

Growing Friendship Cards

Print version



Joel
Shaul
LCSW

Freundschaften zu schließen ist wie Samen pflanzen.



Vielleicht musst du immer wieder versuchen, Freundschaften zu schließen.



Einige Freundschaften werden zustande kommen. Andere vielleicht nicht.

Mit der Zeit können Menschen besser darin werden, Freundschaften zu schließen.



Freundschaften **z**u pflegen ist
wie die **P**flege von **P**flanzen.



Freundschaften müssen
sorgfältig gepflegt werden.



Damit sie wachsen können,
kümmern wir uns um die
besonderen Bedürfnisse jeder
Freundschaft.

Bei guter Pflege werden
manche Freundschaften mit
der Zeit stärker.



Oft **b**rauchen **F**reundschaften **b**esondere **H**ilfe.



Wenn man den Freundschaften nicht genug Aufmerksamkeit schenkt, können sie schwächer werden.



Menschen können einsame Zeiten durchleben, wenn sie keinen Freund finden können.

Es gibt viele Arten von Freundschaftsproblemen und viele **M**öglichkeiten zu helfen.



3 Sätze mit 16 Karten



Aufbau von Freundschaften

Hier lernst du wie du Freundschaften schließen kannst.

Wachsende Freundschaft

Diese sollen helfen, Wege zu finden, um Freundschaften zu stärken.

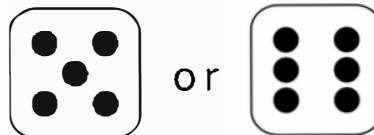
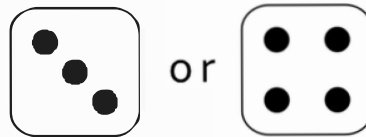
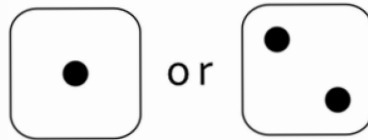


Helfende Freundschaft

Diese sollen dazu beitragen, dass Menschen lernen, wie sie Probleme mit Freundschaften lösen können.



Würfle mit einem Würfel um eine Karte zu nehmen



Sprich über Freundschaft. Finde heraus, was andere zu sagen haben.



Eine bildschirmbasierte Version ist in einem anderen Download verfügbar.



Aufbau von Freundschaft

Gut aussehen und riechen, damit andere mit abhängen wollen.

Was sind die verschiedenen Voraussetzungen für gutes Aussehen und guten Geruch? Woran musst du arbeiten?



Aufbau von Freundschaft

Die Teilnahme an Gruppenaktivitäten wo du andere in deinem Alter triffst.

Welche Gruppenaktivitäten hast du außerhalb der Schule gemacht? Gibt es noch andere, die du ausprobieren möchtest?



Aufbau von Freundschaft

Frag nach dem Namen von jemandem und nenne deinen eigenen.

Bist du gut im Lernen von Namen oder musst du daran arbeiten?



Aufbau von Freundschaft

Jemandem ein Kompliment machen.

Was könntest du in der Schule zu jemandem sagen, der etwas Nettes macht? In der Mathestunde? In der Turnhalle? In der Pause?



Aufbau von Freundschaft

Komplimente zu machen über das, was eine Person trägt oder in der Hand hält.

Wann könntest du in der Schule jemandem ein Kompliment machen, was er trägt oder in der Hand hält?



Aufbau von Freundschaft

Jemanden einladen etwas mit dir zu unternehmen.

*Welche Dinge würdest du gerne mit einem Freund in der Schule unternehmen?
Bei dir zu Hause? Irgendwo anders?*



Aufbau einer Freundschaft

Lächeln und Interesse an der Person zeigen.

Mit welchen Worten zeigen Menschen, dass sie wirklich zuhören, was jemand sagt?



Aufbau einer Freundschaft

Lerne einige grundlegende Informationen über die Person.

Was sind einige wichtige Dinge, die man über jemanden erfahren sollte, wenn man versucht, ihn besser kennen zu lernen?



Aufbau einer Freundschaft

Erfahre, was andere an dir mögen oder nicht mögen.

