

# Zarządzanie mediami cyfrowymi w rodzinie – cz. 1

*Janusz Wardak*



Foto: Depositphotos

**Po pierwsze Rodzina!**



PROGRAM PEŁNOMOCNIKA  
RZĄDU DO SPRAW POLITYKI  
DEMOGRAFICZNEJ NA ROK 2020

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej 



akademia familijna

Projekt dofinansowany ze środków Pełno-  
mocnika Rządu ds. Polityki Demograficznej

# Spis treści

Spis treści .....	2
Wstęp .....	3
1. Wprowadzenie .....	4
2. Telewizja.....	5
3. Komputer.....	8
4. Internet.....	13
5. Gadżety elektroniczne .....	15
6. Co zamiast? .....	17
7. Przydatne strony internetowe:.....	19
Autor – Janusz Wardak.....	21
Akademia Familijna .....	22

# Wstęp

Zarządzanie mediami cyfrowymi w rodzinie to dzisiaj jedno z najważniejszych wyzwań dla współczesnych rodziców. Właśnie temu tematowi poświęcony jest ten ebook.

*Janusz Wardak*

## 1. Wprowadzenie

Jeśli zastanowimy się głębiej nad znaczeniem mediów elektronicznych w życiu naszych rodzin, łatwo nam będzie dojść do wniosku, że ich rola jest ogromna, w dodatku ciągle rośnie, a najgorsze w tym wszystkim jest to, że tak naprawdę coraz częściej nie mamy nad nimi realnej kontroli. Wydaje się, że od samego początku media elektroniczne pełniły podwójną rolę: informacyjną i rozrywkową. Tak było w przypadku pierwszych, jeszcze bardzo prymitywnych z naszego punktu widzenia transmisji radiowych i telewizyjnych, i tak też pozostało do dziś. Trudno jednak nie zauważyć, że obecnie to właśnie aspekt rozrywkowy mediów staje się coraz bardziej dominujący i wkracza w życie nasze i naszych rodzin coraz szerzej i w coraz to nowych i bardziej atrakcyjnych formach. Można więc postawić tezę, że w naszych domach coraz częściej pojawia się – często niedostrzegalny – konflikt między kulturą atrakcyjnego życia rodzinnego z silnym akcentem uczenia się i osobistego rozwoju, a kulturą rozrywki.

Omawiając dziedzinę mediów elektronicznych, chciałbym skupić się na tych, które wywierają dziś największy wpływ na życie rodzin, a szczególnie dzieci: telewizję, komputer z obszarem Internetu i gier komputerowych oraz gadżety elektroniczne. Wydaje się, że takie dziedziny jak radio czy kino, mają dziś znacznie mniejsze znaczenie.

## 2. Telewizja

Rola telewizji w życiu przeciętnej rodziny jest ogromna i trudna do przecenienia. Przekonuje o tym już sam jej wymiar czasowy – przeciętny Polak ogląda dziennie 4,5 godziny programu telewizyjnego! To nadal główne źródło naszej wiedzy o aktualnościach ze świata i naszej rozrywki, nawet jeśli w młodszych pokoleniach często przegrywa już z Internetem. Jeśli wykluczmy z naszych rozważań programy z zasady przeznaczone dla widzów dorosłych, w tym przypadku bowiem chodzi już o sytuacje poważnych zaniedbań ze strony rodziców, możemy sprowadzić pozostałe programy do dwóch obszarów – programy dla dzieci i programy popularno-naukowe.

Dziedzina programów, filmów i całych kanałów telewizyjnych dla dzieci to ogromny obszar, którego jednak znaczna część *de facto* zupełnie nie nadaje się „dla dzieci”. Wystarczy spojrzeć na ofertę niektórych popularnych kanałów dziecięcych, jak choćby Cartoon Network, by stwierdzić, że większość dostępnych tam programów i filmów zawiera treści, przed którymi rozsądni rodzice chcą chronić swoje dzieci: agresję, wulgarny język, pogardę dla dorosłych i świata ich wartości itp. Znacznie lepiej jest w dziedzinie programów dla małych dzieci, czy też dużych produkcji kinowych przeznaczonych dla młodego widza, choć i tutaj trzeba zachować roztropność.

