



# Cyfrowe dzieci

**Beata Pawłowicz  
Tomasz Srebnicki**

# **Cyfrowe dzieci**

**zwierciadło**

*Wszystkim rodzicom, i tym analogowym, i cyfrowym.  
Z przekonaniem, że rozmowa jest najlepszym,  
co możemy dać naszym dzieciom.*

# SPIS TREŚCI

WSTĘP,  
czyli o czym będzie rozmowa?  
9

Rozdział 1  
Cztery baloniki,  
czyli jak odkleić dziecko od ekranu i z nim porozmawiać?  
31

Rozdział 2  
Pies czy kot, czyli po co mówimy?  
51

Rozdział 3  
Słuchanie to kochanie, czyli smoki istnieją  
75

Rozdział 4  
Tato, co ty na to, czyli przykłady codziennych rozmów  
z dziećmi i nastolatkami  
102

ROZDZIAŁ 5  
Rozwijać wyobraźnię, czyli od elfa do informatyka  
116

Rozdział 6  
Foki, woreczki foliowe i stare kanapki,  
czyli jak się dogadać z nastolatkiem?  
131

Rozdział 7  
Mówić z miłością,  
czyli historia z samookaleczeniem w tle  
153

Rozdział 8  
Oduczeni rozmowy,  
czyli złapani w sieć  
196

Rozdział 9  
Cyfrowy tata, cyfrowa mama,  
czyli rodzicu wyloguj się!  
233

Rozdział 10  
Rodzic to nie aplikacja,  
czyli porzućmy schematy działania  
251

Rozdział 11  
Dziecko chce psa,  
czyli po co rozmawiać z dzieckiem?  
258

Rozdział 12  
Tabu, czyli czy i jak rozmawiać  
z dziećmi o seksie?!  
273

ZAMIAST ZAKOŃCZENIA  
Ćwiczenie na szacunek  
293

WSTĘP,

## czyli o czym będzie rozmowa?

CISZA! Wracamy do domu zmęczeni i to nam odpowiada. Dziecko jest zajęte: gra, siedzi w sieci, sprawdza coś w telefonie. Nie zanudza nas opowieściami ze szkoły, nie opowiada o kolegach. Mamy spokój. Kiedy było małe, dawaliśmy mu telefon z bajeczkami i prostymi gramami – i też mieliśmy spokój! A gdy się bawiło, a potem, gdy odrabiało lekcje, siadaliśmy przy nim ze smartfonem lub laptopem w ręce i zajmowaliśmy się swoimi sprawami. **No i teraz mamy... CYFROWE DZIECKO!**

Pewnego dnia, kiedy zawodzi światłowód osiedlowy, a internet w telefonie nie działa tak jak powinien, zauważamy, że dziecko jakoś niechętnie z nami rozmawia. Szczerze mówiąc, i my, rodzice, nie mamy sobie za wiele do powiedzenia.

Innym razem postanawiamy spędzić czas z dzieckiem, na przykład pojeździć wspólnie na rowerach. Ono jednak nie chce wyjść ze swojego pokoju. A kiedy mówimy, żeby wyłączyło komputer lub telefon – złości się. Co robić? Schować „komórkę”, zabronić grania? Z jakim skutkiem?! Żyjemy przecież w świecie technologii cyfrowej, przenośnych komunikatorów. Tego już nie zmienimy. Nie spychamy więc naszego dziecka na margines cywilizacji i społeczeństwa!

**Rozsądniej jest wybrać inną drogę – od początku towarzyszyć dziecku w internecie**, tak jak towarzyszymy mu na meczach czy szkolnych zabawach. **Możemy wówczas je chronić i wychowywać, jednocześnie przekazując ISTOTNE WARTOŚCI**, czyli te, które pomogą mu być człowiekiem w świecie technologii, sztucznej inteligencji i postrzeczliwości.

Jesteśmy dziś naszym dzieciom potrzebni może nawet bardziej niż dawniej **DO ROZMOWY**. Nie ma już podwórek z trzepakami, gdzie mogłyby nawiązywać relacje z rówieśnikami, bawić się, przyjaźnić czy spierać. Dzieciom potrzebne są dobre rozmowy z nami, bo **pierwszy raz w historii dzieci (i dorośli) wchodzą w relacje nie tylko z innymi ludźmi, lecz także z urządzeniami**. Smartfon to nie jest takie samo urządzenie, jak radio czy telewizor, **twierdzi dr TOMASZ SREBNICKI**, psychoterapeuta dzieci i młodzieży, z którym napisaliśmy książkę *Niezwykły rodzic\** i który był jednym z bohaterów *Dekalogu szczęścia\*\**. Nie ma co temu zaprzeczać, warto zastanowić się, co to dla nas – rodziców znaczy, że nasze dziecko nawiązuje relację ze swoim smartfonem?