Nenne zwei Dinge, die andere an dir mögen, und zwei Dinge, die andere als störend empfinden könnten



Aufbau einer Freundschaft

Gedanken bekämpfen, die dich das Vertrauen verlieren lassen.

Welche ängstlichen Gedanken kommen dir manchmal, wenn du daran denkst, Freunde zu finden?



Aufbau einer Freundschaft

Rede weniger über dich und mehr über andere Personen.

Was sind einige Themen bei denen du manchmal nicht weiterkommst?



Aufbau einer Freundschaft

Aus den Erfahrungen der Vergangenheit lernen, um Freunde zu finden.

Beschreibe etwas, das du aus deinen bisherigen Versuchen, Freunde zu finden, gelernt hast.



Aufbau einer Freundschaft

Wähle Themen, über die sich andere leicht unterhalten können.

Frage jemanden, mit dem du gerade zusammen bist, nach dem bevorstehenden Wochenende, nach dem Wetter und nach seinem Lieblingsspiel.



Aufbau einer Freundschaft

Hol dir Rat von jemandem, dem du vertraust.

Bei welchen Freundschaftsfähigkeiten brauchst du Hilfe?

Wer könnte dir helfen?



Aufbau einer Freundschaft

Geduldig sein.

Eine enge Freundschaft entsteht nicht von jetzt auf gleich.

Beschreibe vier oder mehr Phasen zwischen dem Kennenlernen einer Person und dem Zeitpunkt, an dem diese Person tatsächlich zu einem engen Freund wird.



Aufbau einer Freundschaft

Wähle einen Freund, der in mancher Hinsicht wie du ist.

Freunde müssen nicht gleich sein, aber es kann helfen, wenn sie sich ähnlich sind.

Erzähle von einem Freund. Inwiefern ist diese Person wie du?



Wachsende Freundschaft

Plane eine Verabredung zum Spielen mit einem Freund, anstatt sie nur von Erwachsenen arrangieren zu lassen.

Warum ist das wichtig wenn Kinder älter werden?



Wachsende Freundschaft

Rufe deinen Freund alle ein oder zwei Wochen an oder schreibe ihm eine SMS.

*Inwiefern ist dies hilfreich, um eine Freundschaft aufrechtzuerhalten?
Was ist, wenn du oder dein Freund kein Telefon haben?*



Wachsende Freundschaft

Hilf deinem Freund, wenn er unglücklich ist.

Was kannst du tun, wenn dein Freund traurig ist, weil er eine Prüfung nicht bestanden hat? Oder wenn er sich Sorgen um einen kranken Elternteil macht?



Wachsende Freundschaft

Über ein Problem mit einem Freund hinwegkommen.

Was würdest du tun, wenn dein Freund dich ständig bei Videospiele besiegt? Oder wenn der Freund aus Versehen etwas kaputt macht, das Ihnen gehört?



Wachsende Freundschaft

Zu wissen, wann man die Gefühle eines Freundes verletzt hat.

Beschreibe etwas, das du getan oder gesagt hast und das die Gefühle von jemandem verletzt hat. Erkläre, was du sagst, wenn du dich entschuldigst.



Wachsende Freundschaft

Akzeptieren, dass ein Freund anders ist als man selbst.

Wie würdest du mit einem Freund umgehen, der ein anderes Spiel, eine andere Religion oder eine andere politische Meinung mag als du es tust?



Wachsende Freundschaft

Flexibel sein, wenn sich die Pläne mit deinem Freund ändern.

Beschreibe, was du tun würdest, wenn dein Freund es sich anders überlegt, welches Spiel ihr spielen wollt, wenn ihr zusammen abhängt.



Wachsende Freundschaft

Teile deinen Freund und werde nicht eifersüchtig.

Was würdest du tun, wenn du zum Haus deines Freundes gehst und zwei andere Kinder bereits dort sind und mit deinem Freund spielen?



Wachsende Freundschaft

An die Bedürfnisse
eines Freundes
denken.

