Jak wychować odważną, pewną siebie dziewczynkę? Z okazji Dnia Kobiet na to pytanie postara się odpowiedzieć Pani Agnieszka Pokrywka w swoim artykule.

## „Jak nauczyć dziewczynkę odwagi? Co daje nam odwaga?

### Stereotypowe wzorce zachowań dla dziewczynek.

My rodzice, mamy zapisane gdzieś głęboko w naszej podświadomości wzorce perfekcyjnej dziewczynki i jej cechy. Perfekcjonizm, dobre wychowanie, schludny wygląd, odpowiednie wykształcenie, godna praca, mądry partner. Wszystko takie wyważone i „mądre”. A później rzeczywistość weryfikuję i burzy nam ten obraz i zaczynamy stopniowo unieszczęśliwiać naszą córkę przez nieakceptowanie jej taką jaką jest, jaką chce być i kim chcę być. Bo odbiega nam od zapisanego wzorca.

„*Uważaj, bo spadniesz”, „nie idź tam, bo coś sobie zrobisz”, „jesteś bardzo wrażliwa, nie słuchaj tego”, „uważaj, bo się pobrudzisz”, „usiądź normalnie, dziewczynkom tak nie wypada”, „zachowuj się jak dziewczynka a nie jak chłopak”, “taka piękna dziewczynka a taki brudas”,* itd…

Często mówimy dziewczynom żeby uważały, że są delikatne, często wmawiamy im, że są wrażliwe, słabe, że nie dadzą rady. Patrzymy na córki przez swój pryzmat, nie dając im szansy na poznanie siebie.

Wpuszczamy je w pudełka “uważaj to nie dla Ciebie, to dla chłopaka”. Uczymy ich przesadnej ostrożności. Uzależniamy je od siebie, podejmując za nie decyzje, czym pozbawiamy je samodzielnego myślenia.

Wychowujemy dziewczyny w poczuciu bezradności i braku chęci podejmowania ryzyka, czym przyczyniamy się do utraty poczucia własnej wartości. Ten strach którego unikają w dzieciństwie, zostaje z nimi na całe życie. Ten strach jest powodem późniejszych frustracji, braku odwagi mówienia o swoich potrzebach, akceptowania siebie, innych. Ten strach i brak możliwości pokonywania go w dzieciństwie, w życiu dorosłym objawia się nieumiejętnością wyjścia ze swojej strefy komfortu i jednoczesnym unieszczęśliwianiem siebie.

**Pokonywanie swoich słabości pozwala na zbudowanie własnej wartości. Silnej, niezależnej a zarazem wrażliwej i empatycznej kobiety.**

### Co możemy zrobić?

**1. Ucz odpowiedzialności.**
Odpowiedzialność uczy „jestem wartościowy”, uczy samodzielnego myślenia. Zacznij od pomocy Tobie w zakupach, sprzątaniu, sadzeniu kwiatków, wynoszeniu śmieci. Jeśli masz zwierzę, daj córce pełną odpowiedzialność za zwierzaka. Karmienie, sprzątanie, wychodzenie.

Jak najczęściej, konsekwentnie włączaj córkę do obowiązków domowych. Po zjedzeniu wspólnego posiłku, powtarzaj, aż do skutku „dziękuję, a teraz odkładamy talerze do zlewu”.

**2. Pewność siebie i inteligencja emocjonalna.**
Pewność siebie uczy – „mogę to zrobić, dam radę”. Pewność siebie daje dziewczynkom prawo do zadbania o siebie i o swoje potrzeby. Pewność siebie daje wolność i odwagę do uczenia się i popełniania błędów.

Inteligencja emocjonalna daje naszym córkom umiejętność komunikowania się ze sobą i z innymi. Daje im wiedzę na temat ich uczuć „czuję złość na Kasię, bo zostawiła mnie samą”, „czuję wstyd, bo wysypało mi się całe śniadanie na podłogę w szkole i wszyscy się ze mnie śmiali”, „czuję się dumna, że odważyłam się powiedzieć Jasiowi, że sprawił mi przykrość”. Rozpoznawanie emocji, daje niewiarygodną siłę. Dobrze przygotowana emocjonalnie dziewczynka, staje się silną i znającą siebie kobietą. Rozpoznawanie swoich uczuć, rozmowa o uczuciach przynosi ogromną ulgę. Jeśli rozpoznajemy emocje u siebie, rozpoznamy je u innych.

Słuchajmy naszych dziewcząt częściej niż udzielajmy im rad. Zadawajmy pytania otwarte „co czułaś, kiedy to się stało?”.

**3. Ciekawość, radość istnienia.**
Rozbudź w córce ciekawość, radość życia i beztroskę. Pokaż, że świat jest piękny, ludzie są cudowni a ona jest bezpieczna i kochana. Wygłupiajcie się razem, zapraszaj jej kolegów i koleżanki do siebie. Rodzicu, nie bądź tak poważny i spięty. **Daj się przyłapać na błędzie. Mamo, pokaż jej, że nie jesteś perfekcyjna ale, że to jest ok.** Jesteś wystarczająca taka, jaka jesteś. To da jej siłę i wiarę w siebie. Dasz jej przykład. Rodzicu bądź beztroski, czasami infantylny. Pokazuj dobrą stronę życia a nie punktuj same nieszczęścia.

Stwórz dom otwarty, gdzie córka będzie wiedziała, że jej znajomi są u Ciebie mile widziani. Bądź godnym zaufania rodzicem. Nie lekceważ emocji córki. Ufaj jej. Daj jej prawo do złości, smutku.

My rodzice weźmy głęboki oddech i namówmy nasze dziewczyny do jeżdżenia na deskorolce, wspinaczki, wchodzenie na drzewa. To czego dziecko nauczy się na podwórku zostaje z nim do końca życia.

Przestańmy powtarzać w kółko “*uważaj bo się zranisz, nie umiesz tego, tego też nie, nóż jest ostry a tu jest wysoko”*. Zaufajmy dziewczynom. **Bądźmy przykładem odważnych kobiet dla naszych córek.** Niech próbuje, nawet jeśli się boi, niech przełamie strach i spróbuje a dojdzie sama do wniosku że spróbowała, była na tyle odważna że spróbowała. Mamo bądź przykładem i przełamuj swoje lęki. Tato, daj córce odwagi, pokaż jak odważna i wartościowa jest.

Rodzicu dziewczynek. Dostałeś prawdziwy dar. Dar możliwości wychowania silnej, pewnej, kochającej siebie kobiety. Wykorzystaj tę szansę jak najlepiej.”

Artykuł pochodzi ze strony internetowej:

swiadomaedukacja.pl