



IDŹ DO:

- » Spis treści
- » Przykładowy rozdział

KATALOG KSIĄŻEK:

- » Katalog online
- » Zamów drukowany katalog

CENNIK I INFORMACJE:

- » Zamów informacje o nowościach
- » Zamów cennik

CZYTELNIA:

- » Fragmenty książek online

do przechowalni

do koszyka



 **Helion** Wydawnictwo

Wydawnictwo Helion
ul. Kościuszki 1c
44-100 Gliwice
tel. 032 230 98 63
e-mail: helion@helion.pl

e-mail: septem@septem.pl
redakcja: redakcjawww@septem.pl
informacje: o.ksiegarni.septem.pl

CÓRKA DOSKONAŁA. JAK WYCHOWAĆ MĄDRĄ I SZCZĘŚLIWĄ KOBIECĘ. PORADNIK BEZ KANTÓW

Autor: Erika V. Shearin Karres, Rebecca Rutledge

Tłumaczenie: Wojciech Białas

ISBN: 978-83-246-2441-6

Tytuł oryginału: [The Everything Parent's Guide to Raising Girls](#)

Format: 180 × 235, stron: 320



Cud dziewczyna, miód, malina!

Wychowywanie dziewczynki – obowiązek wdzięczny niczym Twoja córeczka!

Zostać mamą lub tatą najmilszej istoty na świecie to cudowne doświadczenie, prawda? Jest taka drobna, niewinna, bezbronna. Jak sprawić, by wyrosła na silną, niezależną i realizującą swoje marzenia kobietę? W jaki sposób uchronić ją przed stereotypami i dyskryminacją? A wcześniej – jak przetrwać bunt dwuletniej terrorystki?

Dla każdego dziecka można by napisać podobny poradnik. Jednak płęć Waszej pociechy determinuje niektóre jej cechy i zachowania. Dziewczynka to dziecko obdarzone nieograniczonym potencjałem dawania, tworzenia i realizowania swoich zamierzeń. Jeżeli dobrze wymieszasz to z własną miłością, cierpliwością i zdrowym rozsądkiem, doczekasz się córki odważnej, zadowolonej z siebie i swojego życia.

Dzisiejszy świat stawia przed dziewczynkami i ich rodzicami inne wymagania, niż bywało to wcześniej. Jednak bez względu na to, jaką rolę społeczną i zawodową będzie kiedyś pełnić Twoja córka, przez kilkanaście najbliższych lat czeka Cię jej wychowywanie i kształtowanie, aby wyrosła na szczęśliwą, spełnioną kobietę.

Nie zapomnij przy tym o przysłowiu ludowym: „Jaka rodzina, taka dziewczyna!”.

- Różnice w wychowywaniu i przygotowywaniu do dorosłego życia chłopców i dziewcząt.
- Zdrowe, szczęśliwe i bezpieczne dzieciństwo Twojej córeczki.
- Radzenie sobie z napadami hysterii, humorami i utrzymywaniem higieny osobistej.
- Kształtowanie niezależnego umysłu, samodzielności i pewności siebie nastolatki.
- Umiejętne podejście do procesu dojrzewania, menstruacji i buntu.
- Skuteczne egzekwowanie zasad i utrzymywanie dyscypliny.
- Rozwijanie świadomej, odnoszącej sukcesy młodej kobiety.
- Budowanie z córką bliskiej relacji, która przetrwa całe życie.

Wprowadzenie **13**

Rozdział 1.

Wiek niemowlęcy Twojej córki **17**

| | |
|---|----|
| Czynniki warunkujące rozwój | 18 |
| Świat Twojego dziecka..... | 21 |
| Wprowadzaj regularne zajęcia..... | 23 |
| Potrzeby Twojej córki | 25 |
| Grymaśne dziecko | 27 |
| Szukaj oparcia w kręgu rodziny i znajomych..... | 29 |

Rozdział 2.

Twoja córka we wczesnym dzieciństwie **33**

| | |
|---|----|
| Kontakty z rówieśnikami i zabawki | 34 |
| Straszne dwulatki..... | 36 |
| Twoja córka uczy się słuchać | 40 |
| Napady hysterii i chwile odosobnienia | 42 |
| Nauka korzystania z nocnika | 45 |
| Z łóżeczka do łóżka | 47 |
| Upamiętniaj jej i swoje sukcesy | 48 |

Rozdział 3.

Twoja córka w wieku przedszkolnym **51**

| | |
|---|----|
| Czynniki rozwoju | 52 |
| Jej zabawki i hobby | 54 |
| Kontakty towarzyskie | 56 |
| Rozwijanie zdrowych nawyków | 60 |
| Nauka, jak być szczęśliwym..... | 62 |
| Przygotowanie do rozpoczęcia nauki w szkole | 63 |

Rozdział 4.

Zasady i konsekwencje **67**

| | |
|---|----|
| Style postępowania | 68 |
| Rozmowa o postępowaniu i przeprosiny..... | 70 |
| Nauka odroczonej gratyfikacji | 72 |
| Szacunek | 74 |
| Kształtowanie dobrych manier | 76 |
| Uprzejmość i właściwy język | 78 |

Rozdział 5.