Programy popularno-naukowe zdają się być znacznie mniej kontrowersyjne – cóż bowiem lepszego może robić telewizja niż uczyć? Warto jednak pamiętać, że przekaz telewizyjny oprócz swoich zalet, ma też i wady. Wyrabia on postawę biernego odbiorcy, ogranicza wyobraźnię i samodzielną refleksję, ponieważ jest bardzo sugestywnym strumieniem sygnału, nad którym nie mamy żadnej kontroli. Do tego dochodzi ogromnie istotny aspekt tracenia czasu – zamiast pytania, czy dany film lub program jest wartościowy (lub przynajmniej nieszkodliwy),



warto zadać sobie pytanie, czy w tym samym czasie dziecko nie mogłoby robić czegoś innego, znacznie bardziej dla siebie wartościowego.

Trzeba też wspomnieć, że nadmierne korzystanie z telewizji może skutkować pogorszeniem ogólnego stanu zdrowia przez ograniczenie ruchu, wykształcanie się uzależnienia, nabywanie negatywnego słownictwa i wzorców zachowań, w tym agresji, możliwością zetknięcia się z treściami pornograficznymi itd.

Jakie środki warto w takim razie podjąć, aby ograniczyć negatywne wpływy telewizji? Najbardziej radykalnym jest oczywiście całkowite pozbycie się telewizora z domu – wiele rodzin uznaje, że zalety takiego rozwiązania znacznie przewyższają wady. Nie oznacza to bynajmniej, że jest to jedyny sposób na to, by zapanować nad „niebieskim ekranem” w naszych rodzinach. Do rozwiązań mniej radykalnych należy np. rezygnacja z samej telewizji i korzystanie wyłącznie z filmów i programów na DVD. Daje nam to możliwość znacznie lepszej kontroli nad tym, co i w jakim wymiarze czasowym oglądają nasze dzieci.

W każdej sytuacji korzystania z telewizora warto pamiętać o kilku najważniejszych zasadach, dzięki którym można zminimalizować bądź wręcz wykluczyć negatywny wpływ telewizji:

- w domu powinien być tylko jeden telewizor, umieszczony w przestrzeni ogólnodostępnej – osobne telewizory w pokojach dzieci są trudne do uzasadnienia i niemal gwarantują późniejsze problemy
- telewizor włączamy tylko wtedy, gdy chcemy obejrzeć konkretny, zaplanowany wcześniej program telewizyjny i wyłączamy bezpośrednio po tym programie – nie włączamy, bo „a nuż coś fajnego będzie” i nie skaczemy po kanałach (rodzice też!)
- według zgodnych opinii pediatrów, oglądanie przez dziecko telewizji w czasie dłuższym niż godzina dziennie ma negatywny wpływ na jego

zdrowie niezależnie od oglądanych treści –rozsądny wydaje się czas krótszy

- konkretne dni tygodnia lub dłuższe okresy bez telewizora pomagają uniknąć stylu życia, który kręci się wokół telewizji (i innych mediów), nawet jeśli czas korzystania z nich jest ograniczony
- ostateczne prawo decyzji odnośnie wymiaru czasowego i doboru programów zawsze pozostaje w gestii rodziców.

### 3. Komputer

Komputer daje nam ogromne możliwości różnych zastosowań, od pożytecznych poprzez czysto rozrywkowe aż po bardzo niebezpieczne. O ile można wyobrazić sobie nowoczesną rodzinę bez telewizora czy telewizji, o tyle całkowita rezygnacja z komputera jest dzisiaj coraz mniej realna, choćby ze względu na fakt, że wiele prac związanych z nauką, wymaga dziś korzystania z komputera i zasobów internetowych. Trzeba także uświadomić sobie, że coraz silniej postępuje zjawisko tzw. konwergencji mediów, w wyniku którego zróżnicowane dziś media elektroniczne coraz bardziej zmierzają do zastąpienia ich technikami komputerowymi, tak więc w perspektywie kilku lat komputer będzie prawdopodobnie stanowił domowe centrum rozrywki, udostępniające wszystkie media jednocześnie.

