga.pl/dziecko-bezpieczne-w-sieci/>





## Myślimy perspektywicznie

Wywiad z Maciejem Mazurkiem, w przestrzeni internetowej znanym jako Zuch. Prowadzi Kornelia Arndt

**Kornelia: Uczysz rodziców, jak mogą pomóc dzieciom wartościowo spędzać czas zarówno off-line jak i on-line (zobacz kurs „Dziecko bezpieczne w sieci” - link na okładce biuletynu). Jak mądrze rozgraniczyć ten czas zabawy?**

Maciek: Czas internetowy nie może być dominujący – muszą być wyznaczone granice i ramy czasowe. Z mojej obserwacji i z tego, co czytam, wynika, że duża część problemów wypływa z braku ustalonych reguł. Często czas internetowy, ekranowy jest niezdefiniowany – dzieci nie mają harmonogramu, a one bardzo potrzebują rutyny. Bzdurą jest twierdzenie, że to zbędne ograniczenie. Nawet spędzając czas kreatywnie off-line, potrzebna jest jakaś rutyna i pewne ustalenia. To naprawdę ułatwia koegzystencję w domu. Im później się wprowadzi takie zasady, z tym więk-

szym oporem się spotkają, ale powinny być normą.

W naszym domu to działa – i nie jest to kwestia rygoru. Dla wszystkich jest oczywiste, że mamy przewidziany czas na ekrany i poza nim ich nie używamy. I dla nikogo z nas nie jest to problemem. Nauczyliśmy się, że wszystko musi być „instant”, na już – wystarczy zalać wrzątkiem i mam zupkę, zaleję i będę mieć supermałżeństwo i rodzinę, i wszyscy będą jak z obrazka, a to tak nie działa. Trzeba myśleć perspektywicznie. Jako rodzina dzisiaj spijamy z tego, co warzymy od lat. Czas, który inwestowaliśmy w dzieci, w ich zainteresowania, w pokazywanie im świata, teraz się zwraca.

**K. Jak możemy kreatywnie spędzać czas z dzieckiem?**

M: Najgenialniejszą chyba formą spędzania czasu dla dzieci i rodziców są planszówki. Można je wprowadzać już z małymi dziećmi. Od razu przestrzegam jednak czytelników: nie kupujcie planszówek na pocztce czy w kioskach, bo to są bardzo złe produkty. Po pierwsze, nokautuje mnie ich estetyka, po drugie, jako gry losowe

nie wymagają myślenia, przez co nie sprawiają nikomu frajdy. Świetną rozrywkę zapewniają natomiast gry kreatywne, wciągające i wymagające. Są trochę droższe, ale warte swojej ceny.

Mój syn w wieku 6 lat, dostał pierwszą grę: „Osadnicy z Catanu” i z młodszą siostrą grali w tę grę przez 5 lat. Potem podkupywali sobie dodatki za pieniądze od dziadków. Teraz rządzi nią nasz najmłodszy, 3-letni brzdąc i sam mu nadbudowuję wersję fabularną, bez instrukcji. Dzisiaj dla naszych dzieci to jest hobby, na które same zbierają pieniądze. Powciągały swoich znajomych. W czasach, kiedy mamy problem z nastolatkami niepotrafiącymi się oderwać od ekranów, moje dzieci i ich znajomi sami inicjują spotkania po to, żeby nie siedzieć przed monitorem. To w ogóle nie wchodzi w grę. Jasne, niekiedy potem oglądają jakiś film, np. „Spidermana”. Najpierw jednak kupują pizzę i grają w planszówki przez kilka godzin.

Głównym problemem jest to, że dzieci dzisiaj nie mają zainteresowań. Jeśli ktoś nie wie, od czego zacząć, najlepiej planszówek poszukać w Internecie, np. w filmach u Wookiego (<https://uwookiego.pl/>). My to oglądamy wspólnie.

Są jeszcze komiksy, książki, jest dużo rzeczy poza ekranem. Najważniejsze jest to, żeby samemu mieć frajdę. Często myślimy, że rzeczy dla dzieci są nudne i głupie. Nie będę hipokrytą – są takie zabawki, których nie chce mi się nawet dotykać, bo są nudne, ale są też takie, które są wymagające i z których wszyscy mamy radochę. Chodzi o to, żeby było fajnie. Nie dziwny się, że dzieci wybierają ekran, jeśli to jest najciekawsza rzecz w domu.