Lata szkolne 81

| | |
|--|----|
| Umiejętność obcowania z innymi ludźmi..... | 82 |
| Dziewczynki i kultura szkolna | 85 |
| Nauczyciele jako mentorzy | 87 |
| Dlaczego dziewczęta doskonale sobie radzą... albo zawodzą..... | 88 |
| Perfekcjonizm jest przereklamowany | 89 |
| Zajęcia pozaszkolne..... | 90 |

Rozdział 6.

Rozwijanie zdolności Twojej córki 93

| | |
|--|-----|
| Daj córce spróbować wielu różnych zajęć..... | 94 |
| Chłopczyca albo twarda dziewczyna | 97 |
| Balerina czy łyżwiarka | 99 |
| Sportsmenka | 101 |
| Artystka | 103 |
| Prywatne lekcje | 104 |

Rozdział 7.

Dziewczynki w domu 107

| | |
|---|-----|
| Odpowiedzialność za dom i za rodzinę..... | 108 |
| Pomoc w wykonywaniu prac domowych..... | 109 |
| Zajmowanie się jej własnymi rzeczami..... | 111 |
| Dziewczynki i ich zwierzaki..... | 113 |
| Relacje z rodzeństwem | 114 |
| Obowiązki..... | 115 |
| Nauka obchodzenia się z pieniędzmi..... | 117 |
| Nauka dzielenia się i troski | 120 |

Rozdział 8.

Edukacja i osiągnięcia 125

| | |
|---|-----|
| Budowanie pozytywnego nastawienia | 126 |
| Pomoc przy zadaniach domowych | 129 |
| Nawiązywanie kontaktu z nauczycielami i trenerami | 132 |
| Korepetycje | 134 |
| Matematyka i nauki ścisłe..... | 135 |
| Dobre stopnie zapowiadają karierę | 139 |

Rozdział 9.

Problemy z rówieśnikami **141**

| | |
|--|-----|
| Wredne dziewczyny..... | 142 |
| Znajdowanie dobrych przyjaciół | 148 |
| Ryzykowne kliki..... | 151 |
| Niebezpieczni przyjaciele | 153 |
| Presja marki..... | 154 |
| Zastraszanie: ofiara czy prześladowca? | 155 |

Rozdział 10.

Zrozumieć swoje dziecko w okresie dorastania **157**

| | |
|--|-----|
| Pokwitanie i miesiączka..... | 158 |
| Rozkwitająca seksualność i zaburzenia..... | 161 |
| Zawirowania emocjonalne..... | 165 |
| Hormony i wahania nastroju | 165 |
| Bunt i sekrety..... | 167 |
| Skłanianie córki do rozmowy | 169 |

Rozdział 11.

Świat nastolatki **171**

| | |
|---|-----|
| Naucz ją mądrego obchodzenia się z mediami | 172 |
| Podstawy bezpiecznej obsługi komputera | 176 |
| Obsesja na punkcie muzyki i Hollywood | 179 |
| Prawdziwe życie i życie z celuloide | 181 |
| Wspieranie zdrowego stosunku do rzeczywistości..... | 182 |
| Rozumienie niezależności | 182 |

Rozdział 12.

Córeczka tatusia **185**

| | |
|---|-----|
| Czas sam na sam z tatą | 186 |
| Rola ojca w budowaniu poczucia własnej wartości | 190 |
| Modelowanie: chłopcy Twojej córki..... | 192 |
| Udział w pasjach córki..... | 195 |
| Inspiracja do większych aspiracji | 197 |
| Kształtowanie silnej woli u dziewczynki..... | 199 |

Rozdział 13.

Relacja matka – córka **201**

| | |
|---|-----|
| Starcia i wyzwania | 202 |
| Zadbaj o otwartość komunikacji..... | 203 |
| Przyjaciółka czy matka? | 205 |
| Dlaczego matka nigdy nie ma racji | 206 |
| Bądź cierpliwa wobec swojej córki..... | 208 |
| Zajęcia budujące więź..... | 210 |

Rozdział 14.

Chodzi o poczucie własnej wartości **215**

| | |
|---------------------------------|-----|
| Wizerunki kobiet i media | 216 |
| Czy jestem piękna?..... | 218 |
| Popularność | 222 |
| Przejściowe mody i trendy | 223 |
| Ubranie, styl i makijaż | 224 |
| Współczesna kultura..... | 227 |

Rozdział 15.

Zagrożenia i sygnały ostrzegawcze **229**

| | |
|---|-----|
| Alkohol, papierosy i narkotyki..... | 230 |
| Złe traktowanie ze strony chłopców | 237 |
| Bezpieczne strategie wobec pokus..... | 238 |
| Prywatność córki a jej bezpieczeństwo | 240 |
| Pogarszające się oceny i wagary | 241 |
| Internetowe sygnały ostrzegawcze..... | 244 |

Rozdział 16.