Na szczęście ta sama technologia komputerowa, która daje tak wielkie i różnorodne możliwości, umożliwia także zarządzanie wykorzystaniem komputera w znacznie większym stopniu niż w przypadku innych mediów – trzeba tylko te możliwości opanować.

Zanim jednak przejdziemy do bardziej szczegółowego omawiania tych kwestii, warto podkreślić dwa elementy: po pierwsze wszelkie ograniczenia techniczne mają sens tylko pod warunkiem, że równocześnie staramy się wyrobić w dziecku zdolność do samodzielnego wybierania odpowiednich dla niego programów komputerowych, gier i stron internetowych (to samo dotyczy zresztą innych mediów) . Po drugie: niezależnie od tego, jak mało znamy się na komputerach, jest to dziedzina, od której nie da się uciec, usprawiedliwiając się brakiem kompetencji. Swoje kompetencje należy w miarę możliwości poszerzać, często zresztą jest to wiedza ogólnoinformatyczna, która przydaje się także w innych obszarach, np. w pracy. Jeśli napotkamy na bariery trudne dla nas do przekroczenia, warto poprosić o pomoc inne osoby, z większym doświadczeniem w tej



dziedzinie, nawet jeśli wiązałoby się to dla nas z większym wysiłkiem. W żadnym razie nie możemy stracić kontroli nad tym obszarem i nie stoi to bynajmniej w sprzeczności z uczeniem do coraz dojrzałego i samodzielnego korzystania z mediów przez dzieci.

Aby w jakikolwiek sposób kontrolować to, co dzieje się na naszym komputerze, musimy najpierw uporządkować kwestię kont użytkowników komputera. Dwie elementarne zasady w tej dziedzinie mówią, że po pierwsze każdy członek rodziny powinien mieć osobne konto, a po drugie rodzice powinni dysponować kontem z prawami administratora – czyli umożliwiające zarządzanie innymi kontami użytkowników, instalowanie i usuwanie oprogramowania itd. Nie miejsce tu na szczegółowe omawianie tej kwestii, zachęcamy więc do sięgnięcia do wymienionych na końcu stron internetowych. Bez spełnienia tych dwóch warunków, wszystkie opisane poniżej działania nie mają właściwie sensu.

Niezależnie od tego, o jakich formach korzystania z komputera mówimy, warto zainteresować się przede wszystkim tym, jak długo nasze dziecko korzysta z komputera – w wymiarze dziennym czy tygodniowym. Nie możemy bowiem zapominać, że jakiegokolwiek korzystanie z komputera – jeśli trwa zbyt długo – może pociągać za sobą negatywne skutki dla dzieci w postaci pogorszenia stanu zdrowia, szczególnie wzroku i kręgosłupa, niebezpieczeństwo uzależnienia oraz poważnego marnowania czasu. Warto więc ustalić odpowiednie reguły dotyczące korzystania z komputera, dni w tygodniu, kiedy dzieci nie korzystają z niego w ogóle itd. W egzekwowaniu tych ustaleń mogą nam pomóc niektóre programy z dziedziny „kontroli rodzicielskiej” (ang. parental control) – kilka adresów na ten temat - na końcu artykułu.

## Gry komputerowe

Dziedzina gier komputerowych to niemal wyłącznie obszar rozrywki. Nawet jeśli niektóre z nich mają charakter edukacyjny, to nie są one zbyt popularne

wśród dzieci - jeden z rodziców opowiadał mi kiedyś, że jego syn poprosił o jakąś grę w prezencie na urodziny, z zastrzeżeniem „byle nie była edukacyjna”. Poza tym oddziaływanie edukacyjne tych gier jest często przeceniane, podobnie jak telewizyjnych programów popularno-naukowych, zwłaszcza jeśli uwzględnimy pełny rachunek zysków i strat.

Na początku więc powinniśmy zadać sobie kilka pytań:

- Czy wiemy, w jakie gry grają nasze dzieci?
- Na czym te gry polegają?
- Dla jakiego wieku odbiorców są przeznaczone?
- Jaki jest w nich poziom przemocy, wulgaryzmów, treści erotycznych, czy wywołują strach?
- Czy wiemy, jak dużo czasu dziecko spędza grając na komputerze?

