



GRUDZIEŃ 2015

Śmigło

KRAKOWSKI MAGAZYN MŁODYCH



**Duża
rodzina**

**My
i rodzice**

**Prezenty
na święta**

Świat według Kami

Mam na imię Klementyna. Dla przyjaciół Kami. Energia wylewa się ze mnie o każdej porze dnia i nocy. Fotografuję, czytam, piszę wiersze. Znajomi mówią, że jestem wszędzie, zresztą tak jak moje rude loki. Na blogu kreuję własną rzeczywistość. Tu mogę odetchnąć i nabrać powietrza na następne szalone akcje. Zapraszam, poznajcie mój świat...

5 grudnia 2015

Mówisz „grudzień”, myślisz – święta! Razem z pierwszymi płatkami śniegu zaczyna się wielka świąteczna gorączka. Najpierw mikołajki, potem Boże Narodzenie, a w końcu sylwester i Nowy Rok. Czasami sobie myślę, że fajnie, że jest taka przerwa. Niby zimno (nienawidzę zimy!), a jak się umówię z dziewczynami i siedzimy przy kominku... No dobra, zwykle to tylko kaloryfer, ale i tak jest cudownie.

Już jutro mikołajki. W klasie mieliśmy losowanie, kto dla kogo przygotuje prezent. W podstawówce nie organizowaliśmy czegoś takiego, więc to było dla mnie nowe wyzwanie, żeby wymyślić coś fajnego. Zgadnijcie, kogo wylosowałam. Nie, nie Liwię. Nie miałabym problemu, żeby coś dla niej wymyślić. To najbardziej stuknięta osoba, jaką znam. Ucieszyłby ją nawet kilogram sera albo blender!

Miałam o wiele trudniejsze zadanie. Karol. Przyjaciół Tomka. Zapalony metalowiec. Ma blond włosy do pasa, chodzi w spodniach moro i glanach. Nieraz miał problemy przez nieprzebieranie butów w szatni, hi, hi. No i co mu kupić? Początkowo nie miałam pojęcia, co mogę mu dać; nie mogłam wylosować kogoś innego?! Kogokolwiek, najlepiej jakiejś dziewczyny, byle nie jego... Ale stało się. Nie pozostało mi nic innego, jak tylko pogadać z... Tomkiem.

Po ostatniej przygodzie u Liwii wiele się zmieniło. Odpisał. Jejuu... Tak się tym

stresowałam, nie wyobrażacie sobie tego. Okazało się, że to nic strasznego. Serio. Rano, gdy znowu włączyli prąd, zerknęłam na fejsa, a tam czekała nowa wiadomość.

– No dalej, czytaj! – pospieszała mnie przyjaciółka.

– Już, już... – Na szczęście nie był aktywny i nie mogła mnie zmusić do kontynuowania rozmowy. Uff.

– No dobra, już czytam, słuchaj: „Hej, co tam? Jesteś? Halo?” Koniec. Nic takiego nie napisał...

– No widzisz, gdyby mu nie zależało, to by w ogóle nie odpisał! – Liwię ogarnęło jakieś szaleństwo. Czasami się zastanawiam, czy ona przypadkiem nie potrzebuje psychiatry. – Patrz, może gdybyś się bardziej interesowała jakimś głębszym przestaniem i interpretacją, nie byłabyś taka głucha na jego wotania o miłość!





– Haha, Liwia, jaja sobie robisz? Skąd w tobie taka poetka i romantyczka, co? Wygląda na to, że Mateusz ma na ciebie taki wpływ.

– Nie robie sobie jaj. Serio mówię. Patrz! Zalogowałam się. Teraz już się nie wymigasz, pisz!

– No okej... – odpowiedziałam z udawaną obojętnością; tak naprawdę sama chciałam do niego napisać. Przez noc miałam czas, by się nad tym zastanowić, przecież takie śmianie się z pisania do kogoś jest wybitnie dziecinne. Powinnam podejmować dojrzałe decyzje, a nie zachowywać się jak dzieciak, co nie?

– To ja się pójdę umyć i ogarnąć, a ty potem mi zdasz relację, okej?

– Okej – powiedziałam, gdy moja przyjaciółka była już na drugim końcu pokoju. Zaczęliśmy czatować. Nie powiem wam, o czym pisaliśmy, w każdym razie później byłam w wyjątkowo dobrym nastroju. Liwia puściła muzykę i tanecznym krokiem poszłyśmy zjeść śniadanie. To była wspaniała noc. Od wtedy czatowałam z Tomkiem dość często. Nawet Liwia nie wiedziała o każdej rozmowie.

Teraz, gdy chciałam go prosić o jakieś info na temat Karola, miałam całkiem niezły pretekst do spotkania. Sam zaproponował, żebym do niego wpadła. Przecież nie mogłam odmówić. W piątek po lekcjach szybko się przebrałam, poprawiłam loki, pociągnęłam rzęsy tuszem i wybiegłam z domu, mówiąc mamie, że wrócę później.

– Tylko nie randkuj zbyt długo! – krzyknęła moja rodzicielka.

– Ej, mamo! Pa! – Odwróciłam się z obrażoną miną i wybiegłam na autobus.

Przywitał mnie w drzwiach, serce zabiło mi mocniej, gdy zobaczyłam go w domowym dresie, ale nie datam nic po sobie poznać.

– Hej.

– Cześć, wejdz – powiedział z uśmiechem. – Chcesz coś do picia?

– Masz kawę? – Kiwnął głową. – To chętnie.

– Już się robi.

Podał mi kawę (z lodami!) i usiedliśmy na kanapie.

– Myślałaś już, co mu kupić?

– Zastanawiałam się nad jakąś płytą. Może wiesz, jakich zespołów słucha?



– Tak, ale mam lepszy pomysł... Nagraj mu płytę jego własnego zespołu, co? Na pewno pociśnie bekę. Do tego jakieś babcine skarpety i mikotaj czekolado-podobny, hmm?

– Hahaha, na serio tak myślisz?

– Serio, serio.

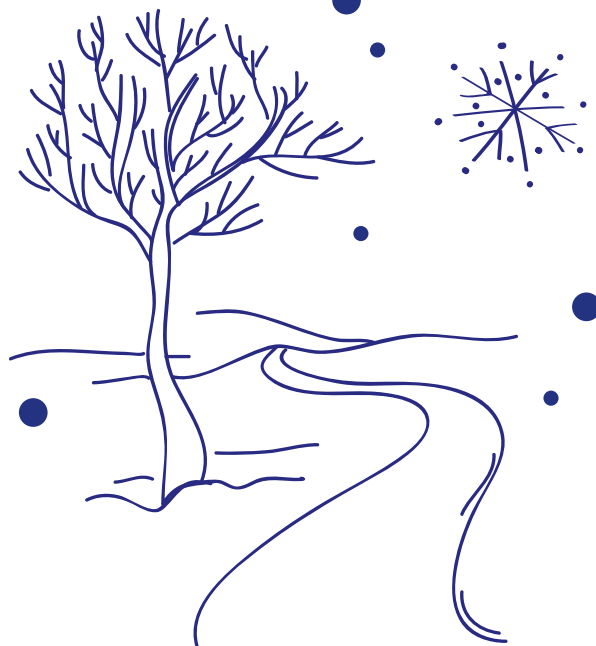
– Hm, a może jeszcze czegoś poszukamy w necie?

– Jasne, czemu nie – odpowiedział Tomek – Tylko wezmę laptop.

Gdy tak przeszukiwaliśmy różne strony, po jakimś czasie poczułam, że mnie obejmuje. Wtedy coś się zmieniło... Posiedzieliśmy jeszcze chwilę i musiałam wracać.

Zaśnieżona droga do przystanku wcale mi nie pomagała w przemyśleniu tego, co się właśnie stało. Może Liwia jednak miała rację?

 Tekst: Ania Bojdo



Projekt „Młody Kraków – Młode Media”, a wraz z nim magazyn „Śmigło”, otrzymał nagrodę Europejskiej Sieci Miast Przyjaznych Dzieciom w Stuttgarcie w roku 2011.