Zdrowie i dobre samopoczucie **247**

| | |
|--|-----|
| Pierwsza wizyta u ginekologa | 248 |
| Dziewczęta i depresja..... | 251 |
| Sygnały ostrzegawcze przed samobójstwem | 255 |
| Anoreksja, bulimia i inne zaburzenia odżywiania..... | 258 |
| Samookaleczanie i interwencja | 260 |
| Sygnały ostrzegawcze przed ucieczką z domu | 262 |

Rozdział 17.

Twoja córka i seksualność **263**

| | |
|--|-----|
| Przekazywanie córce wiedzy na temat seksu..... | 264 |
| Rozwiązłość..... | 270 |
| Szybki numererek a związek..... | 270 |
| Naucz córkę mówić „nie”..... | 272 |
| Pociąg córki do innych dziewcząt..... | 273 |
| Twój ostateczny cel..... | 274 |

Rozdział 18.

Randki **275**

| | |
|--|-----|
| Abecadło umawiania się..... | 276 |
| Skąd wiedzieć kiedy..... | 278 |
| Szacunek dla samej siebie..... | 280 |
| Umawianie się na wyjścia całą grupą..... | 281 |
| Jak znaleźć dobrego chłopaka..... | 282 |
| Chłopcy jako przyjaciele..... | 284 |
| Złamane serce..... | 285 |
| Nadrzędny cel..... | 286 |

Rozdział 19.

Wyzwania w rodzinie **287**

| | |
|--|-----|
| Kłótnie rodzinne i rozwód..... | 288 |
| Macochy, ojczymowie i przyrodnie rodzeństwo..... | 291 |
| Wspólne rodzicielstwo..... | 294 |
| Samotni rodzice..... | 296 |
| „Wybrani” członkowie rodziny..... | 297 |
| Pozwól córce być po prostu dziewczyną..... | 298 |

Rozdział 20.

| | |
|---|------------|
| Od dziewczynki do kobiety | 301 |
| Twoja córka jako młoda kobieta | 302 |
| Rywalizacja w świecie | 303 |
| Wspieranie swojej córki-przyjaciółki..... | 307 |
| Puste gniazdo oznacza szerszy krąg | 308 |
| Ciesz się swoim dziełem | 310 |
| Świętuj nowe tradycje..... | 311 |
| Witaj w swoim najlepszym życiu..... | 312 |
| Dodatek A Bibliografia | 313 |
| Dodatek B Materiały dodatkowe | 317 |

6

Rozwijanie zdolności Twojej córki

Każda dziewczynka posiada mnóstwo zdolności. Twoja szansa to możliwość przekonania się, jakimi konkretnie talentami obdarzona jest Twoja córka — a może je realizować na wiele sposobów. Wiele z tych zdolności można rozwijać w szkole. Musisz tylko zachęcić córkę, by pokażała światu odrobinę swoich możliwości, a zajęcia pozaszkolne, w które się zaangażuje, wykonają już za Ciebie całą resztę pracy. W rezultacie Twoją rolą będzie po prostu wyszukiwanie talentów. Pierwszy krok w tym zawodzie polega na wysondowaniu, jakie wrodzone zdolności posiada Twoje dziecko.

Daj córce spróbować wielu różnych zajęć

Umożliwiając córce wypróbowanie wielu różnych zajęć już od wczesnego dzieciństwa, możesz zaobserwować, czy przejawia ona jakiegokolwiek zainteresowanie w danej dziedzinie. Nie chodzi tutaj jedynie o jej wrodzone talenty; ważne są również jej preferencje co do tych talentów. Przykładowo niektóre dziewczynki mogą cechować się budową ciała typową dla długodystansowców — szczupłą sylwetką i długimi nogami — ale jeśli nie znoszą biegać, nie będą mogły rozwijać tego talentu. Dlatego powinieneś mieć otwarty umysł i zapoznawać córkę zarówno z takimi formami aktywności, które wydają się w jej przypadku oczywiste, jak i z takimi, które nie wydają się już tak oczywiste.

Niektóre rodziny kultywują długotrwałe tradycje wychowywania dziewcząt, które osiągają świetne wyniki w tenisie (talent sportowy) albo są świetne w malowaniu obrazów olejnych (talent artystyczny). Jeżeli jesteś członkiem takiej właśnie rodziny, to naturalnie oczekujesz, że córka również będzie przejawiać zdolności i skłonności w tym kierunku.

Nowe tradycje

Inne rodziny pragną zerwać ze swoimi tradycjami. Być może niektórzy członkowie takiej rodziny mieli nie do końca dobre doświadczenia co do skali swojego talentu, kiedy próbowali pójść w ślady swoich rodziców. Pragną więc spróbować czegoś nowego i chcą, żeby ich córki spróbowały sił w nowych dziedzinach. W takich przypadkach pomocne jest zrozumienie, że talent jest określony zarówno przez naturę, jak i przez wychowanie. Trzeba też dać córce okazję do wykazania się talentami, jakimi jest obdarzona. W grę wchodzi również względy praktyczne, takie jak preferencje Twojego dziecka i dostępne w Twojej okolicy treningi, które mogłyby być dla niego korzystne i których cena mieściłaby się w Twoich możliwościach — tak w sensie finansowym, jak i czasowym.