**K: Jakie są pierwsze sygnały uzależnienia dziecka od ekranu? Jak możemy mu pomóc?**

M: Nie jestem psychologiem, więc nie chcę wchodzić w czyjeś kompetencje, ale na pewno warto zwrócić uwagę na agresję u dziecka. Mówiąc kolokwialnie: dzieci zaczynają być niegrzeczne, częściej podnoszą głos. To są oznaki rozstroju nerwowego.

Wspólnie ustaliliśmy w domu, że jeśli przy grach komputerowych na granicy wieku naszych dzieci zobaczymy, że coś niedobrego się dzieje, to je odcinamy.

Przed wszystkim obserwujmy dziecko, spędzajmy razem czas. Te uzależnienia nie biorą się znikąd. Najczęściej są wynikiem braku uwagi i kontroli. Jeśli rodzice nie zapewnią atrakcji swojemu dziecku, to poszuka ich sobie gdzie indziej, często w złych miejscach. Przeciętny ojciec spędza z dzieckiem bodajże 4 minuty dziennie, więc o czym my mówimy...

**K: Na pewno słyszałeś o patostreamerze z Łodzi... Znęcał się nad niepełnosprawnym chłopakiem, wszystko to nagrał i wrzucił do sieci. Jak możemy ustrzec nasze dzieci przed oglądaniem takich rzeczy? Jak z nimi o tym rozmawiać?**

M: Mitem jest, że uda nam się całkowicie ich przed tym ustrzec, bo, niestety, jeśli dziecko będzie chciało, to obejrzy. Zawsze też znajdzie się „życzliwy” kolega, który mu pokaże taki filmik. Są jednak narzędzia ograniczające dostępność pewnych treści. Dużo ludzi się przed tym wzdryga, ale to nie jest kwestia cenzury, tylko odpo-

wiedzialności. Nie mamy problemów, by kazać dziecku zapiąć pasy, zakazać wychylania się przez okno podczas jazdy autostradą, ostrzegamy przed alkoholem i papierosami, a tutaj często jesteśmy bardzo beztroscy. Dużą rolę odgrywa rozmowa i tutaj często pojawia się problem, bo rodzice zwykle dużo później dowiadują się, o co chodzi.

Kiedy 3 lata temu napisałem artykuł o patostreamerach, to absolutna większość osób, a tysiące osób przeczytało ten tekst, była szczerze zdziwiona, że coś takiego ma miejsce. Jako ludzie związani z nowymi mediami, już dawno ostrzegaliśmy, że polskie prawo nie nadąża, prokuratura nie jest w stanie zająć się problemem, bo nie ma na to paragrafu. Bywało, że te osoby potrafiły zarobić po kilkanaście tysięcy złotych miesięcznie dzięki rzutkom, czyli wysyłanym przez dzieci sms-om po 3 zł. Problemem jest ignorancja, ale naszą odpowiedzialnością jako rodziców jest wiedzieć, co w trawie piszczy, by móc sprawdzić i odpowiednio wcześniej rozmawiać o tym z dzieckiem.

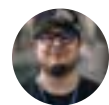
### K. No właśnie, jak rozmawiać?

M: Nieumiejętna komunikacja z dzieckiem jest poważnym i częstym problemem. Dzieci często chcą z rodzicem porozmawiać, ale rodzice przechodzą od razu do komunikacji typu: „To jest głupie, to jest złe, zabraniam, nie wolno, odcinam, trzeba być idiotą, żeby to oglądać...”. Tak, niestety, wielu ludzi komunikuje. Kiedyś po artykule o tego typu komunikacji otrzymałem komentarz: „Córka przyniosła coś pokazać na TikToku i powiedziałem jej, że takiego g\*na to już dawno nie widziałem i trzeba być idiotą, żeby to oglądać”. Odpisałem wtedy: „Spoko, to jest ostatnia rozmowa, którą córka z Tobą prze-

prowadziła”. Po co ma znowu przyjść? Chciała pokazać coś śmiesznego i została odtrącona. Pamiętajmy o tym, że to są dzieci. Czasem pokażą coś głupiego, czegoś nie zrozumieją. Miesza się im rzeczywistość wirtualna z realnością. Tak jak w przypadku patostreamera, o którym wspominałaś – dla większości dzieci to było śmieszne, że ktoś tam próbował zjeść kocie odchody, bo nikt się nad tym nie zastanowił.

Lepiej porozmawiać z dziećmi tak po sokratesku: usiąść razem, zadać pytania, żeby same doszły do odpowiedzi. W wielu przypadkach zmieniłoby to ich narrację. Część dzieci, niestety, jest już zdegenerowana, bo siedzą w tym za długo i bez kontroli. Skąd te dzieci mają wiedzieć, gdzie jest kompas moralny? Ktoś musi ich tego nauczyć.

