



**Vodič kroz
prijateljstvo
za
pametne devojčice**
Fiona Foden

Vodič kroz
prijateljstvo
za
pametne devojčice



Beograd, 2014.

Naslov originala
THE SMART GIRL'S GUIDE TO FRIENDSHIP
by Fiona Foden

Text copyright © Fiona Foden, 2013
Illustrations copyright © Lemon Ribbon, 2013
Translation Copyright © 2014 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-00949-1

Izdavač: Vulkan izdavaštvo d.o.o., Gospodara Vučića 245, Beograd,
office@vulkani.rs; www.vulkani.rs

Za izdavača: Miroslav Josipović, Nenad Atanasković i Saša Petković;
izvršni urednik: Dubravka Trišić, urednik: Nebojša Burzan;
prevod: Branislava Maoduš; lektura i korektura: Tijana Isailović

Štampa: Vulkan štamparija, Vojvode Stepe 643a, Beograd

Tiraž: 1.000 primeraka

CIP - Katalogizacija u publikaciji dostupna je u katalogu
Narodne biblioteke Srbije, Beograd

COBISS.SR-ID 206536204

Sadržaj

- Gde bi bila bez prijatelja? 6
- Deset zapovesti prijateljstva 7
- Kakav si prijatelj? 9
- Biti sjajan prijatelj 17
- Nezgodni trenuci i svađe 25
- Izostavljena i usamljena 39
- Prijateljstvo s dečacima 55
- Odrastanje – kako se prijateljstva menjaju 67
- Mitovi o drugarima 79
- Gde bi bila bez prijatelja? 85
- I naposljetku... deset zabavnih stvari
koje možeš raditi s drugaricama 90
- Ako ti je potrebno
više informacija 94

Gde bi bila bez prijatelja?

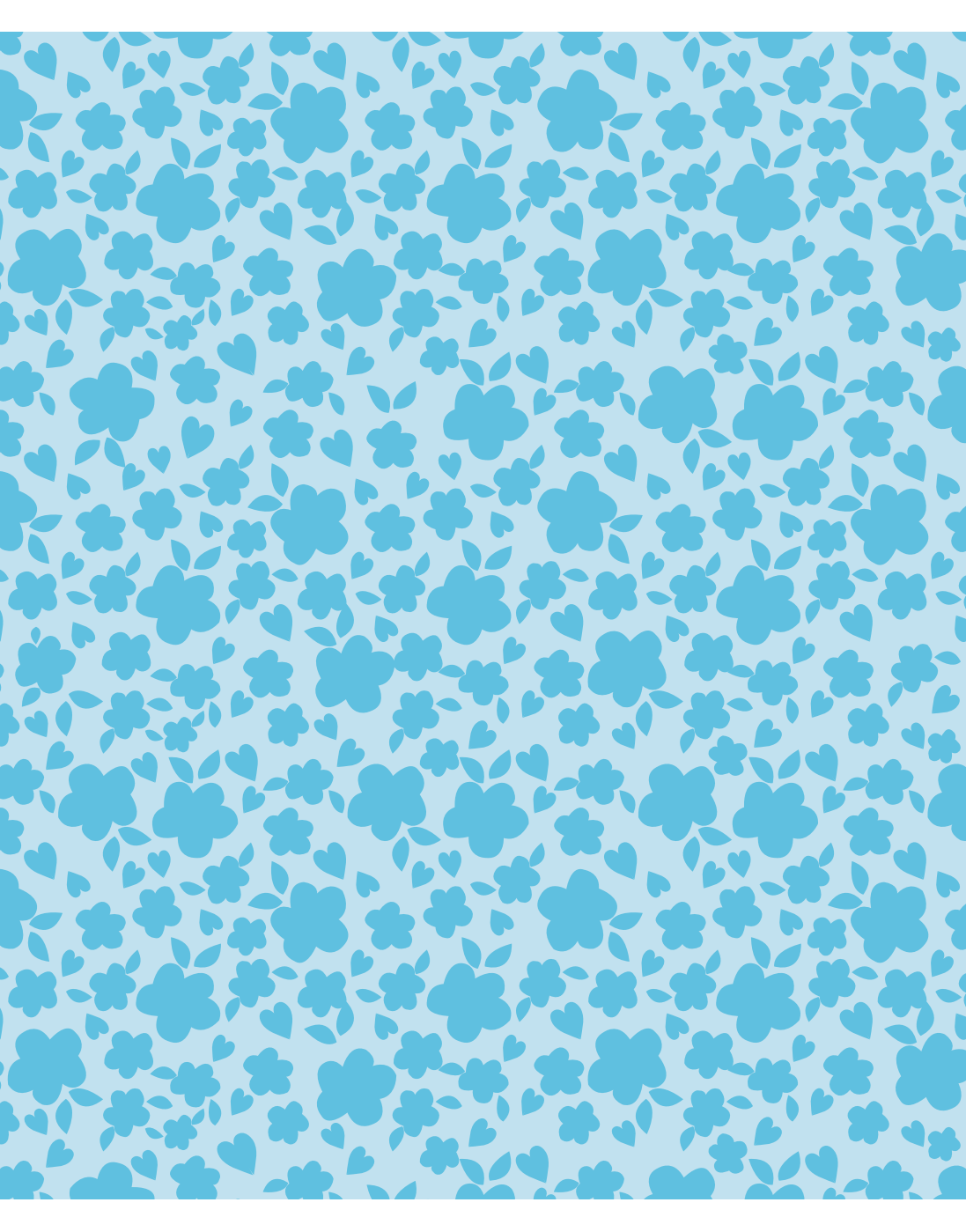
Dele s tobom lepe trenutke i uvek te nasmeju – bez sumnje, nema ničeg lepšeg nego provoditi vreme s najboljim drugaricama. Ova knjiga te uči kako da na najbolji mogući način uživaš u svojim divnim prijateljstvima – od toga kako da drugaricama pokažeš koliko ti je stalo do njih, do toga kako da se nosiš sa neprijatnim situacijama (jer čak i najbolja prijateljstva ponekad umeju da se zakomplikuju). Čitaj dalje kako bi se uverila da su tvoja prijateljstva večna...