Jeśli na większość z tych pytań nie znamy odpowiedzi, to znaczy, że prawdopodobnie władzę w tej dziedzinie całkowicie przejęły dzieci. Na szczęście nie jesteśmy na straconej pozycji, bo dysponujemy dużymi możliwościami nadzorowania tej aktywności dzieci – trzeba tylko je poznać i wykorzystać.

Jako rodzice nie jesteśmy na szczęście zmuszeni do indywidualnego zapoznawania się z każdą grą komputerową, z jakiej chce skorzystać nasze dziecko. Informacje o tym, co zawiera dana gra i dla jakiego wieku odbiorców jest przeznaczona jest bowiem zawarta w tzw. ratingach gier, które producenci są zobowiązani publikować na opakowaniach swoich produktów. Na świecie przyjęły się zasadniczo dwa ratingi: amerykański ECRB i europejski PEGI. Na rynku polskim producenci stosują rating europejski i w związku z tym każda gra powinna zawierać informacje o: wieku odbiorców (kolejno powyżej: 3, 7, 12, 16, 18 lat) i treściach zawartych w grze (m.in.: wulgarny język, przemoc, narkotyki, strach, hazard, seks). Dokładny rating każdej gry można znaleźć na stronie twórcy ratingu – [www.pegi.info](http://www.pegi.info). Drugi element to stwierdzenie, jakie gry mamy już

zainstalowane na naszym komputerze i ewentualne zablokowanie lub usunięcie gier, które są nieodpowiednie dla naszych dzieci. Użytkownicy najnowszych systemów operacyjnych Microsoftu: Windows Vista i Windows 7, mogą skorzystać z wbudowanych systemów kontroli rodzicielskiej, pozostali muszą poszukać innych rozwiązań lub wykonać tę pracę ręcznie, co wcale nie jest takie trudne – szczególnie jak zwykle na końcu.

Przy okazji gier warto wspomnieć o nieco pobocznym, ale nie pozbawionym znaczenia aspekcie finansowym. Musimy bardzo uważać, aby nie dać się wciągnąć w spiralę kupowania najnowszych programów, które nie tylko kosztują najwięcej - w niektórych przypadkach kilkakrotnie (!) więcej niż ich odpowiedniki sprzed 2-3 lat, ale też wymagają najbardziej zaawansowanego – a więc najdroższego – sprzętu komputerowego. W ten sposób dochodzimy bowiem do absurdalnej sytuacji, w której wydajemy mnóstwo pieniędzy na sprzęt i gry, po czym dowiadujemy się od dziecka najdalej po roku, że sprzęt jest już przestarzały i wymaga wymiany, bo pojawiły się wersje gier, które na nim nie działają lub działają nie dość szybko!

Osobną kategorię produktów do gier komputerowych stanowią konsole, takie jak PlayStation, XBOX czy Wii. Mogą one być podłączane do telewizora i oferują zazwyczaj bardziej realistyczne doznania w trakcie gier niż komputery PC. Konsole umożliwiają często łatwe korzystanie z gry przez więcej niż jedną osobę, co pomaga wyeliminować efekt izolowania się osoby grającej od otoczenia, zwłaszcza jeśli gra rozgrywana jest w przestrzeni ogólnodostępnej, np. w salonie, a nie we własnym pokoju. Niektóre z gier zachęcają nawet do wykonywania różnych ćwiczeń fizycznych lub umożliwiają grę na instrumentach. Same gry do konsol są jednak zazwyczaj znacznie droższe niż do komputerów, poza tym konsola jest urządzeniem specjalizowanym, które ma bardzo ograniczone możliwości

zastosowań poza grami. Coraz więcej elementów znanych z konsol jest przenoszonych do komputerów PC.



## 4. Internet

Wiele osób utożsamia Internet z siecią WWW, czyli stronami internetowymi, ale jest to tylko jedna z kilku usług, choć niewątpliwie najpopularniejsza. Z najczęściej wykorzystywanych usług (także przez dzieci i młodzież) można wymienić pocztę elektroniczną (email) oraz komunikatory internetowe (np. GaduGadu).