Wydawca:
Wydział Spraw Społecznych Urzędu Miasta Krakowa
os. Centrum C 10, 31-931 Kraków

Adres redakcji:
Dzienny Ośrodek Socjoterapii „Na Mogiłskiej”
ul. Mogińska 58, 31-545 Kraków

Kontakt z redakcją:
tel. 12 616-78-10, e-mail: redakcja@mlodziez.info

Redaguje zespół: Tomasz Talaczyński (redaktor naczelny), Klaudia Piotrowska (sekretarz redakcji), Maciek Wnęk, Jadzia Uljasz, Beata Puchalska, Mateusz Ciochoń, Wiktoria Dziedzic, Anna Bojdo, Kamila Kucia, Alicja Bil, Jacek Liberacki, Natalia Niedbała, Mateusz Talaczyński

Opracowanie graficzne, pomoc redakcyjna i korekta:
Pracownia Register, ul. Halczyna 7, 30-086 Kraków,
tel. 12 378-48-33, e-mail: info@pracowniaregister.pl
www.pracowniaregister.pl Dominika Marzec, Katarzyna Zalewska, Marta Zabłocka, Karolina Korbut

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo ich skracania, zmiany tytułów oraz redakcyjnego opracowywania tekstów przyjętych do druku. Fotografie zamieszczone w magazynie są ogólną ilustracją tekstów, nie zawsze przedstawiają bohaterów artykułów.

RAZEM
ODPOWIADAMY
CIĘŻAR
WSPÓLNEJ
PRACY
JAK
WŁASNY
ANALIZOWANIE
TAK
BUDUJEMY

**Młody
Kraków**



Program „Młody Kraków” jest kontynuacją realizowanego od 1999 roku w Krakowie Miejskiego Programu Przeciwdziałania Przemocy Młodzieży (MPPPM). Adresatem programu są dzieci i młodzież w wieku szkolnym oraz środowiska związane z ich codziennym życiem, edukacją, wychowaniem i czasem wolnym.

Program „Młody Kraków” realizowany jest w Urzędzie Miasta Krakowa przez Referat ds. Młodzieży i Seniorów (Wydział Spraw Społecznych) przy współpracy ze Społecznym Doradcą Prezydenta Miasta ds. Młodzieży ks. Andrzejem Augustyńskim CM.

Magazyn powstaje we współpracy ze Stowarzyszeniem „Siemacha”.



W rodzinnej atmosferze



Zbliżają się święta, a wraz z nimi długie godziny spędzone przy wigilijnym stole w otoczeniu góry jedzenia i... bliskich. Duże rodzinne zjazdy, a może bardziej kameralne spotkania tylko z dziadkami? Niezależnie od tego, ilu nas się spotka, święta będą wyjątkowe. Nawet jeżeli czasem jest pod górkę, jeżeli trudno porozumieć się z rodzicami, to wystarczą chęci i zastosowanie się do kilku prostych wskazówek, które przedstawiamy, by był to prawdziwie magiczny czas zgody i zrozumienia (i żeby został taki na dłużej!). Media zalewają nas obrazami idealnej rodzinki, w której pozornie nie ma żadnych problemów. Nie każdy dom taki jest, ale może się taki stać! Jak sprawić, żeby atmosfera przy świątecznym stole nam nie ciążyła, aby wręczanie prezentów było przyjemnością, a nie przykrym obowiązkiem? Dogadanie się z rodzicami wcale nie jest takie trudne, a – uwierzcie mi – przynosi wiele korzyści i radości! W grudniu spotkajmy się, by jak co roku przysiąc z resztą domowników i razem śmiać się z przygód Kevina, który znów został sam w domu na święta. Życzę Wam, aby nikomu nie przytrafiła się taka historia i aby każdy czuł się potrzebny i kochany. Wesołych świąt w RODZINNEJ atmosferze!

Ania Bojdo

Nowych nadziei, wielkich odkryć i sił,
które pokonują trudności
na czas Świąt Bożego Narodzenia i rok 2016
Czytelnikom, Współpracownikom i Przyjaciółom

życzą Redaktorzy „Śmigła”

SPIS TREŚCI

TEMAT NUMERU

- 5 12 typów rodziców, które zna każdy z nas
- 6 My i rodzice. Czy potrzeba nam tłumacza?
- 7 7 zasad skutecznego nastolatka
- 8–9 Szczera rozmowa jest podstawą dobrych relacji
- 10 Mamusiu, muszę Ci kogoś przedstawić...
- 11 Rozwód rodziców
- 12–13 Z rodziną przez świat
- 14 Duża rodzina – kłopot czy szansa?
- 15 Rodziny w filmach
- 16–17 Prezenty na święta nie muszą być nudne!

STREFA ROZRYWKI

- 2–3 Świat według Kami
- 18 Recenzja książki Jay Asher – *Trzynaście powodów*
- 18 Sudoku
- 19 Hoł, hoł, hoł...



TYPÓW RODZICÓW, które zna każdy z nas

TEMAT NUMERU

Każdy z nas czasami kłóci się z rodzicami. Z pewnością obserwujecie pewne specyficzne, denerwujące, a niekiedy nawet zabawne zachowania swoich „staruszków”. Oto lista niektórych z nich.

Droży rodzice, potraktujcie ten tekst z przymrużeniem oka.

WAŻNIACY Jeśli mają wysłać dziecko do szkoły, to tylko do prywatnej. W publicznych przecież dzieją się „niesłychane rzeczy”. W planie lekcji pociechy nie może zabraknąć niezliczonej ilości zajęć dodatkowych i korepetycji. W przyszłości na pewno przyda ci się przecież umiejętność gry na okarynie czy znajomość języka fińskiego.

INKWIZYCJA Najchętniej zamknęliby cię w pomieszczeniu bez klamek i okien, bylebyś pomnażał swoją wiedzę w każdej minucie wolnego czasu. Jeśli dostałeś złą ocenę, możesz zapomnieć nawet o wyściubieniu nosa na zewnątrz. Co rozumiemy przez złą ocenę? Oczywiście wszystko poniżej czwórki z plusem.

NIĄŃKI Możesz zapomnieć o wszelkich klasowych wyjazdach i szeroko pojętej wolności. Świat zewnętrzny jest zły i niebezpieczny i tylko rodzice wiedzą, co dla ciebie najlepsze. Przynajmniej tak sądzą.

PRACOHOLICY Widujesz ich w najlepszym wypadku raz na tydzień. Dom traktują jak hotel, ciebie jak sąsiada, a kubek kawy i laptop z najnowszymi raportami jak największą miłość swojego życia. Najważniejsze to pięć się po szczeblach kariery. Pytanie: co potem?

KUMPLE Wspomogą dobrą radą i pogadają z tobą bez oporów na każdy, nawet najbardziej krępujący temat. Ten gatunek rodzica należy do najrzadszych.

INWIGILATORZY O twoim życiu chcą wiedzieć wszystko w najdrobniejszych szczegółach. Najchętniej sami dobiegaliby ci znajomych. Jeśli ktoś im się nie spodoba, prawdopodobnie skończy spalony na stosie albo w piecu Baby-Jagi. Nie wspominajmy lepiej o ewentualnym chłopaku lub dziewczynie...

LUZACY Zwolennicy bezstresowego wychowania. Ufają ci bezgranicznie, żeby nie powiedzieć, że za bardzo. Są przekonani, że życia najlepiej nauczysz się na własnych błędach. Nie jestem jednak przekonana, czy ten sposób działa w każdym przypadku.

AMBITNI Od dziecka kładą nacisk na to, byś miał dobre oceny w szkole. Mają zaplanowaną całą twoją przyszłość – szkoły i uczelnie, do których pójdziesz, kierunek studiów, który wybierzesz, twój przyszły zawód (najlepiej lekarz lub prawnik, bo to rodzinne). W twoim życiu nie ma miejsca na spontaniczność czy własne aspiracje i marzenia, chyba że lubisz kłótnie z rodzicami.

CYKLOPI Mają swoje oczko w głowie. Możesz nim być ty, wtedy twoi rodzice to również typ niańki, a jeśli masz rodzeństwo, zazwyczaj jest nim najmłodszy lub najstarszy berbec w waszej rodzinie. Gdy jesteś najstarszy, to zazwyczaj ty jesteś winien wszelkich katastrof w domu, powinienes dawać młodszemu rodzeństwu przykład, służyć mu radą i pomocą. Gdy najmłodszy – odwrotnie, to starszy brat lub siostra są ci stawiani za niedościgniony wzór. Często pada klasyczne zdanie: „Gdy on/ona był/a w twoim wieku, to nie było z nim/nią żadnych problemów”.

DYKTATORZY Restrykcyjni i surowi niczym konstytucja Korei Północnej. Gdyby mogli, budziliby cię o czwartej nad ranem dźwiękiem trąbki, ale potencjalne protesty sąsiadów skutecznie studzą ich zapęły. Najważniejsza w waszym domu jest dyscyplina. Nie możesz liczyć na trefne zwolnienia z WF-u czy innych zajęć, a spóźnienie do szkoły czy opuszczenie jednego dnia to coś niedopuszczalnego.

KOSMICI Ich zawód i zainteresowania są równie ekscentryczne jak ich osobowość. Nie próbuj tego zrozumieć ani wciągać się w ich pasję. To bardziej niepojęte niż fizyka kwantowa dla humanisty.

