So unterstützen Sie Ihr Kind Freunde zu finden

Freundschaften sind ein ideales Übungsfeld zur Entwicklung sozialer Kompetenzen. Kinder, die Freunde haben, sind selbstbewusster und haben wenige Anpassungsschwierigkeiten. Doch Freunde zu finden, ist gar nicht so einfach.

Freundschaften können nicht erzwungen werden, sie müssen wachsen. Am Beginn einer Freundschaftsbeziehung stehen immer eine gewisse Sympathie und unsere eigene Bereitschaft uns zu öffnen und zu vertrauen. Es ist wichtig so zu sein wie man ist, anstatt sich zu verstellen, nur um vielleicht einen guten Eindruck zu machen. Wer sich selbst gegenüber wohlwollend und achtungsvoll ist, wird auch Menschen anziehen, die diese Eigenschaften haben.

Und wie es bereits Ralph Waldo Emerson, ein amerikanischer Philosoph und Schriftsteller, sagte, *„Es gibt nur einen Weg, Freunde zu gewinnen; sich selbst einer zu sein.“* Seien Sie Vorbild und laden Sie eigene Freunde ein, wenn möglich natürlich mit Kindern.

Bei Kontaktaufnahme helfen

Manchen Kindern fällt es schwer, Kontakt mit anderen aufzunehmen. Hier ist es wichtig, die Kinder nicht einfach alleine zu lassen.

Ihre Anwesenheit kann besonders jüngeren Kindern helfen, sich wohl zu fühlen. Seien Sie beispielsweise während der ersten halben Stunde dabei, spielen Sie mit und geben Sie eventuell auch Anregungen. Vielfach finden Kinder dann von selber ins Spiel und benötigen Sie nur mehr, wenn sie in Konflikte geraten. Eltern sollten ihr Kind bei der Kontaktaufnahme nicht dominieren, sondern helfen, die Dinge ins Rollen zu bringen.

Sie können sich auch selber als Partner zum Spielen anbieten und dabei Interaktionen fördern. So können Sie Begegnungen mit Handpuppen oder Stofftieren üben. Sie könnten das Kind spielen und das Kind könnte den möglichen Freund spielen – und umgekehrt.

Kindern Zeit lassen

Manchen Kindern fällt es leicht, einfach zu einer Gruppe spielender Kinder hinzugehen und zu fragen, ob sie mitspielen dürfen. Manchen aber nicht.

Lassen Sie Ihrem Kind ruhig Zeit, sich erstmal zu orientieren und für sich zu entscheiden, wann der richtige Zeitpunkt ist. Möglich wäre dem Kind zu sagen: *„Wenn du mitspielen magst, kannst du hingehen und fragen* “Darf ich mitspielen?“, *wenn du aber noch ein wenig zusehen magst, ist das auch in Ordnung!“* Helfen Sie dem Kind dabei, aus sich herauszukommen, ohne es zu sehr zu bedrängen. Das Kind sollte den Spaß im Umgang mit Gleichaltrigen entdecken.

Bei sehr schüchternen Kindern ist es manchmal besser, erst einmal ein Kind zu sich nach Hause einzuladen. Hier fühlt sich das Kind

© Stockphoto/pyotr021

sicher und vielleicht fällt es ihm so einfacher, in dieser gewohnten Umgebung Freundschaften zu knüpfen. Einfacher wird es, wenn Ihr Kind das eingeladene Kind bereits kennt.

Das Kind soll entscheiden

Achten Sie auf die Signale Ihres Kindes und lassen Sie ihm die Wahl. Kinder dürfen selbst nach eigenen Sympathien entscheiden, mit wem sie spielen wollen und wen sie zum Freund mögen. Nur so können sie ihre sozialen Fähigkeiten entwickeln und lernen, verlässliche Kinderfreundschaften aufzubauen.
Manchmal fällt es Eltern jedoch gar nicht leicht, die Freunde ihres Kindes zu akzeptieren. Denn jeder Elternteil wünscht sich Freunde für seine Kinder, die sich gut benehmen. Doch manchmal sind es gerade diese kleinen Chaoten, die das Kinderzimmer verwüsten und denen immer neue tolle Spielideen einfallen, die ihrem Kind helfen können, selbst seine kreative Seite zu entdecken.

Lassen Sie die Kinder selber entscheiden und halten Sie sich so gut es geht im Hintergrund. Natürlich so lange keine alarmierenden Anzeichen für Gewalttätigkeiten, Unterdrückung anderer oder kriminelle Handlungen Ihr sofortiges und unmissverständliches Eingreifen erfordern.

Spielfähigkeit fördern

Fördern Sie die Spielfähigkeit Ihres Kindes, denn besonders im Vorschulalter sind Kinder mit guten Spielideen meistens sehr beliebt. Das heißt, je fantasievoller Sie mit Ihrem Kind spielen, desto kreativer wird es mit seinen Freunden spielen können. Beliebt sind etwa Klassiker, wie Verkleiden oder Höhlen bauen, für die Sie die erforderlichen Utensilien zur Hand haben sollten.

Interesse an Gleichaltrigen?

Manchmal (z.B. wenn ein Kind sehr reif für sein Alter ist) spielen Kinder gerne alleine und sollten nicht ständig gezwungen werden, mit anderen zu spielen. Sprechen Sie mit Ihrem Kind, fragen Sie es, ob es vielleicht mit jüngeren oder älteren Kindern spielen möchte. Ermutigen Sie es, sich eventuell Hobbies zu suchen. So kann es seine Talente und Interessen ausleben und erlebt ein stärkeres Selbstbewusstsein. Dies kann ihm dabei helfen, leichter Freunde zu finden.

Miteinander sprechen

Manchmal hilft es schon, wenn Sie einfach mit dem Kind darüber sprechen, was ein Freund ist und was man mit einem Freund machen kann. Hilfreich können auch Filme und Bücher sein, die auf unaufdringliche Weise aufzeigen, wie man Freunde findet und auf was man achten sollte.

Helfen Sie Ihrem Kind positive Erfahrungen zu machen, dann wird es versucht sein, diese auch wiederholen zu wollen. Üben Sie keinen Druck auf Ihre Kinder aus, sondern schaffen Sie Voraussetzungen, damit sie selber lernen können, Freunde zu finden und Freundschaften aufzubauen.

Mag. Dr. Brigitte Schimpl, BA pth.
Psychotherapeutische Wissenschafterin, Leiterin der Kinderambulanzen Wien

brigitte.schimpl@kinderhilfswerk.at

Kontakt