Sieć WWW oferuje ogromne, niewyobrażalne w innych technologiach zasoby informacji, dostępne za kilkoma kliknięciami myszki i w dodatku najczęściej za darmo. Jednak obok tych niewątpliwych zalet internet jako źródło informacji ma także poważne ograniczenia. Po pierwsze jakość tej informacji jest bardzo zróżnicowana, ponieważ może ona być wytwarzana przez każdego – zarówno przez profesora uniwersytetu, jak i zupełnego ignoranta. W rezultacie oddzielenie ziarna od plew jest zazwyczaj znacznie trudniejsze niż w przypadku innych mediów. Po drugie treści, z których w ogromnym stopniu korzystają ludzie młodzi, nie mają w ogóle charakteru informacyjnego, ani tym bardziej edukacyjnego, lecz wyłącznie rozrywkowy. W dodatku ich zakres jest niemal nieograniczony i stale zmieniający się, tak więc pojawia się ogromna pokusa tracenia czasu. Po trzecie wreszcie, niemała część stron WWW, jest po prostu szkodliwa i niebezpieczna, szczególnie dla ludzi młodych, a mimo to, bardzo łatwo dostępna. Trudno nawet wymienić tutaj wszystkie kategorie takich stron, ale wiadomo, że np. pornografia i pedofilia rozwijają się dzisiaj przede wszystkim w internecie.

Coraz większą rolę odgrywają także serwisy społecznościowe, takie jak Nasza-klasa, Grono, Facebook, czy wszelkiego rodzaju fora internetowe, w których wiele osób, szczególnie młodych, spędza długie godziny dzieląc się z przyjaciółmi (realnymi i wirtualnymi) tak istotnymi informacjami, jak fakt, że dzisiaj była klasówka z geometrii, a teraz właśnie idą wyprowadzić psa. Jest to także główne miejsce „polowania” dla pedofilów, zwykłych złodziei czy przedstawicieli sekt, którzy korzystając z anonimowości, jaką daje internet, coraz częściej traktują te

miejsca jako podstawowy teren swoich łowów. Podobnie zagrożenia wiążą się z korzystaniem z komunikatorów internetowych i usług typu chat.

Dla rodziców kluczowe są dwa elementy zarządzania dostępem do Internetu: czas korzystania z Internetu i filtrowanie treści. Element pierwszy został już omówiony w części poświęconej komputerom, natomiast filtry internetowe to specjalna kategoria programów, które analizują treść i adresy stron, z jakich korzysta użytkownik komputera, i wg zdefiniowanych kryteriów blokuje dostęp do stron uznawanych za szkodliwe. Nie ma w tej dziedzinie rozwiązania idealnego, trzeba po prostu spróbować, które z dostępnych najlepiej będzie spełniało swoją funkcję, tym bardziej, że ich jakość i skuteczność bardzo zmieniają się w czasie. Wydaje się jednak, że warto w tym przypadku rozważyć produkty polskie, ponieważ lepiej uwzględniają one specyfikę naszego języka i mają pełniejszą bazę stron polskich.

## 5. Gadżety elektroniczne

Do grupy gadżetów elektronicznych można zaliczyć całą grupę urządzeń, które – choć mają bardzo różne funkcje – są postrzegane przez ludzi młodych w zbliżony sposób. To co łączy gadżety, to charakter osobisty (zasadniczo są przeznaczone dla jednej osoby), atrakcyjność zewnętrzna, zgodność z najnowszą modą i często dość wysoka cena. Do gadżetów możemy zaliczyć m.in. telefony komórkowe, przenośne odtwarzacze MP3 (muzyczne) i MP4 (wideo) oraz przenośne konsole do gier. Określenie gadżet jest pojęciem dość subiektywnym, bowiem ten sam telefon komórkowy może być po prostu urządzeniem potrzebnym do pracy i kontaktowania się z innymi lub może służyć do słuchania muzyki i popisywania się przed znajomymi, a nawet może decydować o hierarchii w grupie rówieśniczej.

Gadżety promują indywidualizm (sam słucham muzyki, sam gram na konsoli itd.) , a także materializm – moją wartość określa to, co posiadam. W większości przypadków młody człowiek może się bez nich doskonale obejść, a w wielu przypadkach trudno naprawdę znaleźć racjonalne uzasadnienie dla ich posiadania – do czego bowiem przydatny jest dziecku przenośny odtwarzacz wideo? Rzecz w tym, że o ich zakupie nie decyduje często żadna argumentacja racjonalna, lecz raczej presja grupy, które następnie przenosi się na presję dziecka na rodziców. Rodzice nie chcą, by ich dziecko czuło się gorsze niż inni, choć w ten sposób godzą się na to, że uczy się ono definiować swoją wartość poprzez to, co posiada, a nie przez to, kim jest.