KOMEDIANCI Podchodzą do świata z dystansem i uśmiechem i tego też starają się nauczyć ciebie. Czasami padasz ofiarą ich ironii i żartów, ale dzięki dość długiej praktyce umiesz odpłacić się tym samym. Gdy jednak nie jesteś w nastroju na gry słowne, może to być nieco denerwujące.

 Kamila Kucia

MY i RODZICE

Czy potrzeba nam tłumacza?

Magda wraca późnym wieczorem do domu. Dziś pisała sprawdzian, który nie poszedł jej najlepiej, i dostała dwóję z odpowiedzi z polskiego. Powrót ze szkoły zajął jej dwa razy dłużej niż zwykle, bo znowu jakiś palant zaparkował auto na torach tramwajowych. Ledwie zdjęła kurtkę, a mama już zasypała ją pytaniami:

– Jak w szkole? Jakies oceny? Jak poszedł sprawdzian?
– Normalnie – odpowiedziała zirytowana i udała się do swojego pokoju.

Zastanawiała się, dlaczego mama tak często zadaje akurat to pytanie, które najbardziej ją denerwuje. Jej mama wróciła do przygotowywania kolacji. Dręczyło ją, czemu córka była dla niej tak niemila, przecież chciała tylko chwilę z nią porozmawiać.

PODMIANKA TEMATU

Magda i jej mama, jak widać, zupełnie się nie rozumiały. Wystarczyłoby, żeby dziewczyna zmieniła temat rozmowy, zapytała, co będzie na kolację, opowiedziała o filmie, który chce obejrzeć wieczorem, a obie strony byłyby zadowolone. Córka uniknęłaby trudnego tematu, a mama zamieniła dwa słowa ze swoją pociechą. Rodzice pytają nas najczęściej o szkołę, gdy chcą z nami nawiązać rozmowę. Wydaje im się, że to temat uniwersalny, który nie ingeruje w nasze prywatne sprawy, o których zapewne nie chcemy z nimi rozmawiać. Jeżeli mieliście słaby dzień w szkole, najlepiej płynnie zmienić temat rozmowy na coś mniej drażniącego.

JOŁ, TATO, CZY NIE-JOŁ?

„Nara, tato”, „weź się, mamoo”, „zejdźcie ze mnie” – często używamy tych słów w rozmowach w domu. Znaczną większość czasu spędzamy ze znajomymi, wśród których takie zwroty to nie grzech. W domu czujemy się swobodnie, więc przenosimy tutaj część podwórkowych nawyków. Nawet najbardziej wyluzowany rodzic wolałby usłyszeć zamiast tego „do zobaczenia”, „mamo, już nie przesadzaj”, „dajcie mi, proszę, chwilę spokoju”. Dobre kontakty z rodzicami to jedno, a szacunek dla nich to drugie.

Słownictwo z młodzieżowego slangu bardzo chętnie wplatamy we wszystkie wypowiedzi. Nasza mama czy tata, nawet ci najbardziej wyluzowani, natrafiają na słowa, których kompletnie nie rozumieją. „Beka z typa”, „obczaj”, „masakracja” to zwroty, które całkowicie zaszyfrowują dla nich naszą wypowiedź. Zasada jest bardzo prosta: jeśli używasz takich wyrazów, musisz być gotowy na wyjaśnianie ich genezy i znaczenia, co czasem jest trudnym zadaniem. Łatwiej chyba spróbować ich unikać. Zachowanie w tajemnicy znaczenia niektórych słów pozwala nam zachować intymność i oczywiście ratuje nas przed żenującymi sytuacjami, kiedy mama pytająca waszych kolegów: „Elo, ziomeczki, co tam w budzie?”.

PLAN TAKTYCZNY

Szczegóły są bardzo ważne, zwłaszcza jeśli przez rozmowę chcesz coś osiągnąć. Najlepiej zachować spokojny ton głosu, nie komunikować rodzicom swoich zamiarów, a niewinnie



pytać, czy nie mają nic przeciwko temu, żebyś zrobił to i to. Równie ważne jest, aby swoją postawą wyrażać chęć udziału w rozmowie: nie używać komórki, patrzeć na mamę czy tatę. Warto również wybrać odpowiedni czas. Jeśli twoi rodzice wracają zmęczeni po kilku godzinach pracy, daj im chwilę odpocząć. Unikniesz wtedy ich nerwowej argumentacji: „Nie, bo nie, i koniec”. Inną dość skuteczną metodą jest zbieranie argumentów jeszcze przed rozmową. Jeśli chcesz wyjść wieczorem, upewnij się, czy twój pokój jest posprzątany i czy wykonałeś to, o co cię wcześniej poproszono. Taka sytuacja pozbawi rodziców argumentów w stylu: najpierw obowiązki potem przyjemności.

INTERNET VS RODZINA

Nie ma jednej recepty na idealne stosunki w domu. Kłótnie i sprzeczki zdarzają się każdemu. Najważniejsze, by nie chować urazy, przyjmować przeprosiny i samemu przepraszać. Oczywiście nasze starania nie przyniosą efektów, jeśli rodzice się nie zaangażują. W okresie dorastania, kiedy jesteśmy otoczeni gronem przyjaciół, rodzice często schodzą na drugi plan. Zdarza się, że spędzamy całe dnie na wysyłaniu znajomym śmiesznych obrazków i kolejnych „xD” przez Facebooka, a nie mamy czasu na wymienienie kilku słów z własną mamą. Czy to mądry wybór? Warto się nad tym zastanowić.

 Jadzia Uljasz

7 ZASAD SKUTECZNEGO NASTOLATKA

TEMAT NUMERU

Jak ustawić życie, by osiągać swoje cele?

Zycie przeciętnego nastolatka jest pełne pułapek. Codziennie borykamy się z trudnościami. Zazwyczaj znajdujemy sposób, aby sobie z nimi poradzić, jednak czasami sprawy nas przerastają. W takich wypadkach sięgamy po radę rodziców, kumpli albo po prostu odkładamy sprawę na później. A może warto zajrzeć do książki? Że to niby głupio, że wstyd? Czy ma to jakieś znaczenie? W końcu chodzi o rozwiązywanie problemów.

NAWYKI CIĘ UKSZTAŁTUJĄ

Książka Seana Coveya *7 nawyków skutecznego nastolatka* podpowiada, że każdy z nas może rozwiązywać swoje problemy przede wszystkim dzięki zmianie samego siebie. Autor rzeczowo, a zarazem z dużym humorem radzi, jak w prosty sposób zabrać się do poprawienia jakości swojego życia: jak poprawić relacje z rówieśnikami, zyskać akceptację otoczenia, żyć w dobrych stosunkach z rodzicami i w zgodzie ze sobą. Kluczem do zmiany jest uznanie, że to nie okoliczności zewnątrz przede wszystkim decydują o tym, czy jesteśmy szczęśliwi, ale to, jak je przyjmujemy i co z nimi robimy. Autor mówi wprost: każdy z nas jest kowalem własnego losu. Jeśli chce się, by ten los był szczęśliwy, należy żyć według nawyków, przyzwyczajień, które zbudują charakter, nauczą pokonywania trudności, systematycznego wyznaczania celów i dążenia do nich przez pracę nad sobą. „Twoje nawyki ukształtują cię albo cię zniszczą” – mówi Covey. Dobre nawyki budują, złe czynią życie nieudanym. To od nas zależy, co wybierzemy. Autor przekonuje, że stajemy się tacy, jakich siebie widzimy. Jeśli np. coś nam nie wyszło, nie pomoże obwinianie się oraz myślenie o sobie negatywnie. Możemy albo zamartwiać się naszymi porażkami, albo wyciągać z nich wnioski i nigdy już nie dopuścić do podobnej sytuacji.

ZAUFANIE JAK PIENIĄDZE NA KONCIE

Wiele miejsca w książce autor poświęca relacjom z rodzicami. Są oni w końcu najważniejszymi dla nas osobami. Często drogi nawet najlepszych przyjaciół się rozchodzą, a rodzice pozostają rodzicami i zawsze będą obecni w naszym życiu. Dlatego tak ważne jest budowanie dobrych relacji z nimi, przede wszystkim poprzez zaufanie. A z zaufaniem jest jak ze stanem konta w banku. Im więcej na nie wpłacisz, tym więcej możesz wypłacić. Krótko mówiąc, gdy ktoś nie zawodzi, dotrzymuje słowa, jest solidny, rodzice uczą się, że można mu ufać, można na nim polegać. Stan

jego konta rośnie. Takiemu dziecku są zazwyczaj gotowi pozwolić na więcej, bo wiedzą, że mogą polegać na jego słowie. Wiele też możemy osiągnąć, starając się zrozumieć, co dla naszych rodziców jest ważne, pamiętając o drobnych sprawach czy otwierając się przed nimi. Warto zdać sobie sprawę z tego, ile doświadczenia życiowego oni posiadają. Warto ich posłuchać; nawet jeśli wydaje ci się, że nie mają racji, to zazwyczaj wiedzą lepiej i dobrze jest im zaufać.