Ta książka to zbiór rozmów z ekspertami o tym, w jaki sposób... rozmawiać. Przytaczamy wiele przykładów, **jak mówić i słuchać dzieci**. Zarówno wtedy kiedy kilkulatek boi się potwora pod łóżkiem, jak i wtedy, kiedy ma 16 lat i potrzebuje pisemnej zgody rodzica, by mieć kolczyk w wargach sromowych. Przykłady mogą okazać się bardzo przydatne, bo dziś wszyscy mamy coraz większy problem z rozmawianiem.

\* Beata Pawłowicz, Tomasz Srebnicki, *Niezwykły rodzic*, Wydawnictwo Zwierciadło, Warszawa 2019.

\*\* Beata Pawłowicz, *Dekalog szczęścia*, Wydawnictwo Zwierciadło, Warszawa 2011.

Dzieje się tak zapewne dlatego, że coraz mniej dostrzegamy okazji, aby wymieniać się myślami i wrażeniami z drugim człowiekiem, twarzą w twarz – face to face. Możemy więc nawet nie podejrzewać, co jest najważniejsze w rozmowie, która ma **wzmocnić więź z naszym dzieckiem**. **Możemy nie wiedzieć, jak mówić i słuchać cyfrowego dziecka**. **A jak odbudować relację z dzieckiem, które zamiast mówić woli klikać?** O aktywnym słuchaniu i innych zasadach dobrej rozmowy, a więc takiej, która wspiera rozwój dziecka, opowiada **dr TOMASZ SREBNICKI**.

**Dobre rozmowy mogą pomóc ustrzec dzieci przed wieloma zagrożeniami, m.in. przed uzależnieniem.**

Bo relacja z urządzeniem może uzależnić. Jak chronić dziecko przed **sieciologizmem, fonologizmem czy FOMO** (ang. *fear of missing out* – lęk przed tym, że coś ciekawego może nas ominąć, wydarzyć się bez naszego udziału)? Jak wyznaczyć **zdrowe zasady korzystania z elektroniki** w domu? Kiedy dać pierwszy raz dziecku do ręki telefon? Odpowiedzi udziela specjalista od sieciologizmu, psychoterapeuta, **PIOTR SARNOWSKI**.

**Rozmowa to też lekarstwo. Rodzic, który umie aktywnie słuchać i akceptować to, co dziecko przeżywa, może ochronić je przed rozwojem depresji, anoreksji, powstrzymać przed podejmowaniem prób samobójczych, samookaleczaniem się, a nawet zahamować rozwój zaburzeń osobowości typu borderline.** O tym, jak rozmawiać z dzieckiem, które jest szczególnie wrażliwe, opowiada specjalistka psychoterapeutka **MAGDA AUGUSTYNIAK**.

**Zarówno dziecko cyfrowe, jak i analogowe, pyta rodzica o seks, o anatomię.** Żeby mu odpowiedzieć, nam samym potrzebna jest wiedza o seksualności dzieci. W pigułce podaje ją **BIANCA-BEATA KOTORO**, psychoterapeutka i psychoseksuologka, autorka książek dla rodziców na tzw. trudne tematy.

A co, jeśli to rodzic zamieszkał w cyfrowym świecie? Dopiero kiedy sami **przetniemy „pępowinę” łączącą nas ze smartfonami**, nasze dzieci też to zrobią. Warto dowiedzieć się, co możemy zyskać na tym, że zaczniemy częściej wyłączać telefon czy laptop? Ta książka jest próbą odpowiedzi i na to pytanie.

„Po co rozmawiać z dzieckiem?” – usłyszałam od pewnego ojca. „Sprawdzam, czy dzieciak ma wszystko, co trzeba, a jak ma, to gra gitara! O czym tu gadać?” Kończąc pisanie tej książki, wiedziałam, że dzieci potrzebują przede wszystkim rodzica, który je słyszy i wspiera w tym, co one przeżywają i czują. W dzieciństwie ze mną rozmawiano, ale nie były to dobre rozmowy. Wciąż więc się uczę, jak słuchać i nie zaprzeczać temu, co inni czują lub myślą. Warto, bo to słowa, mocniej niż karty kredytowe, prestiż czy sukces, budują dom bezpieczny i pełen miłości.