Słowo *talent* pochodzi z łacińskiego *talentum*, które oznaczało jednostkę wagi albo pieniędzy. Później słowo to zmieniło znaczenie i zaczęło oznaczać intelektualne albo fizyczne zdolności. Obydwie definicje, mimo że przecież różne, zgadzają się w jednym sensie. Posiadanie talentu to niewątpliwie kapitał.

CIEKAWOSTKA



Oprócz różnorodnych talentów artystycznych albo sportowych, jakie odkryłeś już u swojej córki, przyjrzyj się również, jak radzi sobie w szkole, gdzie jej zdolności mogą być już bardzo wyraźne. Uczniów można klasyfikować zgodnie z następującymi kategoriami:

- **Ogólnie uzdolniony intelektualnie:** Te dzieci cechują się bogatym słownictwem i wysokim IQ. Przynoszą doskonale stopnie i radzą sobie bardzo dobrze z każdym wybranym przez siebie przedmiotem.
- **Szczególny talent naukowy:** Te dzieci przejawiają talent w jednym lub w dwóch przedmiotach i radzą sobie z nimi nadzwyczaj dobrze, natomiast w innych przedmiotach osiągają przeciętne wyniki.
- **Talent w sztukach plastycznych:** Te dzieci przejawiają ogromny potencjał w rysowaniu, malarstwie i w rzeźbie oraz odznaczają się wysokim poziomem kreatywności.
- **Talent w sztuce scenicznej:** Te dzieci cechują się niezwykleymi zdolnościami do gry aktorskiej, śpiewu, gry na instrumentach muzycznych, komponowania muzyki oraz pisania tekstów.
- **Twórczy talent:** Te dzieci przejawiają swoje zdolności w ustnych, pisemnych i niewerbalnych środkach wyrazu oraz mają wiele oryginalnych pomysłów. Cechują się skomplikowanym sposobem myślenia i nieograniczoną wyobraźnią.
- **Talent przywódczy:** Te dzieci przejawiają wybitny talent w organizowaniu innych osób, w przewodzeniu im i w wywieraniu na nie wpływu. Często cieszą się wśród swych rówieśników opinią ludzi, którzy osiągają swoje cele, i odznaczają się cechami osobowości, które przyciągają stronników.

Jak widać po tej klasyfikacji, różne talenty mogą być wykryte wcześniej.

Programy dla uzdolnionych dzieci

Czy Twoja córka wpisuje się w jedną z tych kategorii? Jeśli tak, to postaraj się, żeby włączono ją w jej szkole do jednego z programów dla uzdolnionych dzieci. Jeżeli w szkole nie ma nawet jednego, to może mógłbyś go zapoczątkować wraz z rodzicami innych utalentowanych dziewcząt i chłopców. Możesz rozpocząć, przeprowadzając sondaż, aby zobaczyć, czy ktoś jeszcze oprócz Ciebie zgłasza takie zapotrzebowanie, a następnie powinieneś przedstawić wyniki radzie szkoły. Pamiętaj, że ogólnie rzecz biorąc, od 8 do 10 procent uczniów zdradza jakiś rodzaj niezwyklego talentu.

Oprócz udokumentowanych przejawów talentu, jakie może przejawiać Twoja córka, również inne czynniki mogą wpływać na nią i na rozwój jej zdolności. Niektóre dziewczynki mają wyjątkową osobowość, którą powinieneś uszanować.

Najlepsza osobowość

Osobowość Twojej córki może odbiegać od Twoich życzeń, ale jest to jej najlepsza osobowość, więc pogódź się z tym. To, czym dokładnie jest osobowość, bywało przedmiotem zaciętych debat. Jednak większość ekspertów zgadza się, że składają się na nią cechy danej osoby, jej nawyki oraz doświadczenia.

Osobowość dziecka rodzi się na styku jego cech dziedzicznych i wpływów środowiska, a obejmuje następujące aspekty:

- inteligencję,
- temperament,
- motywację,
- emocje.

W Stanach Zjednoczonych wiele szkolnych programów dla uzdolnionych dzieci opiera swoje kryteria przyjęcia na wynikach testu na inteligencję. Dzieci z zamożnych rodzin uzyskują w nich zazwyczaj lepsze wyniki, ale dziecko może uzyskać niższy wynik w teście IQ, a i tak odznaczać się zdolnościami w innych dziedzinach.

CIEKAWOSTKA



Aspekty inteligencji oraz różne jej przejawy w szkole były już omawiane wcześniej. Jeśli chodzi o temperament, należy brać pod uwagę różne nатуry i reakcje dzieci. Przykładowo niektóre dziewczynki łatwo się denerwują z powodu błahostek, podczas gdy inne przechodzą do porządku dziennego nad większością problemów, nawet tych znacznych.

