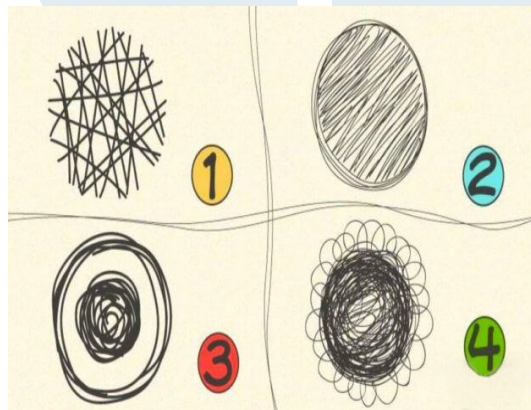


# Echo Bursy

## Jakie wydarzenie z przeszłości ma na Ciebie nadal wpływ?



Psychoanalityk Sigmund Freud, uważał, że wszystkie wydarzenia z naszego dzieciństwa mają ogromny wpływ na nasze dorosłe życie, kształtując naszą osobowość

Jeśli jesteś gotowy, aby **odkryć swoją największą traumę i naprawić swoje życie**, weź oddech i wybierz symbol, który najszybciej przyciągnął Twoją uwagę. Potem przeczytaj rozwiązanie. Obrazek numer jeden

Ten symbol ma związek z **uczuciem upokorzenia**. Może chodzi o jakąś wstydlivą sytuację z dzieciństwa albo częste słowa krytyki ze strony rodziców lub rówieśników?

### W tym numerze:

1. Jakie wydarzenie z przeszłości ma na Ciebie nadal wpływ? str. Nr 1 i nr 3

2. Znajdź renifera str. Nr 1

3. „Dlaczego Święta Bożego Narodzenia?” – widowisko słowno-muzyczne na podstawie twórczości ks. J. Twardowskiego str nr 2

4. Gdy Twoja przyjaciółka jest naprawdę toksyczna... Takie relacje trzeba omijać szerokim łukiem, str. nr 3

5. 9 prezentów z okazji Dnia Chłopaka, które uszczęśliwią Twojego faceta (i nie uszczuplą portfela!), str. Nr 4

6. Netflix wypowiedział wojnę Polakom dzielącym konta, 4

Jako dorosły **potrzebujesz nieustannej aprobaty ze strony innych**. Ciężko samemu Ci się zorganizować i jesteś mało samodzielny.

Nie myślisz o własnych potrzebach, tylko **robisz wszystko dla bliskich**. Pora zaopiekować się sobą i wprowadzić więcej [zdrowego egoizmu](#) do życia.

**Cd na str.3**

## Znajdź renifera



Christmas  
TREE WORLD





„Dlaczego Święta Bożego Narodzenia?” – widowisko słowno-  
muzyczne na podstawie twórczości ks. J. Twardowskiego

Dnia 16.12.2021 r. w Bursie Szkolnej w Starym Sączu odbył widowisko „Dlaczego jest Święto Bożego Narodzenia” przygotowany przez pracownię pod gargulcem. Widowisko słowno -muzyczne na podstawie twórczości ks. Jana Twardowskiego wprowadziło nas w niepowtarzalny klimat bożonarodzeniowy, dzięki połączeniu religijnej i ludowej tradycji świątecznej.

**W spektaklu udział wzięli:**

Dominika Królczyk, Rokšana Gołdyn, Jarosław Pustułka, Kamil Murzyn

**Oprawa Muzyczna:**

Julia Kulig, Michał Gumulak, Magdalena Lis, Wojciech Lis, Weronika Słowik, Karolina Janusz

**Scenariusz i reżyseria:** Małgorzata Tarsa-Bielak,

**Nagłośnienie:** Marcel Adameczyk, Wiktor Smyda, Krzysztof Bieniek

**Realizacja video:** Ewa Kujawa- Szura

**Zdjęcia:** Beata Nobilec

Opracowała E.P.



## Gdy Twoja przyjaciółka jest naprawdę toksyczna... Takie relacje trzeba omijać szerokim łukiem.

**Frenemy** – słyszałaś już kiedyś to pojęcie? Jeśli nie, podpowiadamy, że chodzi o amerykańskie określenie toksycznej przyjaźni. Jego nazwa wzięła się od dwóch angielskich słów, czyli friend (przyjaciel) oraz enemy (wróg). I choć te dwa słowa dla wielu oznaczają antonimy, niestety w rzeczywistości występują coraz częściej. Na czym dokładnie polega tego typu relacja? Chodzi o związek przyjacielski, w którym jedna ze stron celowo rani drugą, jednocześnie pozostając z nią w zażyłości.

### Frenemy – jak sobie radzić z toksyczną przyjaźnią?

Czy wiesz po czym poznać, że ma się do czynienia z frenemy? Jeśli zauważysz, że twój przyjaciel podcina ci skrzydła, demotywuje, obgaduje za twoimi plecami czy podnosi swoją wartość twoim kosztem, wiedz, że coś jest nie w porządku.

Skąd się biorą takie zachowania? Przeważnie jest to kwestia niskiej samooceny drugiej osoby. Jeśli tobie wiedzie się w życiu lepiej, twój przyjaciel czuje się gorszy. Aby więc poradzić sobie z tym uczuciem, chce pokazać i zaznaczyć twoje ciemne strony. Ma też na celu umniejszyć twoje zasługi i sukcesy.

