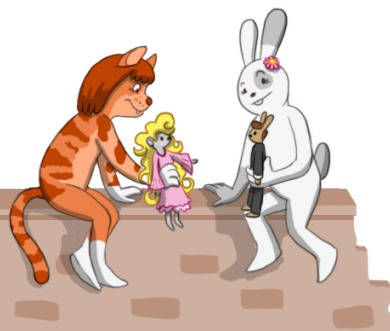


## Ein Freund, ein guter Freund – Kinderfreundschaften fördern

Nora Völker-Munro  
MSc. Psychologin

[www.mit-kindern-lernen.ch](http://www.mit-kindern-lernen.ch)  
[www.biber-blog.ch](http://www.biber-blog.ch)



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Warum sind Freundschaften wichtig?

Menschen, die Freunde haben:

- sind glücklicher
- sind erfolgreicher
- sind psychisch und physisch gesünder
- leben länger
- können mit schwierigen Situationen besser umgehen



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Kinder gestalten Freundschaften unterschiedlich

Introversion vs. Extraversion

Wie tankt mein Kind auf?



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## ... und nicht immer nach unseren Vorstellungen

«Was findet mein Kind an der/dem?»  
«Die passen doch gar nicht zusammen!»

**Was kann das Kind in dieser Freundschaft lernen?  
Wie kann ich es dabei unterstützen?**

- Freundschaften dienen der Erweiterung des Selbst
- Nur eingreifen, wenn die Freundschaft über längere Zeit „toxisch“/destruktiv ist oder sich der „innere Kompass“ von den Eltern weg bewegt



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Freundschaft:

Einen guten Nährboden schaffen  
Das Kennenlernen erleichtern



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Einen guten Nährboden schaffen

Freundschaften brauchen:

- **Zeit** – achten Sie darauf, die Agenda schlank zu halten.
- **Kontaktmöglichkeiten** – via Schulweg, gemeinsamen Ausflügen und Übernachtungen
- **Freiheit** – sorgen Sie für unverplante (und am besten unbeobachtete) Momente, die Ihre Kinder mit anderen verbringen dürfen.
- **Positive Grundhaltung** – heißen Sie die Freunde Ihrer Kinder willkommen



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Der Wert des freien Spiels

«Kinder sollten möglichst oft mit anderen Kindern selbstbestimmt spielen können, altersdurchmisch, zigtausend Stunden. Für ihre Entwicklung ist dies eine Notwendigkeit. Viele betrachten das freie Spielen aber als Zeitverlust. Schon früh wird versucht, den Kindern weiss Gott was alles beizubringen. Jetzt gehst du ins Ballett, in den Fussballklub, jetzt spielst du ein Instrument, jetzt machen wir ein Umweltprojekt.»  
Remo Largo



### Manche Kinder sind mit dem freien Spiel überfordert

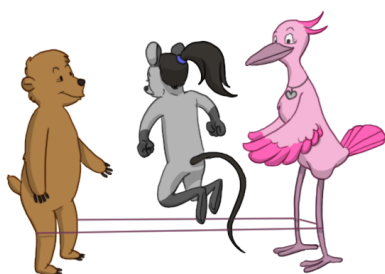
- **Treffen anfangs zeitlich begrenzen und eine strukturierte Aktivität mit einem einzelnen Kind planen**
  - Eis essen gehen
  - einen Kinofilm ansehen
  - den Abenteuer-Spielplatz besuchen
  - Eislaufen gehen
  - gemeinsam Plätzchen backen
  - Dekoration für die Jahreszeit basteln
- **Aktivitäten vermeiden, die typischerweise „brenzlig“ werden** (z.B. Brettspiele vorab außer Sichtweite deponieren etc.)



→ **Das Treffen sollte kurz sein und Spaß machen, sodass das andere Kind gerne wieder kommt.**

## Manche Kinder trauen sich nicht, auf andere zuzugehen

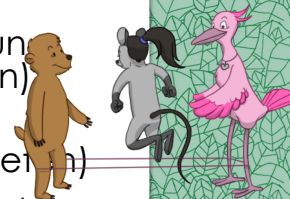
«Jetzt geh doch einfach hin und frag! Mehr als nein sagen können sie doch nicht!»



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Sich in ein Spiel einklinken

1. Beobachten, was die Gruppe tut
2. Verstehen, warum es geht
3. Sich langsam nähern und etwas Ähnliches tun (Gummitwist, Fahrrad fahren, Blätter sammeln)
4. Auf einen geeigneten Moment warten (z.B. Spielpause, Verliererteam Unterstützung anbieten)
5. Fragen, ob man mitspielen darf oder warten, bis man eingeladen wird. Von Zeit zu Zeit Augenkontakt aufnehmen!