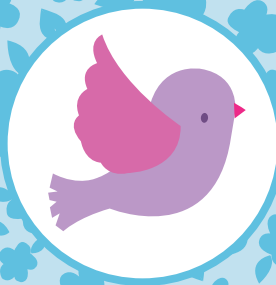
Deset zapovesti prijateljstva

Upamti ih i uvek ćeš biti sjajan prijatelj.

Danas obećavam...

- 1 Da nikada neću uzimati svoje prijatelje zdravo za gotovo.
- 2 Da ću im se javljati ma koliko bila u gužvi.
- 3 Da nikada neću širiti tračeve o drugaricama (jer znam koliko bi to mene zabolelo).
- 4 Da ću uvek biti tu za prijatelje kada su tužni.
- 5 Da ću se starati da svoje prijatelje uvek uključim u sve svoje aktivnosti.
- 6 Da ću naučiti da slušam.
- 7 Da ću čuvati tajne svojih drugarica.
- 8 Da ću hrabriti svoje drugarice i slaviti njihov uspeh.
- 9 Da ću se zauzeti za svoje drugarice i stati na njihovu stranu ako neko bude surov prema njima.
- 10 Da ću uvek govoriti svojim drugaricama koliko su sjajne.





Kakav si prijatelj?

*„Imam najbolje prijatelje na svetu
i oni stvarno postoje... verujem im.“*

En Hatavej, glumica



Kviz koji će ti sve razjasniti



Šta te čini sjajnim prijateljem?

Odgovori na ovih šest kratkih pitanja i otkrij šta te čini vrhunskim prijateljem.

1 Spremaš se za zabavu na koju ideš sa drugaricom, a ona nikako da odluči šta da obuče. Šta radiš?

- a. Bodriš je da bude hrabrija kada je izgled u pitanju.
- b. Daješ joj koliko god vremena da je potrebno.
- c. Uveravaš je da će izgledati divno ma šta da obuče.

2 Tvoja drugarica mora da nastupi pred čitavom školom i ima tremu. Kako ćeš joj pomoći?

- a. Tako što ćete zajedno vežbati i sve pretvoriti u šalu.
- b. Razgovorom o tome zašto ima tremu, i pomažući joj da podigne samopouzdanje.
- c. Ohrabrićeš je da dā sve od sebe.

3 Kako najviše voliš da provodiš vreme s drugaricama?

- a. Pričajući viceve i smešne priče.
- b. Časkajući i poveravajući tajne.
- c. Deleći snove o budućnosti.