NIGDY SIĘ NIE PORÓWNUJMY

Na swojej drodze każdy z nas spotyka ludzi, którzy osiągnęli więcej niż on, odnieśli duży sukces. Nie ma sensu porównywanie siebie do nich, załamywanie rąk i mówienie: „mnie nigdy się to nie uda”. Większość z tych osób zdobyła to, co ma, dzięki ciężkiej pracy, także nad sobą. Skoro tak, to każdy z nas może odnieść sukces – na swoją miarę, dzięki wykorzystaniu swoich talentów. Wystarczy, że odpowiednio się zmotywujemy do pracy. Trzeba pamiętać, jak ważna w dochodzeniu do celu jest samodyscyplina. Aby nasza praca nie poszła na marne, trzeba pilnować się na każdym kroku i nie odchodzić od raz obranej drogi. By rozwiązać swoje problemy, trzeba działać natychmiast, nie przekładać ważnych spraw na później dla szybkiej ucieczki w coś przyjemniejszego, jak gry komputerowe czy imprezy.

OSTRZYMY PIŁĘ

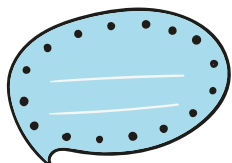
Nie należy zapominać o „ostrzeniu piły”, czyli regeneracji własnych sił. Kto regularnie zarywa noce, żeby się uczyć, znacząco obniża swoją efektywność. To samo sprawi nieodpowiednia dieta. Mózg, aby dobrze działał, potrzebuje witamin. Fast foody i zupki w proszku ich nie dostarczą. Ważne jest, by dbać o kondycję, rozwijać swoje pasje, mieć zajęcia, które lubimy i które nas odprężają. Jeśli chciałbyś dowiedzieć się więcej, wystarczy sięgnąć po tę książkę. Podpowiada ona, w jaki sposób i przy użyciu jakich narzędzi można dojść do poprawy własnego życia.

🔴 Mateusz Ciochón

- Sean Covey, *7 nawyków skutecznego nastolatka*
- Sean Covey, *6 najważniejszych decyzji, które kiedykolwiek podejmiesz*



Szczera rozmowa jest podstawą dobrych relacji



W jaki sposób negocjować z rodzicami własną wolność i rozmawiać z nimi o swoich potrzebach? Nie jest to zadanie proste, wie o tym każdy nastolatek. „Ważna jest otwarta postawa i przedstawienie własnych racji” – przekonuje **Agnieszka Bożek**, psycholog i psychoterapeutka.



Dlaczego dobre relacje z rodzicami są takie ważne?

Agnieszka Bożek: Najprostsza odpowiedź brzmi: bo są rodzicami, czyli najważniejszymi osobami w naszym życiu. Podczas dojrzewania zachodzi wiele zmian w tym, jak wyglądamy, jak przeżywamy świat, co robimy, z jakimi osobami przebywamy. Chociaż życie rozwija się dynamicznie, obecność rodziców jest w nim rzeczą stałą. Mimo że pojawiają się nowe relacje, rodzice są zawsze pierwszymi osobami, do których zwracamy się, gdy mamy kłopoty i potrzebujemy pomocy.

A dlaczego nastolatkom szczególnie trudno porozumieć się z rodzicami?

To normalne zjawisko. Wcześniej rodzice byli dla dziecka największym wzorem; wszystko, co mówili brało się za pewnik. Jednak podczas dorastania młody człowiek zaczyna postrzegać świat inaczej, bardziej krytycznie. Krytycznie odnosi się też do rodziców i mówi im o tym wprost. Rodzicom ciężko jest poradzić sobie z tym, że przestają być wzorem dla swoich dzieci.





To dla nich nowa sytuacja.

Trudno im zrozumieć, że zaczynają one żyć po swojemu. W tym czasie przyjaciele stają ważniejsi od rodziny; młodzi ludzie odczuwają też silniejszą potrzebę izolacji. Zamykają się w pokoju, znikają na cały dzień, nie mówiąc bliskim o tym, co i z kim robią. To powoduje całkiem naturalne obawy rodziców, które są dodatkowo stymulowane przez media prezentujące najczarniejsze scenariusze z nastolatkami w rolach głównych. W konsekwencji rodzice reagują zaostrzeniem kontroli, żeby ustrzec swoje dzieci przed sytuacjami niebezpiecznymi. To z kolei rodzi ich bunt.

Kontrola rodziców może stać się przekleństwem, każdy nastolatek potrzebuje wolności. Jak przekonać rodziców do tego, że jest się już na tyle odpowiedzialnym, że można samodzielnie podejmować decyzję?

Ważna jest otwartość, chęć rozmowy z rodzicami oraz przedstawienie swoich racji w sposób jasny i przemyślany. Warto wcześniej zaplanować to, co chce się rodzicom powiedzieć i wytłumaczyć, z czym się nie zgadzamy. Można się nie zgodzić, gdy rodzice czegoś zabraniają, ale nie w impertynencki, niegrzeczny sposób. Z jednej strony chodzi bowiem o szczerść w rozmowie, a z drugiej o udowodnienie rodzicom, że jest się osobą odpowiedzialną i słowną. Oznacza to, że jeżeli zobowiązałem się, że coś zrobię lub w czymś pomogę, to to robię. Jeżeli powiedziałem, że wrócę do domu o 22.00, to o 21.59 pukam do drzwi. Ponieważ nastolatki mniej chętnie spędzają wolny czas z rodzicami, a raczej wolą spotykać się z przyjaciółmi, ważne jest, żeby przedstawić rodzicom najbliższych znajomych – poopowiadać o nich i pokazać, że są to wartościowi ludzie. Gdy rodzice dowiedzą się, z kim spędzamy czas wolny, będą się mniej martwić, kiedy nie ma nas w domu – a my będziemy mieć większe przyzwolenie na to, by spędzać czas w taki sposób, jaki nam odpowiada.

A co zrobić, jeśli rodzice nie chcą rozmawiać i są przekonani o swojej nieomyślności?

Jeśli rzeczywiście podejmowaliśmy próby rozmowy i ponieśliśmy porażkę, warto np. napisać do nich list, w którym podzielimy się swoimi odczuciami, przedstawimy swoje argumenty za tym, dlaczego powinniśmy mieć większe prawa. Nie zapomnijmy o udowodnieniu naszej odpowiedzialności, to bardzo ważne. Jest to jedna z możliwości. Można też poprosić o pomoc innych dorosłych, np. kogoś z rodziny lub przyjaciół rodziców. Taka osoba może stać się mediatorem i spróbować w naszym imieniu przekonać rodziców, że jesteśmy bardziej dojrzały, niż im się wydaje.

 Rozmawiała Marta Zabłocka



Mamusi, muszę Ci kogoś przedstawić...

czyli jak powiedzieć rodzicom, że mam chłopaka / dziewczynę?



TEMAT NUMERU

Niełatwo być nastolatkiem. Bunt, odsunięcie się od rodziców, chęć szukania własnej drogi, kiedy dostało się choć trochę wolności – to problemy znane każdemu nastolatkowi. Z rodzicami rozmawiamy coraz rzadziej, wiele spraw zostawiamy dla siebie. Tymczasem w naszym życiu dzieją się nowe rzeczy. Szczególnie ważne są nowe relacje. Kiedy poznajemy osobę, w której po raz pierwszy się zauroczymy, czy nawet zakochamy, boimy się o tym powiedzieć swoim najbliższym. Dlaczego? Może boimy się ich reakcji, zdania na ten temat lub (co gorsza) że wcale to ich nie zainteresuje. Co robić, gdy znajdziemy się w takiej sytuacji, czego unikać? Oczywiście każdy ma swoje zdanie, a rodzice są różni i rozmaicie reagują.

Po pierwsze, błąd, jaki możesz popełnić na wstępie, to powiedzieć rodzicom, że masz kogoś, gdy oni nigdy nie słyszeli o tej osobie. Zacznij pomału opowiadać, jak się poznaliście, że dobrze się dogadujecie, a dopiero za jakiś czas oświadczyć, że czujecie do siebie coś więcej. Rodzice na pewno nie wezmą tego na poważnie, gdy powiesz, że poznaliście się wczoraj, a już się kochacie.