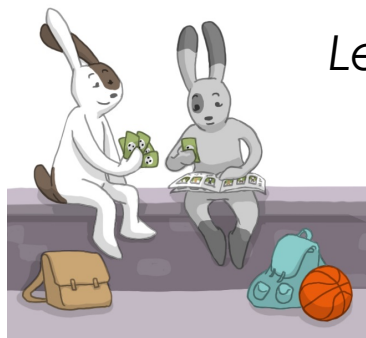
→ **Wichtig: Das Gruppengeschehen nicht unterbrechen.  
Wie ein Chamäleon!**

AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Was gute Freunde ausmacht

«Die beliebten Kinder in meiner Klasse sind die, die gut spielen können und nicht nerven.»

Leon, 10 Jahre



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Gute Freunde verhalten sich prosozial

Prosoziales Verhalten:

- ist dazu gedacht, mit anderen in Kontakt zu treten oder die Beziehung zu vertiefen/ zu reparieren
- löst beim Gegenüber i.d.R. positive Emotionen aus
- wirkt wie eine «Einzahlung» auf ein «Beziehungskonto»

Kinder, die über ein gutes Repertoire an prosozialen Verhaltensweisen verfügen:

- fühlen sich im Umgang mit anderen sicherer (Selbstwirksamkeit)
- wissen, wie sie aktiv zu guten Kontakten beitragen können
- reagieren auf Krisen in Beziehungen weniger gestresst
- sind für andere Kinder attraktiver
- können sich eher eine eigene Meinung bilden und sich Fehlritte «leisten»



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Friendly behavior checklist (Madorsky & Kennedy-Moore)

- ✓ entspanntes, freundliches Lächeln
- ✓ grüßt andere
- ✓ spricht andere mit dem Namen an
- ✓ zeigt Interesse an anderen
  - ✓ hört aufmerksam zu, wenn sie sprechen
  - ✓ unterbricht sie nicht
  - ✓ stellt Fragen zu dem, was sie erzählt haben
- ✓ lädt andere ein, mitzuspielen oder mitzumachen
- ✓ macht anderen von Zeit zu Zeit ein Kompliment (guter Schuss, schöner Rucksack etc.)
- ✓ teilt mit anderen
- ✓ spricht freundlich mit verschiedenen Personen
- ✓ bietet Hilfe an (informiert ein krankes Kind über HA, hebt etwas auf, das jemandem herunterfällt, hilft jemandem etwas Schweres zu tragen etc.)
- ✓ lässt andere Kinder drankommen (z.B. gibt den Ball ab) / gratuliert zum Sieg



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

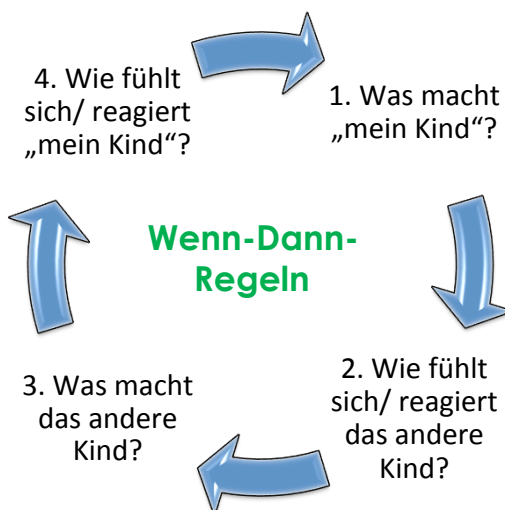
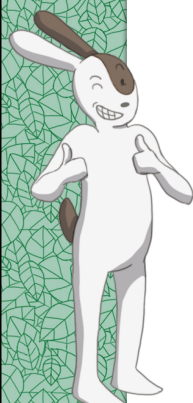
## Prosoziales Verhalten fördern

- **Zulassen** (trösten etc. nicht unterbinden)
- **Vorleben** (Eltern und Lehrpersonen als Vorbild)
- **Modellieren** (bewusstes und explizites Vorleben / Vorzeigen / Geschichten)
- **Beobachtungen und soziale Zusammenhänge zurückmelden** (Hast du gesehen, wie er sich gefreut hat, als du ihm deinen Bagger gegeben hast?)
- **Verstärken** (durch Lob, Komplimente, Aufmerksamkeit, Körperkontakt – Kinder bei prosozialem Verhalten «erwischen»)
- **Anregen** (Hey, du hast dich schon lange nicht mehr bei xy gemeldet – die würde sich sicher über einen Anruf freuen)
- **Übung für das Kind** (die Checkliste für ein beliebtes Kind durchgehen und nachbesprechen)



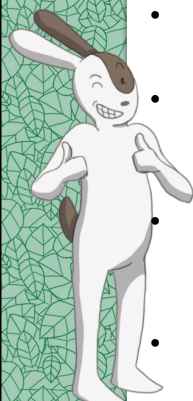
AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Soziale Zusammenhänge zurückmelden



AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Beispiele:



- Hast du gesehen, wie sehr sich Finn gefreut hat, als du mit ihm geteilt hast?
- Hey, als du vorhin den Ball zu Max gespielt hast, hat er ihn dir später auch wieder zugespielt.
- Es macht dir Spass alles zu bestimmen, aber schau dir mal Leos Gesicht an. Er ärgert sich und will jetzt nicht mehr mitspielen.
- Ich weiß, dass du am liebsten mit Rebecca alleine bist – ich finde es ganz toll, dass ihr Nicole mitgenommen habt. Hast du gesehen wie sie sich gefreut hat?
- Schau, wenn du den anderen immer sagst, was sie alles falsch machen, dann möchten sie dich nicht mehr dabei haben.

AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING



## «Du bist nicht mehr mein Freund!»

Wie Sie Ihr Kind bei Konflikten unterstützen können



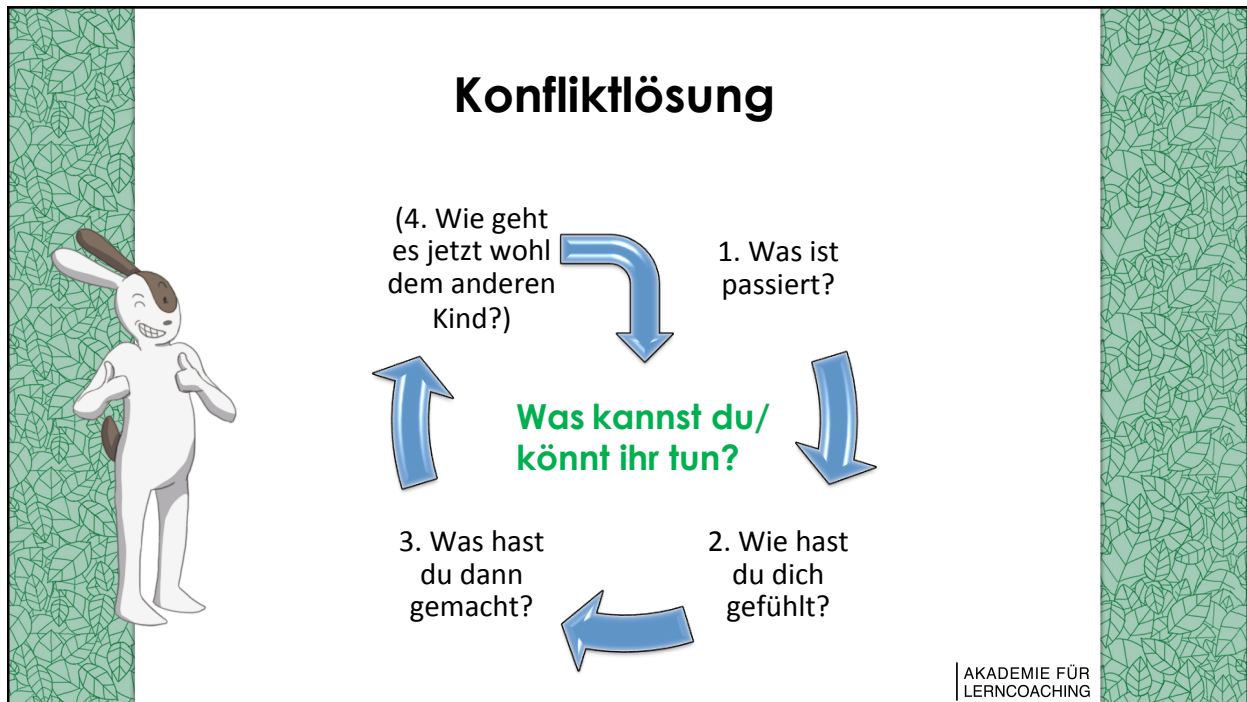
AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING

## Kinder bei Konflikten unterstützen



1. Aktiv zuhören: Was ist passiert? Wie hast du / das andere Kind reagiert? Wie ging es dir dabei? Wie hat sich das andere Kind wohl gefühlt?
2. Gefühle spiegeln und Verständnis zeigen.
3. Fragen, was dem Kind jetzt gut tun würde.
4. Gemeinsam überlegen, wie das Kind reagieren möchte und ob es dabei Hilfe braucht.

AKADEMIE FÜR  
LERNCOACHING



# Vielen Dank fürs Zuhören!

Weitere Infos finden Sie auf unseren Webseiten:

[www.mit-kindern-lernen.ch](http://www.mit-kindern-lernen.ch)

[www.biber-blog.com](http://www.biber-blog.com)

Weiteres Interesse?