Jeżeli chodzi o motywację i emocje, to powinieneś wziąć pod uwagę nadzieje, preferencje i antypatie oraz uczucia swojej córki. Im starsze dziecko, tym większą rolę odgrywają jego preferencje i uczucia i tym wyraźniej widoczne stają się jego indywidualne skłonności. Skłonności te mogą wpływać na to, jak będzie się zachowywać.

Chłopczyca albo twarda dziewczyna

Niezależnie od tego, czy nazywasz ją chłopczycą, czy twardą dziewczyną, mało w niej dziewczęcej subtelności. Jeżeli Twoja córka zapowiada się na chłopczycę, to już we wczesnym wieku robi wokół siebie wiele hałasu i próbuje zwracać na siebie uwagę. Większość osób uważa, że zachowuje się bardziej jak chłopiec niż jak dziewczynka. Od momentu kiedy zerwie się z łóżka, w całym domu słycać tupot, ponieważ rzadko chodzi na palcach, a często przeskakuje przez krzesła. Woli też bawić się piłką albo resorakami, a nie lalkami. Jeżeli jednak będziesz nalegać, by pobawiła się lalką, to może zbudować z gałęzi i wstążek katapultę i wystrzelić ją na podwórko.

W średniowiecznej psychologii uważano, że cztery podstawowe płyny ustrojowe — krew, flegma, żółć i czarna żółć — determinują charakter i usposobienie człowieka. Zgodnie z tą teorią dzielono ludzi na choleryków (o gwałtownym charakterze), melancholików (przygnębionych), sangwiników (radosnych) i flegmatyków (ospałych).

CIEKAWOSTKA



Zmarniały kwiat

Powinieneś zaakceptować swoją córkę z otwartymi ramionami i zadbać o to, by zaakceptowali ją również jej nauczyciele. Daj jej do zrozumienia, że uszczęśliwia Cię taka, jaka jest. Ale uważaj. Jeśli córka ma braci, może dołączać do ich gwałtownych zabaw, a ponieważ nie jest tak duża i silna jak oni, może łatwiej ulec różnym kontuzjom. Może się też zdarzyć, że pokona ich w różnego rodzaju fizycznych zawodach, więc nie bądź zaskoczony objawami niezadowolenia ze strony jej braci.

W kwestii wyglądu zewnętrznego chłopczyce mogą być równie podatne na zabrudzenie jak chłopcy albo nawet bardziej, może to też być dla nich świetna zabawa. Często wolą nosić dżinsy i T-shirty niż sukienki i spódnice, co może być korzystne. Kupuj córce takie ubrania, jakie lubi. Są one zazwyczaj łatwiejsze w utrzymaniu niż typowe dziewczęce stroje, a poza tym mogą być tańsze i bardziej wytrzymałe.

WSKAZÓWKI



Niezależnie od tego, w jakim stopniu Twoja córka kwalifikuje się jako chłopczyca, spróbuj zaszczerpić jej dbałość o strój. Zawsze powinna ubierać się stosownie do konkretnej okazji. Niekoniecznie musi to oznaczać spódnice i bluzkę lub sukienkę, może to być zestaw z eleganckimi spodniami.

Wielu rodziców zgadza się w kwestii ubioru chłopczycy na kompromis. Często stosują zasadę co drugiego dnia, czyli w pewne dni to oni wybierają, co założyć ich dziecko, a w inne może nosić swoje ulubione koszule i potargane dżinsy. W okolicy urodzin córki zapytaj ją, co chciałaby dostać w prezencie. Nawet jeśli wybierze kombinezon albo najnowszy zestaw narzędzi, spełnij jej życzenie.

Pamiętaj, że chłopczyce mogą być obiektem drwin nie tylko dziewcząt, ale i chłopców. Naucz ją kilku użytecznych odpowiedzi, na przykład w odniesieniu do stroju może odpowiedzieć „To najnowsza moda”, a w odniesieniu do swoich ryzykownych zabaw „Interesuję się akrobacją” albo „Chciałbyś być taki jak ja”.

UWAGA



Wiele chłopczyc przechodzi przez różne fazy rozwoju, które mogą wyglądać następująco:

- Stopniowy, ale stały wzrost zainteresowania formami aktywności, ubraniami i zachowaniami kojarzonymi z chłopcami.
- Okres szczytowy, kiedy córka może nosić fryzurę w chłopięcym stylu, preferować zabawę wyłącznie z chłopcami i nalegać, by nazywać ją jakimś niezbyt dziewczęcym zdrobnieniem jej imienia.
- Powrót do bardziej umiarkowanych zachowań, co oznacza czasami zachowanie w stylu tradycyjnie dziewczęcym, a innym razem zachowanie chłopięce.

Rozwój nie wszystkich chłopczyc przebiega w zgodzie z tymi fazami. Niektóre z nich pozostają niezmiennie od wczesnego dzieciństwa i wyrastają na pewne siebie, niezależnie myślące i dążące do osiągnięcia sukcesów młode kobiety. W wieku dorosłym ekschłopczyce mogą cieszyć się dużym powodzeniem, ponieważ cechują się zazwyczaj silną wolą, mają duże osiągnięcia i mają opanowane wiele użytecznych umiejętności, od zmiany oleju w samochodzie do instalacji nowego zlewozmywaka, dzięki czemu oszczędzają czas i pieniądze. Przede wszystkim zaś mają one każdą sytuację pod kontrolą. A to wspinała umiejętność.