Niektóre z tych urządzeń mają jeszcze dodatkowe wady: odtwarzacze muzyczne i inne urządzenia wykorzystujące słuchawki mogą powodować uszkodzenia słuchu, ponieważ w przypadku słuchawek bardzo łatwo stracić kontrolę nad głośnością dźwięku. Z kolei przenośne konsole do gier bardzo utrudniają kontrolowanie czasu korzystania z nich, ponieważ dziecka ma zawsze przy sobie i w

dowolnym momencie może z nich korzystać, np. wtedy, gdy jesteśmy przekonani, że już śpi. Coraz wyraźniej mówi się też o dużej szkodliwości telefonów komórkowych dla młodych ludzi.



## 6. Co zamiast?

Analizując całą listę zagrożeń, jakie wiążą się z korzystaniem przez młodych ludzi z mediów elektronicznych, możemy ulec pokusie skierowania całego wysiłku na maksymalne ograniczenie korzystania z nich. Warto jednak zadać sobie pytanie, co proponujemy zamiast. Rolą rodziców nie jest bowiem tylko przekazywanie dzieciom, czego nie mają robić w danym czasie, ale także, a może nawet przede wszystkim, co robić powinny. Nie chodzi przecież o to, by dzieci nie korzystały z komputera i telewizji, i przez cały dzień zbijały bąki – nuda jest fatalnym doradcą i może stanowić nie mniejsze zagrożenie niż niekontrolowane media. Chodzi o to, by proponować naszym dzieciom takie formy spędzania wolnego czasu, które sprawią, że nie będą tęskniły za komputerem i telewizorem lub będą korzystały z nich w sposób naprawdę rozsądny i korzystny dla siebie.

W przypadku komputerów możemy zachęcić dzieci do wykorzystania ich do robienia rzeczy pożytecznych, mających wartość także dla innych. Może to być np. katalogowanie i retusz zdjęć cyfrowych, tworzenie drzewa genealogicznego rodziny, budowanie rodzinnej strony internetowej lub tworzenie i drukowanie rodzinnego kalendarza.

Wydaje się jednak, że kluczową sprawą jest stworzenie takiej kultury domowej, nakierowanej na bycie z innymi, rozmowę, wzajemną pomoc i wreszcie naukę i własny rozwój, która spowoduje, że dziecko nie będzie liczyło czasu do kolejnego filmu lub kolejnej sesji z komputerem. Można powiedzieć, że chodzi o stworzenie całej kultury domowej, w której media schodzą na drugi plan. Taka kultura to m.in.:

- łatwe dostępne książki, z których stale korzystają zarówno rodzice jak i dzieci
- co najmniej jeden wspólny posiłek dla całej rodziny

- czas na rozmowę ze sobą rodziców z dziećmi i rodziców między sobą
- wspólnie spędzany czas dla całej rodziny
- zabawy, gry planszowe, opowiadania rodzinne
- muzyka, śpiew

Jeśli uda nam się stworzyć taki dom i stworzymy rozsądne zasady korzystania z mediów, nie będziemy musieli ani stale walczyć z dziećmi o dostęp do komputera i telewizora, ani też martwić się, że dzieci marnują czas i sobie szkodzą.

