



Freunde  
machen *stark*



Eltern können noch so lustig sein, das unbeschwerte Zusammensein mit Gleichaltrigen ersetzen sie nicht. Kinder brauchen Spielkameraden: zum Lachen, Tuscheln, Streiche-Aushecken. Freunde machen glücklich, stärken das positive Selbstbild und Urvertrauen. Wer es nie in eine Gruppe schafft, der leidet. Text: Beate Giacovelli

**„Da komm ich nimmer her“**, mault Emil (4). „Die anderen Kinder, die sind böse.“ Emil will weg vom Spielplatz, nach Hause. Zwei kecke Burschen haben ihm sein neues Feuerwehrauto abgeluchst. Jetzt hocken die beiden Rabauken einträchtig im Sand, bekämpfen unsichtbare Flammen mit der ergaunerten Beute. Statt den Konflikt auszutragen, sucht Emil Trost in den Armen von Mama. Die soll es für ihn richten.

#### Mission possible

„Solange keine alarmierenden Anzeichen – etwa Gewalt oder Feindseligkeit anderer Kinder – sofortiges und unmissverständliches Eingreifen fordern, sollten Eltern sich weitgehend des Kommentars enthalten“, rät Angelika Braza, zertifizierte Elterntrainerin mit Schwerpunkt auf Erziehungsfragen. „Eltern sollten ihrem Kind nicht alles abnehmen, nur um es nicht in Stress zu versetzen. In harmlosen Alltagssituationen können sich Kinder erproben und soziale Kompetenzen erlernen.“ Letztere erfährt man am besten am eigenen Leib. Streiten, schmollen, ver-

söhnen. Sich behaupten, auch mal nachgeben, teilen – so lernt Ihr Kind, wie man mit anderen umgeht. Freunde findet und sie auch behält.

#### Ins kalte Wasser springen

Erste Kontaktaufnahmen können unbeholfen oder wie in Emils Fall sogar grob erfolgen. Zurückhaltende oder unsichere Kinder beobachten oft lange, bevor sie Annäherungsschritte wagen. Temperamentsbolzen hingegen kommen lärmend und raumgreifend daher. „Beides kann die Kontaktaufnahme erschweren“, so Angelika Braza. „Lassen Sie Ihrem Kind erst einmal Zeit. Gut gemeinte Aufforderungen wie ‚Nun geh doch einfach hin und frag, ob du mitspielen kannst!‘ bewirken manchmal das Gegenteil. Denn das Kind fühlt, dass es den elterlichen Vorstellungen von Kontaktaufnahme nicht entspricht, und ist entmutigt.“

Nach kurzer Aufwärmphase finden die meisten Kinder selbst heraus, wie es klappt mit dem Kennenlernen. „Erst wenn Schüchternheit in Angst umschlägt, die das Kind

darin hindert, auf andere zuzugehen, wird die Zurückhaltung zu einem ernstzunehmenden Problem“, erklärt Angelika Braza. Fördern Sie die Sprechfähigkeit Ihres Sprösslings: Mit Einkaufsspielen, Vorlesen, Reimen oder Rollenspielen.

#### Plagegeister und Schimpftiraden

Der neue Favorit Ihres Kindes sagt „Hä?“ statt „Wie bitte?“, zeigt den Stinkefinger, verwechselt das Kinderzimmer mit einem Schlachtfeld? Verständlich, dass sich Eltern manchmal wünschen, sie könnten die Spielkameraden ihrer Kinder selbst aussuchen, sich ungezogene Quälgeister vom Leib halten. Bemerkungen wie „Such dir einen anderen Freund“ sollte man sich trotzdem verkneifen. Denn so könnte der Wunsch zur weiteren Kontaktaufnahme blockiert werden.

„Kinder entscheiden selbst, wen sie mögen, mit wem sie spielen möchten“, meint Angelika Braza. „Eltern können keine Kinderfreundschaften stiften.“ Mit der Zeit merken Kinder von alleine, dass aggressive oder

## So wecken Sie die Neugierde auf Spielkameraden

- Beziehen Sie Ihr Kind in die Vorbereitungen von Einladungen, Festen oder Familienfeiern mit ein. Zeigen Sie, dass Freundschaft etwas Besonderes ist. Freuen Sie sich auf Ihre Gäste.
- Ist Ihr Kind scheu, überfordern Sie es nicht. Lieber nur ein (ruhiges) Kind einladen. Stellen Sie ein Spiel bereit, das beiden gefällt.
- Fördern Sie die Fantasie Ihres Sprösslings. Wer tolle Spielideen hat, zieht Gleichaltrige magisch an.
- Ermutigen Sie Ihr Kind schon von klein auf, Kontakte zu pflegen, sich in dynamischen Gruppen wohl zu fühlen und zu behaupten. Krabbelgruppen, Kindergärten, Sport- oder Musikvereine sind wertvolle Kontaktbörsen.
- Fördern Sie die natürliche Freude an der Gemeinschaft. Wecken Sie Teamgeist statt Rivalität durch gemeinsame Aktivitäten wie Tischdecken, Aufräumen, Basteln oder Seilziehen. Gemeinsam ist man schneller und stärker.
- Das schönste Geschenk in Sachen Freundschaft: ein offenes Haus. Laden Sie ab und zu nicht nur einen, sondern drei oder mehr Freunde ein. Viele Kinder kennen ein Wir-Gefühl nur noch aus Filmen oder Computerspielen.

stürmische Spielkameraden stets Chefs sein wollen und sie selbst nur eine Nebenrolle spielen dürfen. Diese Erfahrung sollte man Kindern nicht abnehmen. Üben Sie sich in Gelassenheit. Erklären Sie wilden Gastkindern die geltende Regeln in Ihrem Haushalt: keine Schimpfwörter und Beleidigungen. Nicht schlagen, schubsen oder kneifen. Erst spielen, dann aufräumen.

### Eltern als Vorbild

„Wer selbst aktiv und kontaktfreudig ist, erleichtert es seinem Kind, erste Freundschaften zu knüpfen“, ist Angelika Braza überzeugt. „Am Verhalten der Eltern lernen Kinder, wie man fair, offen und auch humorvoll diskutiert. Wie man Regeln vereinbart und Kompromisse aushandelt. Dabei beobachten Kinder ihre Eltern sehr genau und nehmen wahr, wie Beziehungen gelebt werden.“

Verlässliche Freundschaften auf Augenhöhe sind genauso wichtig wie Kindergarten, Schule und Familie. Sind Kinder unter sich, müssen sie selbst Regeln aufstellen und Verantwortung übernehmen. Das funktioniert nicht immer reibungslos: Es gibt Knüffe, Tränen, vielleicht sogar eine blutige Nase. Dornen in den Augen der Eltern. Und trotzdem: Kinder wachsen an Konflikten. Lernen, wie man sich das nächste Mal besser zusammenrauft. Entwickeln Selbstbewusstsein, Einfühlungs- und Durchsetzungsvermögen. Das beste Schutzschild, damit Ihr Sprössling auch in turbulenten Lebensphasen nicht aus der Bahn gerissen wird. ■

## info fratz

### Talk Radio

Angelika Braza spricht in ihrer Radiosendung im ORF Vorarlberg jeden Dienstag über Elternbildung und Erziehungsfragen.

[www.elternbegleitung.at](http://www.elternbegleitung.at)