Balerina czy łyżwiarka

Jednym z najwspanialszych darów, jakie może od Ciebie otrzymać córka, jest pomoc w odkryciu tego, co się w niej kryje, i zachęcenie jej do rozwijania tego potencjału. Wspomnij słowa Oscara Levanta: „Nie boli to, kim jesteś,

tylko to, kim się nie stałeś”. Dlatego nigdy nie dowiesz się, kim mogłaby zostać Twoja córka, jeśli nie wesprzesz jej wczesnych pragnień i nie będziesz jej towarzyszyć, kiedy będzie próbowała zmierzać ku realizacji swoich najgłębszych pasji. W przypadku dziewczynki, która pragnie być baleriną albo łyżwiarką, możesz powiedzieć, że masz szczęście. Po prostu dostarczasz jej wszystkiego, czego potrzebuje, i obserwujesz jej postępy.

CIEKAWOŚTKA



Ponad trzy wieki temu francuski dwór zapoczątkował tradycje baletu — zainspirowały one Ludwika XIV (1643 – 1715), który sam był zapalonym tancerzem, do założenia Académie Royale de Danse (Królewskiej Akademii Tańca) w roku 1661.

Obroty i piruety

Jest bardzo wiele sposobów, na które możesz wesprzeć zainteresowanie swojej córki tańcem albo łyżwami czy rolkami. Dostępnych jest mnóstwo zajęć z baletu, koszykówki, karate, tańca nowoczesnego, jazdy na rolkach oraz łyżwiarstwa. Najwspanialszy w tym, że Twoja córka się w to angażuje, jest fakt, iż zwiększają jej giętkość i polepszają sylwetkę oraz sposób poruszania się. Jej ciało oraz pewność siebie wynoszą z tego same korzyści. Kolejnym plusem jest fakt, że wszystkie te zajęcia są dostępne w licznych miejscach w Twojej miejscowości. Więc jeśli tylko Twoja córka interesuje się tymi formami aktywności, przeprowadź rekonesans w szkołach i centrach sportowych w swojej okolicy. Następnie pozwól jej pójść na próbne zajęcia.

UWAGA



Nie nalegaj, żeby córka kontynuowała zajęcia z tańca albo z łyżwiarstwa, jeżeli straci zainteresowanie tym tematem. Dzieci wiele razy zmieniają swoje preferencje, więc zawsze mądrze jest nie wykupywać zbyt wielu zajęć od razu. Trzymaj się planu cotygodniowych lub comiesięcznych wpłat (zależnie od możliwości) i zawsze miej na podorędziu jakiś inny rodzaj zajęć, którym mógłbyś zainteresować swoje dziecko.

Kostiumy potrzebne na treningach baletowych albo łyżwiarskich mogą kosztować fortunę, nie licząc już kosztów samych zajęć. Niezależnie od tego, jak bardzo Twoja córka wydaje się zdeterminowana, by zostać wybitną tancerką albo łyżwiarką, rozpocznij ostrożnie. Często zdarza się, że programy zajęć pozalekcyjnych oferują wprowadzające lekcje ruchowe. Przykładowo zdolności łyżwiarskie córka może wypróbować najpierw na publicznym lodowisku, zanim zaangażuje się w nie głębiej. Zawsze pozostawiaj jej uchyloną furtkę na rozwijanie nowych zainteresowań. Tak wiele rodzajów aktywności może pozytywnie wpływać na jej rozwój duchowy i cielesny. Postępy w umiejętnościach dziewczynki rzadko przebiegają w prosty sposób. Mogą przeplatać się z zakrętami w stronę innych zainteresowań. Ale to właśnie te zawilości czynią rodzicielstwo tak fascynującym. Poszerzają one Twoje horyzonty tak samo, jak poszerzają krąg zainteresowań Twojego dziecka. Córka może dojść do wniosku, że taniec albo łyżwiarstwo nie są dla niej. Zamiast tego może nagle zdecydować, że czas nauczyć się taekwondo albo zainteresować się jakimś innym sportem.

Sportsmenka

Jeżeli Twoja córka jest trochę albo nawet bardzo uzdolniona sportowo, to masz szczęście, ponieważ ma do dyspozycji tak wiele możliwości trenowania tego, co ją interesuje. Niezależnie od tego, czy wybierze taekwondo, piłkę nożną, czy hokeja na trawie, powinieneś się cieszyć, że Twoja córka znalazła coś, co ją pasjonuje.