## 7. Przydatne strony internetowe:

- [www.pegi.info](http://www.pegi.info) – europejski rating gier komputerowych
- [www.gryonline.pl](http://www.gryonline.pl) – polski serwis o grach komputerowych
- [www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl) – bezpieczeństwo dzieci w internecie
- [www.wardakowie.pl/rodzina-i-media](http://www.wardakowie.pl/rodzina-i-media) - zestawienie ciekawych stron internetowych poświęconych tematyce rodziny i mediów
- [www.bit.ly/kontrola\\_Vista](http://www.bit.ly/kontrola_Vista) - kontrola rodzicielska w Windows Vista
- [www.bit.ly/kontrola\\_Win7](http://www.bit.ly/kontrola_Win7) - kontrola rodzicielska w Windows 7
- [www.bit.ly/konta\\_WinXP](http://www.bit.ly/konta_WinXP) - zarządzanie kontami użytkowników w systemie operacyjnym Windows XP
- [www.bit.ly/konta\\_Vista](http://www.bit.ly/konta_Vista) - zarządzanie kontami użytkowników w systemie operacyjnym Windows Vista
- [www.bit.ly/programy\\_WinXP](http://www.bit.ly/programy_WinXP) - przeglądanie oraz usuwanie programów/gier w systemie Windows XP
- [www.bit.ly/programy\\_Vista](http://www.bit.ly/programy_Vista) - przeglądanie oraz usuwanie programów/gier w systemie Windows Vista





## Autor – Janusz Wardak



Od 25 lat szczęśliwy mąż i ojciec dziesięciorga dzieci w wieku od 4 do 24 lat. Jeden z założycieli i prezes Stowarzyszenia Akademia Familijna. Autor wykładów, warsztatów i artykułów, poświęconych wychowaniu dzieci, miłości małżeńskiej i życiu rodzinnemu; stały gość audycji „Wychowywać, ale jak?” w Radiu Warszawa. Inicjator kampanii „Mniej ekranu, więcej rodziny”. Kilkanaście lat pracował w branży informatycznej, później był dyrektorem i wicedyrektorem szkoły dla chłopców „Żagle” Stowarzyszenia „Sternik” w Warszawie. Aktualnie jest niezależnym doradcą edukacyjnym i wydawcą (Wydawnictwo Wardakowie). Członek Rady Rodziny przy ministerstwie rodziny.

[www.Wardakowie.pl](http://www.Wardakowie.pl)

[Facebook.com/wardakowiepl](https://Facebook.com/wardakowiepl)

[Instagram.com/wardakowie.pl](https://Instagram.com/wardakowie.pl)

# Akademia Familijna

## Misja – Od rodzin dla rodzin

Naszą misją jest rozwijanie rodziny poprzez dostarczenie rodzicom narzędzi, których potrzebują, aby w pełni wykorzystać swój potencjał wychowawców swoich dzieci, oraz rozwinąć swój osobisty i rodzinny plan.

## IFFD

Akademia Familijna należy do Międzynarodowej Organizacji na Rzecz Rozwoju Rodziny IFFD (International Federation for Family Development).

## Kursy

Kursy Akademii Familijnej organizuje Stowarzyszenie Akademia Familijna, które poprzez swoje kursy i innego rodzaju przedsięwzięcia stara się pomagać małżeństwom w budowaniu wysokiej jakości edukacji rodzinnej. Na naszych kursach rodzice i małżonkowie otrzymują silne wsparcie i skuteczną pomoc, dzięki którym mogą dobrze wykonywać swoje zadanie wychowawcze oraz budować i wzmacniać szczęśliwe związki.

## Metodologia kursów

Kursy Akademii Familijnej prowadzone są z wykorzystaniem metody studium przypadku (ang. case study), znanej przede wszystkim z kursów biznesowych, np. MBA. Jest to metoda, w której zasadnicze znaczenie ma aktywny udział i wkład pracy uczestników: zawsze obojga małżonków.

## Rodzaje kursów

Prowadzimy następujące kursy:

- Kurs Pierwsze kroki (dla rodziców dzieci od 0 do 3 lat)
- Kurs Pierwsze litery (4-8)

- Kurs Pierwsze decyzje (8-10)
- Kurs Młodsze nastolatki (11-14)
- Kurs Miłość małżeńska I (0-7)
- Kurs Miłość małżeńska II (8+)
- Kurs Personal Project (dla młodych ludzi w wieku 22-32 lat, przed małżeństwem)

[www.AkademiaFamilijna.pl](http://www.AkademiaFamilijna.pl)

[kontakt@akademiafamilijna.pl](mailto:kontakt@akademiafamilijna.pl)

[instagram.com/akademiafamilijna](https://www.instagram.com/akademiafamilijna)

[facebook.com/akademiafamilijna](https://www.facebook.com/akademiafamilijna)