4 Tvoja drugarica je danas pomalo tužna. Kako ćeš pokušati da je oraspoložiš?

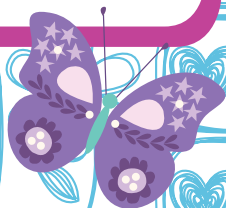
- a. Tako što ćete zajedno raditi nešto zabavno, da bi joj pomogla da zaboravi na brige.
- b. Razgovorom o tome što je muči pokušać ćeš da saznaš zašto je tužna.
- c. Tako što ćeš joj pomoći da uvidi da njen problem i nije tako ozbiljan.

5 Šta je najgore što prijatelj može da ti uradi?

- a. Odbije da se pridruži kada predložiš nešto zabavno ili luckasto.
- b. Izda tajnu.
- c. Ponaša se čudno i izbegava te bez objašnjenja.

6 Šta od dole navedenog najbolje opisuje savršeno spavanje kod drugarice?

- a. Mnogo prijatelja i komedija.
- b. Samo jedan ili dva bliska prijatelja koji pričaju do duboko u noć.
- c. Ti voliš kada se osmisli tematsko veče – kao što je pravljenje frizura ili pravljenje pice.



Zaključci



Najviše odgovora pod A...

Ti si veseli drugar

Uvek si raspoložena za smeh – nije ni čudo što si toliko popularna. Voliš svoju najbolju drugaricu, ali si uvek raspoložena da upoznaš nove ljude. Svako uživa kada je s tobom u društvu jer si puna šašavih ideja i strašno si zabavna.

Drugarice te vole jer: život je uvek blistav kada si ti u blizini.

Najviše odgovora pod B...

Ti si magični drugar

Zašto magičan? Zato što si dobra, pažljiva i uvek spremna da pomogneš drugarici da se oseća dobro. Ako prijatelj ima problem, ti uvek znaš kako da središ stvari. Mudra si, pametna i brižna – nije ni čudo što tvoji prijatelji smatraju da si pravo blago!

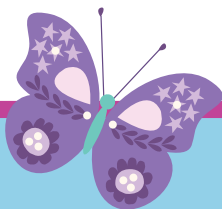
Drugarice te vole jer: umeš da ih saslušаш i uvek im daješ do znanja da ti je stalo do njih.

Najviše odgovora pod C...

Ti si prijatelj za sva vremena

Puna si novih ideja o tome šta biste mogle da radite, ti si ona vrsta drugarice koja život čini uzbudljivim. A nekako ti uspeva i da iz ljudi izvučeš ono najbolje, pomažeš im da se osete samouverenije. Odanost ti je strašno važna – i veruješ da je pravo prijateljstvo za sva vremena.

Drugarice te vole jer: znaju da ćeš uvek biti tu za njih.



Čemu služe prijatelji



Zabavno je družiti se – ali drugarice mogu da ti pruže mnogo više. Ko u tvojim najbližim krugovima odgovara sledećem opisu?



Ume da sluša: to je ona drugarica kojoj se poveravaš i koja ima vremena za svakoga.

Ima stila: prati modu i kul je, pomaže ti da se odlučiš kada nisi sigurna kako izgledaš.

Ume da reši probleme: ponekad ti posmatranje situacije sa tuđe tačke gledišta može pomoći da se odlučiš šta da uradiš.

Zabavna je: S njom se svi presavijaju od smeha.

Ume da ti podigne samopouzdanje: pomaže ti da veruješ u sebe, čak i kada si nesigurna.

Uvek vedra: neki prijatelji jednostavno znaju kako da ti poprave raspoloženje.

Avanturista: ohrabriće te da sebi postaviš ciljeve i da kreneš za onim što u životu želiš.

Ume da ti pročita misli: toliko se dobro poznajete da ona gotovo ume da pročita šta ti je na pameti.

Najbolja drugarica ili veliko društvo... šta je za tebe bolje?

Neke devojčice ne mogu da zamisle da budu bez najbolje drugarice, druge su srećnije u većem društvu i sve ih jednako vole. Ono što je odlično kod najbolje drugarice jeste to što te ona najbolje poznaje, i savršeno razume tvoj smisao za humor. Ali može ti se desiti da budeš usamljena kada nje nema ili kada, iz nekog razloga, ne možete da se vidite. Kada imaš nekoliko prijatelja – ili veliko društvo – uvek ćeš imati s kim da se družiš.