Druga sprawa: jeśli powiedziałeś/aś rodzicom o tej osobie, to nie znaczy, że od razu musisz ją im przedstawiać. Daj im czas, niech się trochę przyzwyczają do myśli, że ich dziecko ma kogoś bliskiego.

Trzecie i chyba najważniejsze: lepiej, by rodzice dowiedzieli się tego od ciebie, a nie z innych źródeł, np. z Facebooka czy innych serwisów internetowych. Rodzic po prostu pomyśli, że mu nie ufasz, a to wielki cios. Może to prowadzić do wielkiego, niezręcznego przesłuchania w stylu: „Kim jest? Ile ma lat? Jak się poznaliście? Z jakiej rodziny pochodzi?”. Z pewnością od razu odechce ci się opowiadać.

Na koniec chciałabym podpowiedzieć, że jeśli rodzice źle zareagują na taką wiadomość, na przykład zaczną mówić, że jesteś jeszcze za młody/a na randki itp., usiądź i porozmawiaj z nimi na spokojnie. Niektórzy z nich boją się, że tak szybko płynie czas i ich jeszcze niedawno malutkie najukochańsze dziecko dorasta; trzeba im to powoli uświadomić. Jeśli masz starsze rodzeństwo, poproś o pomoc. Ono także na pewno coś takiego przeżywało.

Najważniejsze jest, żeby w tym trudnym okresie nie odsuwać się od bliskich, bo to oni byli z nami od zawsze i to oni znają nas najlepiej. Jeśli masz partnera i uważasz, że to coś poważnego, nie obawiaj się tego powiedzieć swoim rodzicom, oni mają prawo wiedzieć!

 Alicja Bil

Rozwód rodziców z reguły jest trudnym przeżyciem dla całej rodziny



Mimo że decyzja o rozstaniu dotyczy przede wszystkim dorosłych, to bardzo poważnie wpływa na życie i zachowanie dzieci. Niekiedy rodzice są tak pochłonięci załatwianiem spraw lub sami sobą, że zapominają o tym, że nam też jest trudno. Często słyszy się w takiej sytuacji zdania typu: „Jesteś duży powinnaś/powinieneś to zrozumieć”. Owszem, piętnastolatek rozumie więcej niż ośmioletnie dziecko, a jednak każdy musi zmierzyć się z nową sytuacją.

Wielu nastolatków doświadczyło rozvodu lub separacji rodziców albo mają znajomych z takich rodzin. Nikomu nie jest łatwo przechodzić przez takie wydarzenie. Na pewno pojawi się smutek, bo w końcu chodzi o naszą rodzinę. Są chwile, kiedy zwyczajnie chce się płakać. Wielu nastolatków udaje twardych, a tak naprawdę nie radzi sobie z własnymi uczuciami. Chowanie ich w sobie ma niedobre konsekwencje. Psychologowie radzą, aby porozmawiać z rodzicami. W jednej z gazet przeczytałam: „Każdy potrzebuje w takich chwilach wsparcia. Jeśli nie chcesz rozmawiać z opiekunami, możesz rozmawiać z przyjaciółką lub przyjacielem”.

Jeśli martwisz się o to, że rodzice każą ci wybierać pomiędzy nimi, to najprawdopodobniej jesteś w błędzie. W większości przypadków rodzice mimo rozstania nadal kochają swoje dzieci i oboje chcą utrzymywać z nimi kontakt. Oczywiście są sytuacje, kiedy służymy jako pionek lub narzędzie do walki. Jeśli tak się stanie, trzeba powiedzieć, że nam się to nie podoba.

Olivia miała osiem lat, gdy jej rodzice stwierdzili, że lepiej będzie się rozstać. „Pamiętam, że strasznie płakałam. Gdy widziałam dzieci idące za rączkę z dwojgiem dorosłych, chciałam krzyczeć” – opowiada. Trudno jej było przez to przejść, ale udało się. Dziś szesnastolatka ma bardzo dobry kontakt z rodzicami. Mieszka z mamą, ale co weekend widzi się z tatą. „Mama nie zabrania mi widywać się ze staruszką. Nie ma nic przeciwko, bo wie, że brakuje mi go. Był czas, kiedy myślałam, że to przeze mnie rodzice się rozstali. Po pewnym czasie zrozumiałam, że nie byłam temu winna. Każde z nich jest teraz szczęśliwsze” – mówi nastolatka.



Niestety nie zawsze tak jest. Zdarzają się sytuacje, kiedy po rozwodzie jeden z dorosłych nie chce mieć kontaktu z osobami z poprzedniego życia. Zrywa kontakt z dziećmi. Wiadomo, że jest im z tego powodu bardzo przykro, ale co można zrobić? Tego rodzaju zdarzenia dowodzą, że rozpad rodziny to trudne przeżycie zarówno dla dzieci, jak i dla dorosłych.

Każda zmiana jest nowym doświadczeniem. Wiem, że dziwnie to brzmi w kontekście takiej a nie innej sytuacji, ale warto się pogodzić z nowym stanem rzeczy. Trzeba unikać obwiniania dorosłych, a tym bardziej siebie, i nie podsycać uczucia żalu do rodziców.

Wiktoria Dziedzic



Z RODZINĄ PRZEZ ŚWIAT

W Polsce coraz więcej rodzin liczy nie więcej niż cztery osoby. Do tego stanu przyzwyczajeni jesteśmy od czasów PRL-u, kiedy to władze przekonywały, że posiadanie więcej niż dwójki dzieci jest zacołaniem.

W Chinach w 1977, kiedy to urodził się miliardowy obywatel, władze postanowiły ograniczyć liczbę ludności kraju. Wprowadzono politykę jednego dziecka. Zakazano rodzinom posiadać więcej niż jedno dziecko, zaczęto reklamować aborcję jako formę antykoncepcji oraz zachęcać Chińczyków do skupienia się na karierze zawodowej. Ważność tej zasady odwołano dopiero w tym roku.

Po 1977 roku w Chinach przyjął się model rodziny, w której dziadkowie zajmują się jedynym dzieckiem w rodzinie (nie ma ono przecież żadnych kuzynów, bo jego rodzice są jedynakami), a rodzice zajmują się karierą i zarabianiem pieniędzy. Ich czas wychowania dzieci przyjdzie, gdy ich własne dziecko doczeka się potomka.

W Chinach rodzina wcale nie jest jedną z ważniejszych wartości. Dziecko traktuje się raczej jako swój obywatelski obowiązek. Chińczycy nie chcą również, by ich przebywający na emeryturze rodzice, mieszkający zwykle klatkę dalej, nie mieli zajęcia. O niewielkim znaczeniu rodziny niech świadczy sytuacja sprzed kilku lat, kiedy pewne chińskie małżeństwo zapomniało o opiece nad swoim dzieckiem i zajęło się grą na komputerze w pobliskiej kawiarence komputerowej. Grając, stracili poczucie czasu i do domu wrócili... trzy dni później. Pozostawione w domu dziecko zginęło śmiercią głodową.

MAMUSIA KOCHA SYNUSIA

Jak się okazuje, grecki filozof Arystoteles miał rację, tworząc teorię złotego środka. Chińskie małżeństwo popełniło błąd, ale robią to też włoskie matki, od dawna kojarzone z wychowywaniem maminsynków, którzy biernie się temu procesowi poddają. Po co męczyć się z samodzielnością, skoro w domu zawsze czekają pyszny makaron, wyprasowana koszula i posprzątany pokój? W powodu tego właśnie lenistwa wielu dorosłych Włochów żyje beztrudno, sielsko, nie martwiąc się o nic jak dziesięciolatki.

O ile wyjaśniony powyżej efekt *mammismo* nie jest pozytywnym zjawiskiem, o tyle we włoskiej kulturze jest wiele zachowań, których powinniśmy się w Polsce uczyć.

Jednym z nich jest ścisły związek między wszystkimi członkami rodziny – od dziadka aż po wnuki. Włoskie rodziny mieszkają zwykle bardzo blisko siebie, niekiedy mają po prostu własną kamienicę od dawna należącą do rodu. Każdego dnia cała rodzina je wspólny obiad. Kuzyni są dla siebie jak bracia, a dziecko zawsze może oczekiwać, że ciocia ugotuje mu zupę czy pomoże w lekcjach.

Oprócz tego, inaczej niż we wszystkich chrześcijańskich krajach, we Włoszech bardzo ważna jest rola ojca chrzestnego. W Polsce rodziców chrzestnych traktujemy zwykle jako ludzi



spotykanych w czasie świąt, którzy kupują nam prezenty. We Włoszech ojciec chrzestny to wychowawca, który zgodnie z chrześcijańską doktryną pomaga przejść przez życie. Wymowna jest scena z filmu *Ojciec chrzestny*, w której Don Corleone policzkuje swoje 30-letnie dziecko chrzestne za niemęskie zachowanie. Następnie wysła swoich podwładnych, by załatwili przydatne dla owego dziecka sprawy.