Twoja radość będzie tym większa, kiedy przekonasz się, że większość szkolnych programów sportowych oferuje mnóstwo możliwości wyboru, tak że córka zawsze będzie miała okazję znaleźć coś, co ją zainteresuje. Ponieważ treningi sportowe są fundowane przez szkołę, nie musisz się obawiać o kompetencje trenera. Poza tym będziesz pewnie, jako rodzic, wybierany przez córkę na „ochotnika”, aby asystować we wszelkiego rodzaju spotkaniach albo imprezach pozaszkolnych. Możesz też zostać wyznaczony do zapewnienia transportu.

Najlepszym sposobem zmotywowania córki do uprawiania sportu jest zabranie jej w jakieś miejsce, gdzie trenują dzieci. Oprócz normalnych miejsc tego rodzaju, takich jak szkoły, część gmin posiada hale sportowe oferują-

ce wiele różnorodnych zajęć, które można zakwalifikować jako rozrywkę (dla zabawy) albo doskonalenie (na bardziej zaawansowanym poziomie). Za niewielkie pieniądze dziewczęta mogą się przekonać, czy w jakimkolwiek stopniu interesują się koszykówką, siatkówką albo innymi sportami zespołowymi.

W ofercie mogą być również sporty indywidualne, takie jak pływanie lub nurkowanie. Jeśli Twoja córka lubi przebywać na świeżym powietrzu, to ma do dyspozycji cały wachlarz różnorodnych sportów do wypróbowania, zanim zdecyduje się na biegi przełajowe albo slalom narciarski.

Jeśli tylko córka lubi wybrany przez siebie sport i nie jest w niego przesadnie zaangażowana, możesz odetchnąć, chociaż nie będziesz mieć na to zbyt wiele czasu. Rodzice młodych, rozwijających się sportsmenek często muszą ponosić ofiary. Kiedy okres prób w różnych zespołach dobiegnie końca i Twoja córka zostanie do któregoś wybrana, jej rozkład zajęć może ulec zmianie, i to samo dotyczy również Twojego planu dnia.

Sport wymaga zaangażowania

Zanim Twoje dziecko zdecyduje się w pełni zaangażować w uprawianie jakiegoś rodzaju sportu, uświadom mu, jak wiele czasu może od niego wymagać wspięcie się na wyżyny swoich możliwości w tej dziedzinie. Będzie to nie tylko wymagało długich godzin treningów, ale także będzie nieść ze sobą ryzyko kontuzji. Niektóre takie kontuzje mogą zaś pociągać za sobą trwające całe życie konsekwencje. Poza tym nie ma gwarancji, że nawet najdłuższy, najcięższy i najbardziej bolesny trening przyniesie córce sukcesy. Powiedz jej, że powinna zajmować się sportem, ponieważ sprawi on, że:

- Będzie miała więcej energii oraz będzie sprawniejsza i zdrowsza.
- Rozładuje swoje stesy i zrealizuje swoje pasje.
- Spożytkuje swoje szczególne zdolności, których nie powinna marnować.

Twoja córka powinna zajmować się sportem nie tylko dla szansy zdobycia olimpijskiego złota. Jeżeli zdecyduje się grać w szkolnej albo lokalnej drużynie, jej zwykły plan dnia na pewno ulegnie zmianie. Będzie spędzała na tych zajęciach więcej godzin niż jej koledzy ze szkoły, a życie Twojej rodziny zacznie się kręcić wokół jej sportowych obowiązków. Napelni Cię to dumą, nawet jeśli uświadomisz sobie, że nie masz już prawie w ogóle wolnego czasu.

Niezależnie od tego, jak teoretycznie swobodna powinna być Twoja córka na bieżni, zawsze wiąże się z tym ukryte koszty, takie jak wspólne zdjęcia z drużyną, wyjazdy na specjalne obozy i dodatkowa żywność dla córki i jej koleżanek z zespołu, kiedy wpadną do Ciebie do domu, aby świętować swój sukces. Powitasz je zadowolony, że córka odnalazła dziedzinę, w której może w pełni pokazać swoje nadzwyczajne zdolności, ale przekonasz się szybko, że Twoje rezerwy finansowe zostaną uszczuplone.

Wielu rodziców wydaje więcej pieniędzy, niż przewiduje ich budżet. Przeprowadzają się w okolice, w której pracuje najlepszy trener. Poświęcają weekendy na treningi na specjalistycznych obiektach sportowych, a wakacje spędzają na zawodach, które chce obejrzeć ich córka. Podejmują wszelkie wysiłki, aby wspierać swoje dziecko w różnych sportowych zainteresowaniach. W rezultacie ich córka świetnie sobie radzi.

Michelle Wie, urodzona w 1989 roku w Honolulu, jest sławną amerykańską golfistką i jedną z najlepszych młodych zawodniczek na świecie. Zaczęła grać, mając cztery lata, regularnie trenuje cztery godziny dziennie, a w weekendy siedem godzin. Jak do tej pory, jej kariera rozwija się w rekordowym tempie, przechodząc wszelkie oczekiwania.