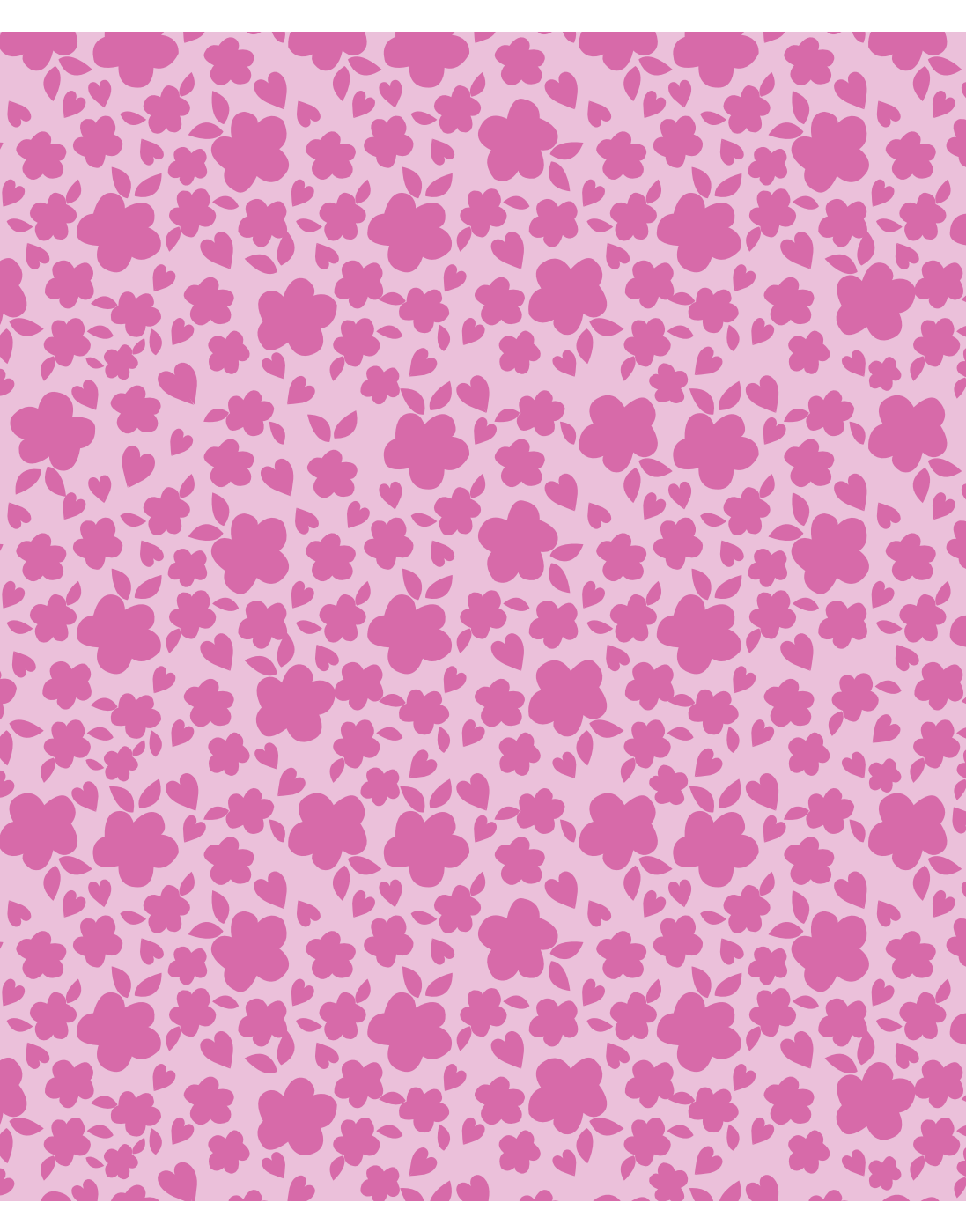
A i nećeš se previše oslanjati na jednu osobu. Ali, čak i ako se budeš družila sa mnogo različitih ljudi, verovatno ćeš uvek imati „uži krug“ sa kojim ćeš razviti najbližije odnose. Upamti da se prijateljstva uvek pomalo menjanju, i da je normalno da u nekom trenutku osetiš veću bliskost sa jednom od drugarica, a u sledećem sa nekom drugom. Dakle, da li je ipak bolje imati jednu najbolju drugaricu ili čitavo društvo? Na tebi je da odlučiš. Sve što je važno jeste da se osećaš prijatno i da postupiš kako smatraš da je najbolje za tebe.