PATCHWORKOWE KOMPLIKACJE

Współcześnie wielu już nie uważa włoskiego modelu rodziny za dobry albo możliwy do realizacji. W ostatnich latach wykształciły się różne alternatywne (często dziwne) modele rodzin. Jednym z takich nowych modeli jest rodzina patchworkowa. Polega ona na tym, że po rozwodzie mąż wraz ze swoją nową partnerką nawiązują przyjacielskie relacje z żoną i jej nowym towarzyszem. W teorii nic złego, prawda? To nawet dobrze, że po rozwodzie małżonkowie nie stracili sympatii do siebie nawzajem.

Tylko jak w całej tej sytuacji mają odnaleźć się dzieci? Kto jest teraz mamą, a kto tatą? Co jeśli nie lubię nowej partnerki mojego taty?

Rodzina patchworkowa nie jest w stanie dobrze wychować dziecka, bo przecież żaden nastolatek nie będzie słuchał wrzasków nieznannej sobie kobiety, która pojawiła się w domu kilka lat temu.

DZIECKO OCZKIEM W GŁOWIE

Nie będzie przesadą, gdy powiemy, że dla wielu rodzin oczkiem w głowie jest dziecko. W XX wieku w Skandynawii zapanowała moda na bezstresowe wychowywanie dzieci. Dzieciak nie może być do niczego zmuszany, nie można wywierać na nim presji i oczekiwać od niego zbyt dużo, a uderzenie, nawet lekki klaps, jest tam powodem do postawienia przed sądem. Niedawno do kin wszedł film *Obce niebo* przedstawiający historię polskiej trzyosobowej rodziny, która wyjechała do bogatej i dającej nowe możliwości Szwecji. W tamtejszej szkole córka nie czuje się najlepiej, dlatego zaczyna się jej przyglądać kurator. W końcu bez uprzedzenia dziecka i rodziny dziewczynka zostaje przeniesiona do tymczasowej rodziny zastępczej. Małżeństwo wychowujące swe dziecko według polskich zwyczajów nie wiedziało, że to, co u nas uchodzi za normalny czyn, za normalny sposób wychowania dzieci, w Szwecji może spowodować utratę praw rodzicielskich.

Rodzina to więzi i relacje. Miło jest spotkać babcię czy dziadka, porozmawiać z kuzynami. Gdyby każdy traktował rodzinę jak coś niedookreślonego i zbędnego w życiu, to ludzie po prostu byłiby samotni.

🔵 Jacek Liberacki

DUŻA RODZINA – kłopot czy szansa?



TEMAT NUMERU

Rodziny wielopokoleniowe dają wiele radości, ale mają też swoje cienie.

Wigilia. Cała rodzina siada przy stole przy akompaniamencie głośniejszych rozmów i szurania krzesłami. Zadowoleni krewni, podając sobie półmiski z jedzeniem, przywołują przeróżne historie. Wujek Staszek opowiada o swojej przygodzie na stoku narciarskim, gdy to nieomal wpadł w kolejkę ludzi, a babcia Marysia z ekscytacją mówi o pięknych beretach, które ostatnio zobaczyła na przecenie w sklepie. Oczywiście nie może zabraknąć niezręcznych pytań do najstarszego syna, kiedy to w końcu znajdzie sobie dziewczynę, przecież jego prababcia już w wieku osiemnastu lat wyszła za mąż. Młodsze dzieci wyczekują przy choince na otwarcie prezentów, potrząsają pudełkami, aby sprawdzić ich zawartość. Mimo że za oknem jest mróz, to w domu panuje ciepła atmosfera.

PLUSY I MINUSY

Rodzina wielopokoleniowa ma z pewnością wiele wad, ale również zalet. Dobrze jest mieć dookoła siebie bliskich, bo zawsze znajdzie się ktoś, z kim można porozmawiać, na kim można się wesprzeć. Im więcej ludzi, tym więcej wspólnych wspomnień, które można przywoływać w późniejszych latach. Trudno jednak utrzymywać kontakt z tak liczny gronem, więc po jakimś czasie rodzina zaczyna się dzielić na tę bliższą i dalszą, z którą spotykamy się tylko podczas większych przyjęć, takich jak wesela czy właśnie wigilia.

RÓŻNICE MIĘDZYPOKOLENIOWE

Pomiędzy pokoleniami w dużej rodzinie zazwyczaj jest przepaść kilkudziesięciu lat, dzięki której takie relacje są jeszcze ciekawsze. Młodsze dzieci mogą się dowiedzieć o rzeczach już niespotykanych, a dziadkowie i wujostwo są szczęśliwi, że mogą się z kimś podzielić swoją historią. Starsi członkowie

rodziny mają odmienne opinie, które wynikają z ich własnych przeżyć i niekiedy dochodzi między nimi do ostrej wymiany zdań, a nawet i kłótni. Nieraz można usłyszeć od babci, że „teraz tej młodzieży to tylko internety i telefony w głowie” i że za jej czasów, gdy chciało się coś znaleźć, to szło się do biblioteki. Natomiast rodzice bez końca powtarzają, że gdy oni byli w naszym wieku, to pomagali we wszystkim swoim rodzicom i dostawali same piątki w szkole, a nie „tylko przed telewizorem leżeli i nic nie robili”. Mimo że w danej chwili takie sytuacje mogą się wydawać irytujące, to po pewnym czasie z uśmiechem się je wspomina.

RODZINNE NIEPOROZUMIENIA

Zdarza się, że część rodziny jest ze sobą skłócona i panuje napięta atmosfera ze sztucznymi uprzejmościami i wymuszonymi rozmowami. Trzeba udawać, że jest się zadowolonym, bo ciocia Helena zaraz rozpuści plotki, przez które krewni będą na nas patrzeć nieprzychylnym okiem. Niekiedy to małe sprzeczki, które szybko idą w niepamięć, ale są też wielkie zatargi powodujące zgrzyt pomiędzy ludźmi na długo albo i na zawsze. Wtedy mimo najlepszych chęci przy okazji spotkania powstają obozy, w których znajdują się osoby należące do obydwu grup. Oczywiście wszystko odbywa się pod przykrywką fałszywych uśmiechów i uprzejmości mówionych przez zaciśnięte zęby.

Każda rodzina jest inna pod wieloma względami: są duże i małe, zgrane lub trochę mniej, rozrzucone po całym świecie albo skupione w jednym mieście. Zawsze jednak znajdzie się ktoś, na kogo wsparcie możemy liczyć.

 Beata Puchalska

Rodziny w filmach

TEMAT NUMERU

Wiele filmowych historii opowiada o rodzinie. *LOL* czy *Dobry rok* to znane przykłady takich produkcji. Każda z nich pokazuje trochę inne oblicze życia rodzinnego.

LOL

Lola, główna bohaterka, dla znajomych Lol, ma piętnaście lat i chodzi do liceum. Dziewczyna dorasta w rozbitej rodzinie. Jej ojciec rozszedł się z matką i każde z nich stara się ułożyć sobie życie na nowo. Fabuła odkrywa przed widzami świat nastolatki, ukazuje jej podejście do życia i zainteresowania. Nie wszystko idzie tak, jak Lol sobie wymarzyła. Rodzice spotykają się potajemnie, jej chłopak ją zdradza, a nowa miłość wydaje się pomyłką. Dziewczyna wpada w złe towarzystwo i zaczyna sięgać po narkotyki. Do tego jej oceny nie są najlepsze, wiadomo: imprezy i znajomi są na pierwszym miejscu. Nie dostaje też od matki zgody na od dawna planowany szkolny wyjazd do Francji, a przygotowywała się do niego od wielu miesięcy. To wszystko prowadzi do starć między matką i córką. Z jednej strony dziewczynie wydaje się, że skoro jest prawie pełnoletnia, może robić, co chce, i nie musi słuchać matki. Z drugiej – nie umie sobie sama poradzić z problemami, ale jest zbyt dumna, żeby się do tego przyznać.

LOL to opowieść o rodzinie, która nie żyje ze sobą. Każdy z jej członków ma swój świat i łączą ich tylko więzy krwi. Nawet wspólny posiłek nie przebiega w spokoju. Każdej kolacji towarzyszy mniejsza lub większa kłótnia z młodszym rodzeństwem lub matką i pytanie: „dlaczego nie mogę, skoro jestem dorosła?”. Film pokazuje chorobę, która dotyka coraz większej liczby rodzin. Coraz częściej stają się one jedynie zbiorowiskiem ludzi, z których każdy ma swój świat i tylko w nim istnieje.