## DWA JĘZYKI, DWA ŚWIATY

**Beata Pawłowicz: Rodzice i dzieci często miewali problemy z dogadaniem się. Ale dziś „wychowany analogowo” ojciec, musi znaleźć wspólny język z synem należącym nie tylko do innego pokolenia, ale i do świata elektronicznych, mobilnych komunikatorów. Czy dziś jest trudniej być rodzicem?**

**Dr Tomasz Srebnicki:** Ojciec taki jak ja, a dodam, że mój syn ma 10 lat, napotyka wszystkie stare problemy, jakie zawsze mieli rodzice. Ale też staje przed nowymi wyzwaniami. A te biorą się stąd, że szeroko pojęte media utwierdzające

nas w przekonaniu, że są niezbędne, w sposób całkiem niekontrolowany, natarczywy, skomercjalizowany – wkraczają w świat relacji rodzica i dziecka. I to wkraczają nie tylko jako narzędzia komunikacji. Pierwszy raz w historii ludzkości mamy do czynienia z takim zjawiskiem, że człowiek pozostaje w bardzo silnej relacji z narzędziem, którym się posługuje.

### **Jesteśmy w relacji z telefonami? Tak jakby były żywymi istotami?**

Zacznijmy od tego, że mamy do czynienia z narzędziami uniwersalnymi, które swoimi możliwościami pokrywają w zasadzie cały obszar funkcjonowania człowieka. Kontakt z nimi dostarcza więc dziecku niezwyklej rozrywki i to w ilości nieograniczonej i dostosowanej do niego samego, do jego potrzeb. Więcej nawet – potrafią wzbudzać w dziecku kolejne potrzeby. Kontakt z tymi urządzeniami umożliwia pozostawanie w relacji z innymi dziećmi, zdobywanie informacji i doświadczanie przyjemności. To urządzenia ofiarują też dziecku niezwykle silne poczucie bezpieczeństwa i kontroli, gdyż grę można wyłączyć, a z forum można wyjść, kiedy tylko zadzieje się coś, co się dziecku nie spodoba. Co więcej smartfony, komputery itd. bez żadnych konsekwencji pozwalają na wielokrotne powtarzanie tych samych błędów. Gry dają możliwość posiadania nieskończonej ilości „żyć”. No więc relacja ze smartfonami jest szalenie atrakcyjna i dlatego dzieci ją nawiązują.

Chciałbym to powtórzyć – w epoce cyfrowej mamy do czynienia nie tylko z relacjami między rodzicami i dziećmi, ale też między dziećmi i telefonami. Jest więc trochę tak, jakbyśmy byli rodzicami nie tylko dziecka, ale też smartfona, z którym nasze dziecko jest w relacji.

## WYCHOWUJEMY DZIECKO I JEGO TELEFON

**To bardzo błyskotliwe stwierdzenie, że jesteśmy rodzicami nie tylko naszych dzieci, ale też ich smartfonów?!**

Dziękuję! A więc powtórzę: nasze dzieci i my sami także jesteśmy w stałej i wiernej relacji z urządzeniami elektronicznymi. Wystarczy popatrzeć na to, jak dbamy o telefony, jak zabiegamy, aby mieć stały dostęp do prądu i ładowarki, a zgodzimy się z tym, że łączy nas z nimi silna relacja.

**Nazywasz relacją staranie o to, żeby moje urządzenie działało?**

Relacja z telefonem nie odbywa się na poziomie: „kocham swój telefon”, ale na poziomie zaspokajania wielu twoich potrzeb, a między innymi poczucia bezpieczeństwa.

Przed chwilą mój syn zadzwonił do mnie i to kilkakrotnie, bo czuł się zaniepokojony: pierwszy raz sam wracał ze szkoły. Odważył się na to, ponieważ miał telefon.