### K. Dziękuję za rozmowę! ■



**Maciej „Zuch” Mazurek**  
Blogger

Mąż i ojciec, grafik, blogger i wykładowca. Od 2009 roku prowadzi popularnego bloga o nazwie ZUCH.media, poruszając tematy kondycji współczesnego świata, technologii i mediów społecznościowych. Wraz z platformą SzukającBoga, Maciej przygotował kurs „Dziecko bezpieczne w sieci”.

Strona: <https://zuch.media>

Facebook: <https://www.facebook.com/ZUCH.probuje.rysowac/>

## Być częścią czegoś dobrego



**Henryk Król**  
Zaproszenie do wsparcia

Być częścią czegoś wielkiego i dobrego... Zmieniać świat w imieniu Chrystusa, niezależnie od kultury wykluczenia, hejtów, ataków na bojących się Boga... Zło dobrem zwyciężać...

Zapraszamy, dołącz do setek zaangażowanych, by poznać, tworzyć i wykorzystywać innowacyjne metody komunikacji, ofiarować swój czas i serce, aby dzielić się z innymi – którzy jeszcze szukają celu i kierunku w życiu – tym, czego sam doświadczyłeś w osobistej relacji z Chrystusem.

Szczerłość, otwartość, miłość – to naprawdę działa! Platforma Szukając Boga dotarła do ponad 3 milionów Polaków, zaś na programy uczniowskie zapisało się ponad 50.000 osób! Chcesz się zaangażować? Napisz do koordynatora projektu, Norberta Klamy, na adres [norbert@szukajacboga.pl](mailto:norbert@szukajacboga.pl). Jeśli brak czasu albo inne uwarunkowania nie pozwalają Ci się zaangażować osobiście, to dołącz do naszej rodziny poprzez radosne, dobrowolne, z serca płynące wsparcie finansowe, stając się jednym z patronów. Każda wpłata – nawet kilka złotych – będzie mądrze wydatkowana. Możesz wybrać cel wsparcia, na przykład:

- **Służba internetowa** – pomoc duchowo bezdomnym poprzez Internet.

**zobacz:** <https://youtu.be/fbqWW13ME5c>

- **Radio** – tak, mamy swoją własną rozgłośnię – Radio CCM na Śląsku! Produkcja programów chrześcijańskich kosztuje. Możesz pomóc? Teraz desperacko potrzebujemy środków na przedłużenie koncesji radiowej.

**zobacz:** <https://youtu.be/fIOvHl2ymF0>

- **Pomoc rodzinom** – poprzez udział w weekendach Outback Polska. Nie wszystkich stać na przyjazd, stąd tworzymy fundusz stypendialny. Nie chcemy, by brak pieniędzy był przeszkodą w naprawie czyjegóż małżeństwa!

**zobacz:** <https://youtu.be/cy3XBsAQs9U>

**Wesprzyj wybrany projekt na tej stronie:**

<https://deorecordings.pl/wspieraj/>

I tu świetna wiadomość: do każdej Twojej wpłaty jeden z hojnych darczyńców dokłada drugie tyle! Mamy obietnicę podwojenia wpłat do sumy rocznej 130.000 złotych!

Wszystkim patronom będziemy drogą elektroniczną przesyłać ten biuletyn, informując o nowych tematach, nad którymi pracujemy. Prosimy także o modlitwę: to walka duchowa i bez Bożej pomocy niczego nie osiągniemy!

Wielu spośród Was, czytelników niniejszego tekstu, już jest naszymi patronami. Bardzo, bardzo serdecznie dziękujemy! Bądźcie naszymi ambasadorami!

Wdzięczni,  
Henryk Król z zespołem ■



media społecznościowe

gry wideo

internetowi celebryci

cyberbezpieczeństwo

patostreaming

# Czy wiesz, co twoje dziecko robi w Internecie?

Dowiedz się więcej w kursie: Dziecko bezpieczne w sieci

Chroń swoje dziecko - stań się świadomym rodzicem! Ten darmowy kurs daje praktyczne wskazówki, jak powinniśmy się poruszać w cyfrowym świecie, oraz jak rozmawiać z naszymi dziećmi i budować z nimi głęboką relację opartą na wzajemnym zaufaniu.

<https://kursy.szukajacboga.pl/dziecko-bezpieczne-w-sieci>



Jeśli chcesz otrzymywać kolejne wydania biuletynu, zapisz się na darmową prenumeratę!

na stronie stowarzyszenia:  
[deorecordings.pl/biuletyn](http://deorecordings.pl/biuletyn)  
lub telefonicznie: 33 855 36 21



W formie papierowej

W formie elektronicznej



DEOrecordings