RADOŚĆ PRZY WSPÓLNYM STOLE

Dobry rok jest historią Maksa, londyńskiego maklera, dla którego liczy się jedynie zysk. Nienawidzi konkurencji, na którą sobie zasłużył, wręcz go cieszy. Momentem zwrotnym w jego życiu jest dzień, kiedy otrzymuje list z informacją, że jego wuj zmarł i zostawił mu wszystko, co posiadał, w tym winnicę w Prowansji. Z początku Max nie chce jej przyjąć i postanawia ją sprzedać. Jednak na miejscu przypominają mu się wakacje u wuja i jego nauki. Choćby ta otrzymana, kiedy wuj grał z nim w tenisa i wygrał. Chciał pokazać chłopakowi, że tak naprawdę porażki uczą człowieka, a nie zwycięstwa. Wuj był zawsze wesoły i miły dla Maksa. Chciał, by wyrósł na dżentelmena i dobrego człowieka. Jednak chłopak po pewnym czasie odrzucił wszystko, co krewny starał się mu przekazać. Zaczął żyć po swojemu. Na giełdzie grał nieczysto, co przysporzyło mu

wrogów. Niektórzy posuwali się nawet do wysyłania mu liścików z życzeniami rychłej wizyty w piekle, na które on reagował śmiechem i które traktował jak pochwały. Autorzy filmu opowiadają o nietypowej rodzinie. Młody chłopak nie wychowuje się w otoczeniu rodziców, a przy wuju, który wpaja mu model pełnej życia i radości rodziny francuskiej, w której ważne jest wsparcie bliskich. W filmowej opowieści rodzina spędza razem czas i rozmawia o wszystkim. Żarty, czasami lekko niestosowne, porady i historie rodzinne – to wszystko jest obecne przy kolacji nie tylko z najbliższą rodziną. Gdy pracownicy winnicy jedzą ją ze swoim pracodawcą, tworzą się bardzo dobre stosunki między nimi i upada mur pomiędzy pracownikami i szefem.

MIŁOŚĆ W NOWYM DOMU

Doskonałym przykładem wzajemnej akceptacji i wsparcia w rodzinie jest historia opowiedziana w filmie *Wielki Mike*. Obraz oparty został na prawdziwej historii Michaela Ohera, gracza amerykańskiego futbolu.

Film opowiada o biednym chłopcu, który został odebrany matce – pijaczce i ćpunce. Chłopak nie przykłada się do nauki i ucieka od każdej rodziny zastępczej, w której zostaje umieszczony. Pewnego dnia zostaje zaadoptowany przez zamożną rodzinę, która odkrywa w nim talent gracza futbolowego. Nowi rodzice pomagają mu rozwijać pasję i wybierają dla niego najlepszy ich zdaniem college.

Film pokazuje, że miłość i rodzina nie muszą opierać się na więzach krwi. Tutaj bogata rodzina adoptuje prawie pełnoletniego chłopaka, w dodatku czarnoskórego. Wzbudzają tym wiele kontrowersji, zwłaszcza wśród swoich znajomych, ale uważają, że robią dobrze. Mimo że nie wychowywali Mike'a od początku, traktują go jak własne dziecko, troszczą się o niego i wspierają w każdym momencie. Wstawiają się za nim u dyrekcji, która mimo katolickich zasad, którymi kieruje się szkoła, nie chce przyjąć chłopaka w swoje progi. Starają się, aby Mike choć przez chwilę poczuł się jak w domu, dają mu ciepło, zaufanie i bezgraniczną miłość, która dodaje chłopakowi sił, aby bronić swojej rodziny oraz dążyć do celu.

🟡 Klaudia Piotrowska

PREZENTY NA ŚWIĘTA NIE MUSZĄ BYĆ NUDNE!



Nadszedł grudzień, a wraz z nim odwieczny problem: Jakie kupić prezenty na święta?

Wkrótce klasowe mikołajki i Wigilia, na którą zjeżdżają się ciotki z drugiego końca Polski, i pasowałoby rodzinę i znajomych czymś obdarować. Pewnie będą to znowu takie same prezenty jak co roku. Kosmetyki dla mamy, żel do golenia dla taty, dla młodszego rodzeństwa jakaś zabawka, dla znajomych kolejna płyta. Jak zaradzić monotonii i sprawić, żeby każdy był naprawdę zadowolony z otrzymanego prezentu?

SKARPETOWY SZAŁ

Jaki jest najbardziej oklepany prezent na święta? Oczywiście! Co roku ktoś z rodziny lub znajomych dostaje parę nowych grubych skarpet! To już taka tradycja. Da się coś zrobić, by nawet taki prezent był wyjątkowy. Można sprezentować tradycyjne wełniane skarpety w wersji rekinia pożerającego stopę! Jeśli nie rekin, to może materiał w intensywnym kolorze, a na nim wizerunek tańczącej krowy? Każdy krok w gwiazdkowym prezencie przyniesie niesamowitą radość.

WYSZYTE, WYDZIERGANE...

Sytuacja wygląda podobnie, jeśli chodzi o wszystkie inne części garderoby. Wręczanie rękawiczek i czapek w skandynawskie wzory powoli odchodzi do lamusa, bo ile można mieć prawie identycznych par. Babcia na pewno się namęczyła, dziergając identyczne swetry, szaliczki i czapeczki dla wszystkich wnuków. Prezenty od babci i ciotek jakoś trzeba przeżyć, ale lepiej nie przygotować nudnego, a zarazem obciachowego prezentu dla znajomych czy członków rodziny. Na szczęście nasza bajka nie musi kończyć się jak historia bliźniaków z Harry'ego Pottera, którzy gdyby mogli, toby się zapadli pod ziemię na widok prezentów od mamy. Jak urozmaicić własnoręcznie szyte ubrania? Wydziergać można wszystko, od niepozornych koronkowych figurek aniołków, poprzez parasole, po suknię ślubną. Internet pełen jest samouczków przedstawiających inspiracje i instrukcje, jak stworzyć coś niepowtarzalnego. Wystarczy klik i już! Mamę na pewno ucieszy samodzielnie zrobione poncho, a młodsze rodzeństwo zaskoczy czapka z uszami królika.





SŁODKIE ŚWIĘTA

Kto nie kocha słodkości? Cukierki na choince, lukrowe laseczki, ciasta, babeczki i wreszcie czekolada... Nie trzeba długo myśleć. Wystarczy kwadratowe lub prostokątne pudełko, kilka tekturowych przegródek, trochę materiału do wyłożenia dna i dużo, dużo słodyczy. Wystarczy ładnie je poukładać, przyprószyć sztucznym śniegiem *et voilà!* Jedzenie w takiej postaci będzie idealne na prezent i z pewnością umili niejedną zimową wieczór.

COŚ PRAKTYCZNEGO

A co jeśli mamy kogoś, kto wiecznie jest na diecie, więc lepiej nie dawać mu jedzenia, w swetrach nie chodzi, a rękawiczek i skarpetek ma pod dostatkiem? W takim wypadku dobrym wyjściem jest podarowanie mu czegoś praktycznego, np. ozdoby do mieszkania (byle nie w świąteczne wzory!). Jest kilka takich rzeczy, o których się myśli, a jakoś nigdy nie ma czasu, żeby je kupić. Dla amatorów napojów procentowych odpowiedni będzie garnek do grzanego wina, dla wielbicieli gorącej czekolady lub ciągnącego się sera – zestaw do fondue. Nastolatek ucieszy się z designerskiego etui na telefon. Jeśli zupełnie nie mamy pomysłu, można po prostu kupić kartę podarunkową do ulubionego sklepu.

CZEGO NIE KUPOWAĆ?

Nie każdy lubi dostawać co roku te same żele, szampony i wody toaletowe. Oczywiście są tacy, których uszczęśliwi całoroczny zapas balsamu, ale lepiej dmuchać na zimne i dowiedzieć się tego wcześniej. Tak samo rzecz ma się, jeśli chodzi o kubki lub książki. Są osoby, które ucieszy poszerzenie ich biblioteczki nawet o książkę kucharską, ale innych taki prezent wcale nie zadowoli i przy najbliższej okazji pozbędą się go, prawdopodobnie ofiarując komuś innemu w prezencie.

JAK ZAPAKOWAĆ?