Jak sobie radzić s taką sytuacją? Przede wszystkim **taką relację powinnaś przerwać**. Żadna szczerza rozmowa nie przyniesie tutaj pożądanego efektu. Taka osoba powinna bowiem udać się na terapię i samodzielnie przepracować własne traumy. Możesz oczywiście wesprzeć ją w poszukiwaniu pomocy, ale na pewien czas najlepiej odsunąć się od toksycznego przyjaciela.

Miałaś kiedykolwiek do czynienia z toksyczną osobą?

<https://www.papilot.pl/lifestyle/psychologia/57256/toksyczna-przyjazn-wszystko-co-warto-wiedziec-na-temat-frenemy>

## Cd ze str. nr 1

Obrazek numer 2

Jeśli Twoja uwaga zwróciła się w stronę zamazanego koła, to **w dzieciństwie musiałeś czuć się odrzucony** przez swoich rodziców. Takie osoby mają bardzo niską samoocenę. Trudno komunikować Ci się z innymi, właśnie przez **strach przed porzuceniem czy porażką**. Psychologowie podpowiadają, żeby zrozumieć, że życie zależy wyłącznie od nas. **Jesteśmy odpowiedzialni tylko za siebie**, a nie za reakcje innych ludzi. Wtedy nasze relacje znacznie się poprawią.

Obrazek nr 3

Jeśli wybrałaś ten obrazek, możliwe, że w dzieciństwie **straciłeś rodziców lub pochodzisz z rozbitej rodziny**. Takie dzieci gdy dorosną okropnie boją się samotności. To dlatego często **wchodzisz w toksyczne związki lub masz skłonności do depresji**. Warto zrozumieć, że relacje międzyludzkie bywają różne, a ludzie przychodzą i odchodzą, ale to nie oznacza, że już zawsze będziemy sami. Zwłaszcza, kiedy jesteśmy życzliwi i otwarci na innych.

Obrazek numer 4

Ostatnią ilustrację wybierają osoby, których **granice i zaufanie były nieustannie naruszane przez opiekunów**. Dlatego teraz są nieufne i powściągliwe w kontaktach z innymi. Boją się zbliżyć, aby nie stracić kolejnej osoby. Same dla siebie nie są ważne i **nie wierzą, że ktoś spełni daną im obietnicę**.

Tacy dorośli powinni jak najczęściej **mówić na głos o swoich emocjach**, nawet tych trudnych.

<https://www.papilot.pl/lifestyle/psychologia/58012/jakie-wydarzenie-z-przeszlosci-ma-wplyw-na-twoje-obecne->



## Netflix wypowiedział wojnę Polakom dzielącym konta

Netflix kończy z cichym przyzwoleniem na dzielenie kont między użytkowników, którzy nie mieszkają pod jednym dachem. Z jednego konta na Netflixie korzystasz ty, mama, kolega z innego miasta i koleżanka z pracy? To może stać się coraz trudniejsze. Netflix testuje mechanizmy, mające uprzykrzać życie użytkownikom współdzielących konto. Prezes [Netflixa](#) wielokrotnie twierdził, że nie ma nic przeciw temu, by wielu użytkowników korzystało z jednego konta. Byle tylko oglądali treść z legalnych źródeł. To liberalne podejście zmienili jednak akcjonariusze firmy i dostawcy treści, którzy uznali podejście prezesa za dość nierozsądne. Od tego czasu Netflix wielokrotnie próbował utrudnić życie użytkownikom, którzy dzielą jedno konto w usłudze. Użytkownicy Netflixa z Włoch [zaczeli się skarżyć](#) na jego aplikację. Okazało się, że usługodawca zaczął żądać dodatkowego potwierdzenia tożsamości u tych klientów, którzy udostępniają swoje konta poza swoje gospodarstwa domowe. Aplikacja wówczas prosi o podanie jednorazowego hasła, które jest wysyłane na powiązany z kontem numer telefonu komórkowego bądź adres mailowy. Teraz już wiemy, że również w Polsce Netflix stosuje ten system. Netflix podobno traci 9 mld rocznie w wyniku niezgodnego z regulaminem współdzielenia kont. Konieczność ciągłego kontaktowania się z *głównym* właścicielem konta celem uzyskania jednorazowego hasła ma zniechęcić go do udostępniania go innym. Na razie nie jest jasne czy ta metoda działa. <https://www.msn.com/pl-pl/wiadomosci/nauka-i-technika/netflix-wypowiedzia%C5%82-wojn%C4%99-polakom-dziel%C4%85cym-konta-musz%C4%85-potwierdzi%C4%87-to%C5%BCsamo%C5%9B%C4%87/ar-AASkNNf>



**KRZYSIEK  
BIENIEK**

## 9 prezentów z okazji Dnia Chłopaka, które uszczęśliwią Twojego faceta (i nie uszczuplą portfela!)

1. Wizytownik Zara - 49,90 PLN
2. Czapka Reserved - 39,99 PLN
3. Koszulka House - 29,99 PLN
4. Podstawka na telefon Sinsay - 12,99 PLN
5. Mucha H&M - 39,99 PLN
6. Bransoletka H&M - 29,99 PLN
7. Kubek termiczny Koenighoffer - 37,99 PLN
8. Książka - ok. 39,90
9. Płyta ulubionego artysty - ok. 30 PLN

PLN<https://www.papilot.pl/związki/ciekawostki/56896/9-prezentow-z-okazji-dnia-chlopaka-ktore-uszczesliwia-twojego-faceta-i-nie-uszczupla-portfela>



**KRZYSIEK  
NOWAK**

WWW.BURSASTARYSACZ.PL

**Zwycięzcy Grudniowego Konkursu Fotograficznego**

**Redaktor: Elżbieta Plata  
Zespół redakcyjny:  
Marta Cebula  
Danuta Cebula**