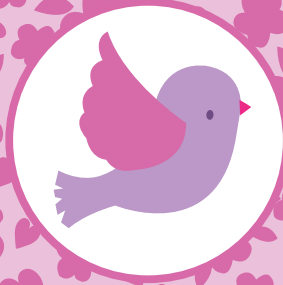
Pametna devojčica kaže

Da li bi trebalo da imam najbolju drugaricu?

Možeš osetiti da si pod velikim pritiskom da pronađeš najbolju drugaricu. Možda ćeš misliti i da nešto propuštaš ako je trenutno nemaš - ali samo imaj na umu da se bliska prijateljstva razvijaju prirodno. Možeš učiniti mnogo toga kako bi srela i upoznala ljude, ali ne možeš silom steći prijatelja.

Možda će ti savršeno odgovarati veće društvo, a ne samo jedna drugarica. Ako zaista želiš najbolju drugaricu, samo budi što je moguće više otvorena i prijateljski nastrojena, ali upamti da možeš imati osećaj, kao da imaš najbolju drugaricu i sa čitavom grupom drugarica koje te dobro poznaju.





Biti sjajan prijatelj

*„Volim svoje prijatelje... obožavam da sedim
s njima i slušam njihove dogodovštine.“*

Bijonse, pevačica

Kako da budeš najbolji prijatelj na svetu?

Upravo oni mali znaci pažnje čine da se izdvojiš od ostalih.



Ako je tvoja drugarica tužna...

Možda će želiti da razgovara o tome, a možda ni sama ne zna zašto je tako neraspoložena. Ako je nešto brine, uskoro će ti biti jasno da li želi da to podeli s tobom. Ako želi, onda je saslušaj i nežno joj daj neke predloge. Čak iako nije raspoložena da ti se poveri, pomažeš joj samim svojim prisustvom i pažnjom.

Kada učini nešto sjajno...

Jedna od najvećih prednosti prijateljstva jeste to što imaš nekog s kim možeš da slaviš. Da поделиš koliko si srećna i ponosna na nju, čak iako pomalo osećaš zavist (što je, uzgred rečeno, sasvim normalno). Možeš li nešto naučiti od nje? Uspeh prijatelja može te naterati da se više trudiš i da ostvariš svoje snove. To ne znači da bi trebalo da budeš baš strašno takmičarski nastrojena sa svojom drugaricom, ali pametna i talentovana drugarica može da te inspiriše da daš sve od sebe.

Ako je neko bio zao prema njoj...

Naravno da si uznemirena – ali odvoji vreme i porazgovaraj s njom da bi mogla smireno da proceniš situaciju. Najbolje je da se najpre zajedno posavetujete pre nego što nekoga iskritikuješ. Čak i tada može doći do čitavog niza nevolja. Bolje ti je da uveriš drugaricu da ima tvoju podršku i da je ohrabriš da zanemari (i zaboravi) ružne komentare ili ponašanje.

Kada ima tremu...

Zamisli kako bi se ti osećala da si na njenom mestu. Šta bi tebi pomoglo? Razgovaraj s njom o tome što je plaši, i saznaj zašto. Uveri je da ona to može i, ako je u pitanju nešto što može unapred da se uvežba, ponudi joj da budeš publika. Takođe je možeš podsetiti da će se sve završiti već sutra ili naredne nedelje, pa isplaniraj neku zabavu da to proslavite.



Kada te pita šta misliš o njenoj odevnoj kombinaciji...

Ako joj pristaje, onda je lako – jedan od zadataka prijatelja je da podigne samopouzdanje drugarici tako što će joj reći da odlično izgleda. Ali ako zaista smatraš da bi mogla i lepše da izgleda, pokušaj da joj to kažeš nežno. Mogla bi reći: „Lepo je, ali možda bi bilo bolje kada bi tu majicu nosila uz one druge pantalone. Zašto ne probaš, pa da vidimo?“

Ako se seli ili menja školu...

Pokaži joj da ti je stalo tako što ćeš joj reći da ti nedostaje – ali nemoj suviše plakati i biti očajna, jer će se ona samo osećati gore. Pričaj o prednostima odlaska u drugu školu – kako ćete imati mnogo više tema za razgovor. Dobro je navesti nešto čemu će se radovati (kao što je spavanje kod tebe ili odlazak u kupovinu), da bi znala da je vaše prijateljstvo i dalje jednako čvrsto.