**Bo mógł do ciebie zadzwonić?!**

Dzięki telefonowi mógł w każdej chwili poczuć się bezpieczny, nawiązując relację ze mną. To prawda, że dzięki telefonowi może być w każdej chwili bliżej taty. Ale tu chodzi o coś więcej! Telefon dałby Maksowi poczucie bezpieczeństwa nawet gdybym nie odebrał. W telefonie ma gry i piosenki, które pomogłyby mu się uspokoić. W telefonie ma też moje zdjęcie i zdjęcie mamy. W telefonie jest GPS, który zaprowadziłby go do domu. A więc telefon oferuje tak wiele, że między tym urządzeniem i dzieckiem powstaje relacja. Maks daje za to

telefonowi prąd, swoją uwagę i przywiązanie, bo nosi go ze sobą. Zaprzeczanie temu nie ma sensu, bo to jest fakt. Lepiej przyjąć tezę o bezradności rodzica wobec naporu techniki i zaprzestać nieustającej walki o to, aby tę technikę ograniczać. Lepiej uznać, że to pokolenie i następne będą w relacji z urządzeniami. I że świat związków między ludźmi będzie światem równoległym i równorzędnym. Ani lepszym, ani gorszym.

**Mamy uznać, że nasze dziecko żyje w dwóch światach: w świecie relacji na żywo, face to face oraz w świecie relacji ze swoim telefonem, komputerem?**

Tak. W budowaniu relacji z dzieckiem lepiej jest uznać pewne okoliczności, choć mogą się nam nie podobać, choć możemy uznawać je za szkodliwe, za niewłaściwe w odniesieniu do naszego doświadczenia życiowego. Możemy uważać, że relacje twarzą w twarz są najważniejsze. Obawiam się jednak, że psioząc i zwalczając to co nieuniknione tylko pogarszamy naszą komunikację z dzieckiem, bo ono po prostu należy do pokolenia cyfrowego.

**Czyli „gadać” z dzieckiem przez esemesy, siedząc razem przy kolacji?**

Rozumiem, że jest to pytanie o charakterze prowokacyjnym. Odpowiem: oczywiście, że nie. Ale też dodam, że ja bym zaprosił telefon mojego dziecka na tę kolację. Niech leży – wyłączony. Dziecko nie może po niego sięgać podczas posiłku. Podobnie jak rodzice też nie mogą bawić się wtedy swoimi smartfonami. Ale niech z nami przy stole będą.



## Telefon ma z nami jeść?!

Może, bo za najważniejsze zadanie stojące dziś przed rodzicami jest stwarzanie dziecku warunków do budowania relacji face to face z nimi i z innymi ludźmi. A to będzie bardzo trudne, jeśli będziemy kazali dziecku wybierać, jeśli będziemy negować jego relację z telefonem.

Dlatego w naszej książce wiele miejsca poświęcimy temu, jak rozmawiać, jak słuchać, jak budować zdrową relację live (na żywo) z własnym dzieckiem. A dziś jest to niezmiernie ważne, bo jeśli się nam uda, to wówczas nic, co płynie z mediów dziecku nie zagrozi.

Relację live należy, w mojej ocenie, traktować jako równorzędną do relacji dziecka z telefonem, bo też taka postawa ułatwia nam rozmowę z nim na żywo.

które ma w telefonie, albo coś tam sprawdzić. Dlaczego? Bo będzie dążyło do podtrzymania relacji z tym urządzeniem, a więc do kontaktu z nim...

## Wciąż mi się w głowie nie mieści, że możemy mieć relację z urządzeniem.

Porozmawiajmy więc o japońskim fenomenie kupowania lalek, z którymi mężczyźni mieszkają. Nie są to lalki do seksu. Są to lalki, które mężczyźni ubierają, sadzają przy stole, jedzą z nimi, oglądają telewizję. Mają one kilka funkcji relacyjnych, na przykład tych mężczyzn komplementują, mówią im miłe rzeczy. No i oni są zachwyceni.

## Czemu o tym mówimy?

Bo to także element nowego zjawiska – budowania relacji ludzi z urządzeniami. A wracając do rysowania. Jeśli jest ono przedstawione jako alternatywa dla telefonu, to dziecko z pewną dozą frustracji, lecz jednak będzie rysowało, i dzięki temu budowało relacje z bliskimi, którzy z nim rysują. Bo rysowanie kredkami na papierze czy opowiadanie o piasku to właśnie elementy budowania rzeczywistych relacji. Jeśli jednak dziecko dowie się, że nie wolno mu sięgnąć po telefon, to zapewne poczuje się zbyt sfrustrowane, by skupić się na rysowaniu, czyli także na relacji z tymi, którzy siedzą obok. Co więcej, świat i tak sprawi, że będzie musiało wziąć telefon do ręki, bo choćby babcia zadzwoni. A więc przez cały czas tego rysowania będzie czekać na jakiś pretekst, zamiast cieszyć się z zabawy z dorosłymi.