CIEKAWOSTKA



Artystka

Nie każda dziewczynka lubi uganiać się za piłką albo pedałowac aż do utraty tchu. Wiele z nich woli różne dziedziny sztuki albo zajęcia rzemieślnicze. Do szczęścia może im wystarczac, jeśli siedzą w piwnicy i bazgrają, szkicują albo piszą. Mogą też tworzyć różne przedmioty z modeliny albo produkować nowe stroje dla swoich pluszaków. Ich hobby pochłania je i sprawia im wiele radości. Dziewczynki obdarzone tą wspaniałą umiejętnością wymyślania sobie samym rozrywki nie potrzebują zbyt wiele. Przecież łatwo o kredki i papier. Plastelina i skrawki materiału kosztują niemal tyle co nic. Potrzebujesz tylko udostępnić swojej małej artystce jakiś kącik w domu, który będzie miejscem na realizację jej hobby, i to wszystko, czego jej trzeba.

Ona ma talent

Plastyka i muzyka są przedmiotami nauczonymi w większości szkół, począwszy od pierwszej klasy szkoły podstawowej. Niektóre szkoły urządzają również konkursy i wystawy prac. Inne organizują występy, na których Twoja artystycznie uzdolniona córka może czytać swoje wiersze lub popisać się swoim rodzajem talentem aktorskim albo dekoracjami, które przygotowała dla kółka teatralnego. Jeżeli jej szkoła nie ma dostatecznie ciekawych zajęć plastycznych, sprawdź lokalny dom kultury. Przyjrzyj się najciekawszym zajęciom pozaszkolnym, dopasowanym do Twojego kreatywnego dziecka i jego zainteresowań. Wspaniale w córce utalentowanej artystycznie jest to, że nigdy się ona nie nudzi.

Bardzo pomysłowa

Rozwinięta plastycznie dziewczynka zawsze potrafi sobie znaleźć coś przyjemnego i pożytecznego do zabawy. Wystarczy dać jej pudełko guzików, różnobarwnych wstążek, blok i klej, żeby się rozkręciła. Zanim się obejrzy, będzie potrafiła:

- Zaprojektować i wydrukować kartki z życzeniami dla całej rodziny.
- Przerobić swoje stare T-shirty aksamitnymi wycinkami i cekinami.
- Wymyślić krótką historyjkę, zilustrować ją i przedstawić na zajęciach.

Świadomość, że wychowujesz tak twórczą i samowystarczalną dziewczynkę, obdarzoną ogromnym talentem, to prawdziwa radość.

Prywatne lekcje

Jak już wcześniej wspomniano, talent, aby mógł się w pełni rozwinąć, potrzebuje do tego możliwości. Twoim zadaniem jako rodzica jest, by je zapewnić. Daj swojej córce szansę jak najpełniejszego wykorzystania swoich zdolności, cokolwiek by to oznaczało. Możesz to zrobić, sprawdzając, jakie możliwości oferuje szkolny system. Potem przyjrzyj się zajęciom w lokalnym domu kultury. Następnie skontaktuj się z najbliższym uniwersytetem. Studentom ostatniego roku zawsze przydadzą się dodatkowe pieniądze, a mogą okazać się doskonałymi trenerami lub nauczycielami.

Do profesjonalistów powinieneś się zwrócić tylko po wyczerpaniu wszystkich innych opcji. Wynajęcie zawodowego trenera albo czynnego artysty, który miałby szkolić Twoją córkę w dziedzinie jej wyjątkowego talentu, może być kosztowne.

Zanim zapiszesz ją na prywatne lekcje, postaraj się o rekomendacje od innych rodziców. Pozwól także swojej córce spędzić trochę czasu z profesjonalistą, aby przekonać się, jak się ze sobą dogadują. Nie chcesz przecież, żeby przestała grać na skrzypcach dlatego, że jej nowy nauczyciel jest przesadnie krytyczny albo po prostu nie radzi sobie zbyt dobrze z dziećmi.

UWAGA



Czasem wystarczy jedno spotkanie z emerytowanym zawodowym tancerzem, aktorem albo trenerem, aby przekonać się, jak duży talent sportowy lub artystyczny kryje się w Twoim dziecku. Rozmawiając z gwiazdą teatru albo ze znanym sportowcem, córka pokaże, jak bardzo jest zdecydowana poświęcić się rozwijaniu swojego talentu.

Kręta droga

Pomyśl o poznawaniu talentu swojej córki jak o podróży, która zwykle nie przebiega wzdłuż linii prostej. Tym niemniej podążaj z nią wytrwale tą drogą. Zobacz, czy córka ma w sobie ten ogień, który jest niezbędny, aby rozwijać zdolności, czy też jest to dla niej jedynie hobby. Pamiętaj, że nie można lekceważyć nawet hobby. Może ono przekształcić się w trwającą całe życie pasję albo w satysfakcjonującą karierę. Zaangażowanie w sport albo w twórczą działalność może też mieć daleko idące konsekwencje. Może rozwinąć się w pochłaniającą pasję, która przetrwa liceum i studia, aby stać się zmieniającym życie przedsięwzięciem. Każde dziecko jest inne, a dziewczynki w szczególności są bardzo zróżnicowane, jeśli chodzi o wybory zajęć i opcji.