Po kilku godzinach latania po sklepie i wybierania prezentów trzeba je jakoś zapakować. Zwykły papier ozdobny? To zbyt banalne. Oryginalnie zapakowane prezenty, nawet jeśli nie będą drogie, to zrobią ogromne wrażenie! Kosmetyki, kawę lub słodczyce wystarczy wrzucić do pudełka bez wieczka lub wiklinowego koszyczka wyłożonego sizalem (wypełniaczem do kompozycji z kwiatów) lub włosami dekoracyjnymi i włożyć do folii. Tak zapakowany prezent prezentuje się bardzo profesjonalnie i przyciąga wzrok. Takie opakowanie sprawdzi się, jeżeli prezent szykujemy dla kogoś z rodziny lub znajomych dziewczyn. Chłopaka z pewnością ucieszy podobne pudełko, folia lub koszyczek z wybranym prezentem, dodatkowo wypełniony zrolowanymi banknotami (oczywiście nie muszą być prawdziwe ☺). A co ze słodczymi, jeśli nie postąpimy tak, jak opisałam wyżej? Wystarczy owalny kawałek gąbki, wokół którego ułożymy batoniki, na nim pozostałe słodczyce na kształt tortu, wszystko obwiążemy wstążeczką i gotowe!

A POD CHOINKĄ...

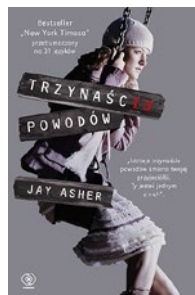
Teraz, gdy mamy już niebanalny prezent w oryginalnym opakowaniu, pozostaje tylko położyć go pod choinką i cierpliwie czekać na pierwszą gwiazdkę i rozpoczęcie świątecznego szalu rozpakowywania podarków. Zadowolone miny i szerokie uśmiechy na twarzach tych, którzy otrzymają nasze prezenty, gwarantowane!

👁 Anna Bojdo



Recenzja książki

Jay Asher Trzynaście powodów



”

*You can't stop the future.
You can't rewind the past.
The only way to learn the secret...
is to press play.*

Dzień, kiedy Hannah nie było w szkole, dla jej kolegów i koleżanek nie różnił się niczym od innych nudnych, wypełnionych zajęciami dni. No, może oprócz tego, że jej ławka była pusta. Uczniowie nabrali podejrzeń, że coś się stało, gdy pod jej dom podjechał ambulans. Później dotarła do nich wiadomość, że Hannah popełniła samobójstwo. Jakiś czas po tym wydarzeniu Clay znalazł na swoim łóżku pudełko z kasetami. Gdy zaczął je odtwarzać, z głośników dobiegł go głos Hannah Baker, która zamierzała opowiedzieć o swoim życiu i o trzynastu powodach, dla których postanowiła je zakończyć. Jednym z nich był właśnie Clay. Chłopak poznał historię dziewczyny, w której był zakochany i którą pragnął lepiej poznać. Niestety, nie zdążył zebrać się na odwagę... I już nigdy nie dostanie tej szansy. Hannah nie wróci. Ta książka jest wyjątkowa. Samobójstwo, zwłaszcza młodej osoby, nigdy nie jest łatwym tematem literackim. Autor musi się strzec, by nie pisać napuszonym tonem, by nie używać wielkich słów zupełnie niepasujących do sytuacji. Z drugiej strony nie można zbagatelizować takiej sprawy jak odebranie sobie życia. Jay Asher odnalazł równowagę. Język jest prosty, opisuje uczucia dziewczyny, której życie kawałek po kawałku rozpadało się. Według mnie to pozycja obowiązkowa dla

każdego. Pokazuje, jak bardzo każdy nasz czyn i każde nasze słowo wpływają na innych ludzi. Jeden wyraz może zapoczątkować coś, czego już nie zdołamy powstrzymać. Ta książka jest szczerą do bólu, brutalna, a jednocześnie tak prawdziwa. Parę lat temu, szukając jej, natrafiłam na pewną recenzję. Jej autor pisał, że *Trzynaście powodów* to powieść bez sensu, że Hannah nie miała **prawdziwych** powodów do zrobienia tego, co zrobiła. Nie zgadzam się z tą opinią.

„Wtedy, w tym pokoju, dotarło do mnie, że nikt nie zna prawdy o moim życiu, i cały mój świat się zatrzęsł.

Jak wtedy, gdy jadąc po wyboistej drodze, tracisz panowanie nad kierownicą i wypadasz, tylko odrobinię, z drogi. Koła wzbijają tumany kurzu, ale udaje ci się przywrócić im właściwy kurs. Na chwilę. Bo choć mocno trzymasz kierownicę i bardzo starasz się jechać prosto, coś ciągle spycha cię na bok. Nie panujesz już prawie nad niczym. I w pewnej chwili masz już dość walki, jesteś zbyt zmęczony, i postanawiasz sobie odpuścić. Pozwolić, by stała się tragedia... czy coś w tym stylu”.

🟡 Katia, 15 lat

Książka ukazała się nakładem Wydawnictwa Rebis.

Recenzję przygotował Młodzieżowy Klub Recenzenta działający przy Gimnazjum nr 19 oraz Zespole Szkół Salezjańskich w Krakowie.



	3		7		2			
6	5			9				2
		1				3		9
	7	3			6			5
	2		9		4		6	
		6		1				
3			5		9		8	
		5				1		4
8		2		6		5		

🟡 Przygotował Mateusz Ciochoń

Hot, hot, hot...



MODA



Zbliżają się święta, więc w adekwatnym nastroju witam was w dziale modowym. W tym miesiącu pod lupę weźmiemy kolor, w którym szczególnie lubuje się św. Mikołaj, a mianowicie czerwień.

We wszelkich filmach świątecznych popularne jest połączenie szkarłatu i szmaragdowej zieleni. Nic dziwnego, bo w takich barwach występują najczęściej świąteczne elfy, takie też są sweterki przeznaczone specjalnie na bożonarodzeniowy obiad z rodziną. Gdziekolwiek przewija się motyw norweski, czyli urocze renifery i płatki śniegu na swetrach, legginsach, rękawiczkach, szalikach itd. Długo by wymieniać, bo świątecznych dodatków naprawdę jest wiele.

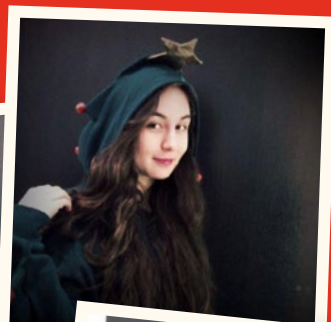
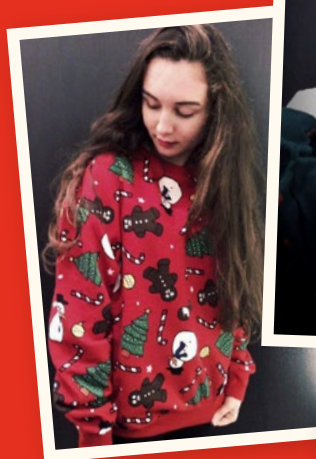
Mam ciekawe rozwiązanie dla pań, które lubią wyglądać elegancko. Sukienka jest dobra na każdą okazję i zdążymy się o tym jeszcze wiele razy przekonać. Czerwień, która jest bardzo świątecznym kolorem, ogrywa w jej przypadku kluczową rolę. To kolor pełen energii, przyciągający wzrok. Nie należy jednak przesadzać. Szkarłat to odcień bardzo zmysłowy, uwodzicielski, więc śmielsze kreacje odłożymy do szafy. „Mała czerwona” nadaje się bardziej na randkę niż na wigilijny wieczór w towarzystwie babć i ciotek ☺.

Równie elegancką, ale pewniejszą i spokojniejszą możliwością jest szmaragdowa lub ciemna zieleń, która kojarzy się z Bożym Narodzeniem tak samo jak szlachetna czerwień św. Mikołaja. Możemy postawić na sukienkę, ale i sweter będzie wyglądał naprawdę dystyngowanie, żeby nie powiedzieć – królewsko.

Na drugi dzień świąt i okres poświąteczny również proponuję eleganckie, wygodne i ciepłe swetry. Są idealne na zimowy spacer po parku. No cóż, coś tak praktycznego chyba nigdy nie wyjdzie z mody. Może tym razem ktoś z was skusi się na urocze norweskie wzory?

Wesołych Świąt ☺

📷 Kamila Kucia



Modelka: Natalia Podyma
Dziękujemy za współpracę Karolinie Wasyl.
Ubrania: H&M i Terranova
Zapraszamy na stronę naszej modelki na facebooku:
Natalie photography
<https://web.facebook.com/Natalie-photography-959244627429364/?ref=ts&fref=ts>



Dołącz do ludzi z PASJĄ

**ZAPRASZAMY CODZIENNIE NA NIEODPŁATNE ZAJĘCIA
W GODZ. 13:00-20:00**



SIEMACHA SPOT, UL. PTASZYCKIEGO 6, TEL. 662 223 799
<https://www.facebook.com/siemachaspot.ptaszyckiego>