Może warto dodać, że telefony, komputery, e-booki itd. nie zostały stworzone przez kosmitów, lecz przez ludzi, którzy też byli dziećmi, i którzy też mają emocjonalne potrzeby.

## TERAZ RYSUJEMY

**Kiedy przyjechała do nas z wizytą 10-letnia dziewczynka, powiedziałam: „Odłóżmy telefony, będziemy bawić się razem”. No i rysowałyśmy. Po jakiejś godzinie dziewczynka wzięła telefon do ręki mówiąc, że chce zadzwonić do mamy. No oczywiście, może. A potem znów: „Ciociu, chcę ci pokazać zdjęcie pieska”. „A może opowiedz mi, jak piesek wygląda, narysuj go?”**

Zasady mogą być wprowadzane, nawet powinny, ale ich efekt zależy od tego, czy są oparte na zanegowaniu relacji dziecka z telefonem, czy na budowaniu relacji równoległej? Jeśli na negacji, to dziecko będzie kombinować, czyli powie, że chce zadzwonić do mamy. Albo będzie chciało pokazać zdjęcia,

Interface tych urządzeń jest atrakcyjny, bo też ma wymiar ludzki, interakcyjny w dużej mierze.

**Chcesz przez to powiedzieć, że relacja z telefonem – sama w sobie – nie przeszkadza w dobrej zabawie i rozmowie z rodzicami w pokoju po kolacji?**

Właśnie.

## W SAMOCHODZIE

**Mój przyjaciel mówi: „Kiedy jadę gdzieś z dziećmi samochodem, nie możemy porozmawiać, bo one odpalają telefony”.**

Bardzo chętnie narzekamy na to, na co wypada ponarzekać. Ale czy my chcemy wchodzić w interakcję z dzieckiem? Zwłaszcza gdy nie mamy konkretnie o czym z nim rozmawiać? Nie mamy, no i co? No właśnie i my, i dziecko unikamy sytuacji, w której moglibyśmy razem się po prostu ponudzić! A szkoda, bo wówczas byłaby też przestrzeń na budowanie między nami prawdziwej zażyłości, bliskości. Przecież gdyby dzieci nie włączyły smartfonów, mogłyby razem z tatą przez okno auta popatrzeć na świat! Wspólnie doświadczać tego, co się dzieje wokół. Pomilczeć, pobyć sobie razem, poziewać. A po chwili skomentować to, co widzą, pośmiać się z tego lub pozachwycać. Ale jeśli nigdy tego dzieciaki nie robiły, jadąc z tatą czy z mamą autem, to tego nie umieją.

Nie są w stanie zaakceptować nudy podczas jazdy z ojcem ani w żadnej innej sytuacji, bo są wyuczone, że nuda jest zła, że

musi trwać jak najkrócej. Dlatego szybko włączają telefon. A telefon non stop stymuluje im mózg. No i zabija nudę.

**Czemu unikamy nudy, braku stymulacji, jak to nazywasz?**

Mózg ludzki nie lubi braku aktywności. Dziecko jest w stanie nudzić się 15 minut, a potem wynajduje coś, co będzie je stymulować. A więc nuda jest warunkiem pomysłowości, kreatywności, motywacją do podjęcia aktywności ruchowej i umysłowej poprzez uruchomienie wyobraźni. Jeśli jednak w kontaktach z dzieckiem doprowadzimy do tego, że urządzenie elektroniczne staje się wiecznym stymulatorem, to nuda bardzo dziecko frustruje i nie ma mowy, żeby wysiedziało te 15 minut, gapiąc się w krajobraz za szybą auta. Nawet gdybyśmy chcieli, żeby tego spróbowało, nie naciskamy, bo jeśli zechcemy odciągnąć je od telefonu, czuje się tak źle, że wybucha złością. Dajemy więc spokój, jednak to bardzo niedobrze, kiedy elektronika jest jedynym, permanentnym źródłem pobudzającym umysł dziecka. Tymczasem, kiedy ma ono telefon, nie odczuwa potrzeby poszukiwania innych bodźców, czyli używania wyobraźni czy rozwijania motoryki, tak jak myśmy to robili, kiedy byliśmy dziećmi.

**O tym, jakie skutki dla mózgu ma wieczne siedzenie przed ekranami, piszemy w jednym z rozdziałów.**

Za krótko moim zdaniem obserwujemy wpływ mediów na mózg, aby móc coś jednoznacznie stwierdzić. Ale jedno jest oczywiste – jeśli mózg nie jest stymulowany poprzez aktywność fizyczną, grę w piłkę, wspinanie się na drzewa czy układanie klocków, czyli kiedy dziecko nie poznaje świata wszystkimi zmysłami, to rozwija się gorzej. Jego mózg do prawidłowego rozwoju potrzebuje stymulacji wszechstronnej, związanej

także z ruchem ciała, co nie znaczy, że czasem nie można się razem ponudzić i porozmawiać z dzieckiem face to face.

## CYFROWY OJCIEC

### **Jesteś ojcem cyfrowym, bo grasz z synem, towarzyszysz mu w jego podróżach i przygodach w sieci!**

To prawda, nie walczę z rzeczywistością, z elektroniką. Tak jak mówiłem, uznaję, że żyjemy w świecie, w którym człowiek, a więc i dziecko, może mieć relację także z urządzeniem. Nie chcę skazywać mojego syna na życie w rezerwacie analogowej komunikacji. Dlatego staram się nauczyć poruszania w świecie cyfrowym, w którym, czy tego chcę czy nie, mój syn będzie żył. Montuję z Maksem modyfikacje różnych gier, podążam za youtuberami, których on lubi oglądać, razem dajemy „donejty”, czyli wspieramy ich finansowo. Chodzimy razem z Maksem oglądać sprzęt komputerowy, rozbudowujemy jego sprzęt. Teraz planujemy kupić nowe monitory do jego pokoju...

#### **Monitory?**

Tak, bo youtuberzy zazwyczaj mają dwa połączone w półkolu. Na jednym wyświetlają czaty, a na drugim live, czyli transmisje z gier, w które grają na żywo, i wokół których gromadzi się całe mnóstwo dzieciaków.

#### **Nie boisz się, że to pierwszy krok do uzależnienia?**

Nie mam takich obaw. Jeśli mam mówić o swoich motywacjach, to istnienie mojego syna na ziemi traktuję jako okazję

do własnego rozwoju. To jest trudna droga, łatwiej byłoby mi uznać, że portale to samo zło i opowiedzieć synowi o uzależnionych od sieci dzieciach, czy też pokazać mu filmy, takie jak *Sala samobójców*. Moim zdaniem jednak powodem nieszczęść, o których one mówią, nie jest sama technologia. Do tego tematu wrócę. Na razie chciałbym podkreślić, że mamy do czynienia z pewnym naporem technologii. I ja przyjmuję, że nie pokonam tego naporu oraz funkcji tej technologii, uniwersalizmu tej technologii.

#### **Zawracanie kijem Wisły...**

To mój poprzedni samochód zainspirował mnie do rozszerzenia perspektywy w patrzeniu na relacje między ludźmi i urządzeniami. On mnie nieustannie prosił o uwagę. I to nie dlatego, że się psuł. Wciąż czegoś chciał, a to ustawienia nawigacji, a to mnie informował, że zbliżamy się do innego samochodu albo że zjeżdżam z pasa. A więc mnie chronił, szanował i dbał o mnie. Ponieważ to mnie bardzo absorbowało, musiałam z nim wejść w relację. Ale to nie była dobra relacja, bo go nie lubiłem, był twardy i dużo palił. I powiem ci, że tylko te moje niespełnione techniczne oczekiwania wobec niego spowodowały, że nie zacząłem z nim gadać.

#### **Poczułeś dzięki temu samochodowi, że relacja może połączyć cię z urządzeniem?**

Ten samochód pozwolił mi dostrzec możliwości budowania relacji z urządzeniami elektronicznymi. Przedtem myślałem, że one potencjalnie uzależniają i trzeba ograniczać dostęp do nich, jak do wódki czy narkotyków. Zwłaszcza dzieciom i młodzieży. Jednak potem doszedłem do wniosku, że tak nie jest. Aby jednak w pełni ten pogląd ukształtować, a przy tym