*Was kannst du bei dir zu
Hause tun, wenn dein Freund ...
... .. sagt: "Mir ist langweilig"?
... unglücklich wirkt?
... den Snack nicht isst.
... du rausgehst.*



Wachsende Freundschaft

Einem Freund etwas
geben, nicht nur etwas
bekommen.

*Wie könntest du dich bei deinem
Freund "revanchieren" ...
... dass er dich zuerst hat
gehen lassen?
... für einem
Geburtstagsgutschein?
... dass er dir bei deinen
Schulaufgaben geholfen hat?*



Wachsende Freundschaft

Die Privatsphäre
eines Freundes
respektieren.

*Freunde erzählen sich
manchmal private Dinge.*

*Welche Informationen eines
Freundes sollte man nicht mit
anderen Menschen teilen?*



Wachsende Freundschaft

Baue mit der Zeit
Freundschafts-
kompetenzen auf.

*Mit zunehmender Erfahrung
werden Kinder besser im
Umgang mit Freundschaften.
Was ist eine
Freundschaftsfähigkeit die
du mit der Zeit gelernt hast?*



Wachsende Freundschaft

Planung einer Vielzahl von Spiel- und Freizeitaktivitäten.

Nenne vier Dinge, die bei dir zu Hause Spaß machen - drinnen, draußen, mit Bildschirm, nicht mit Bildschirm.



Wachsende Freundschaft

Schenke deinem Freund gute Erinnerungen.

Die Menschen erinnern sich an die Zeit, die sie mit dir verbringen. Woran sollen sich deine Freunde nächste Woche noch erinnern? Nächstes Jahr?



Wachsende Freundschaft

Sich von Rückschlägen erholen.

*Wie kannst du es überwinden, wenn ein Freund ...
... deine Gefühle verletzt?
... andere Freunde bevorzugt?
... wegzieht?*



Wachsende Freundschaft

Wissen, wann man eine problematische Freundschaft beenden sollte.

Gelegentlich sollte man eine Freundschaft beenden, anstatt sie zu erhalten. Wann könnte das die beste Entscheidung sein?



Helfende Freundschaft

Das Alleinsein zu sehr mögen.

Es ist schön, Zeit allein zu verbringen, aber man kann sich auch zu sehr daran gewöhnen.

Erzähl von einer Zeit, in der du zu viel Zeit mit dir selbst verbracht hast.



Helfende Freundschaft

Bevorzugung von Online-Freunden.

Sind deine eigenen Freunde in letzter Zeit hauptsächlich online?

Beschreibe den Unterschied zwischen Online-Freunden und realen Freunden.



Helfende Freundschaft

Einen Groll hegen.

*Gibt es schlimme Dinge, die eine Person tun könnte, damit du nicht mehr mit ihr befreundet sein willst?
Welche Dinge könntest du vergessen oder überwinden?*



Helfende Freundschaft

Ich habe zu sehr versucht einen Freund zu finden.

Hast du schon einmal versucht, einen Freund zu finden, indem du ihm sehr oft eine SMS schreibst, ihm viele Dinge schenkst oder alles tust, was er möchte?



Helfende Freundschaft

Festhalten an vergangenen Misserfolgen.

Schlechte Erinnerungen können uns das Selbstvertrauen rauben. Beschreibe etwas Trauriges, das mit einem Freund passiert ist. Erzähle, wie du darüber hinwegkommst.



Helfende Freundschaft

Negativ über sich selbst zu denken.

Hast du auch schon harte Zeiten erlebt, in denen du dachtest, du wärst nicht cool genug, um einen Freund zu haben? Erzählen Sie davon.



Helfende Freundschaft

Negativ über andere Kinder denken.

Kennst du das, wenn du über andere Kinder sagst, dass sie "fast alle schlecht" sind? Sprich jetzt darüber.



Helfende Freundschaft

Einen Freund vernachlässigen.

*Kannst du dich an eine Zeit erinnern, in der du ...
... alleine gespielt hast, obwohl ein Kind dabei war?
... lange Zeit keinen Kontakt zu deinem Freund hattest?*



Helfende Freundschaft

Zu unflexibel sein.

Was gibt es bei dir zu Hause, ...

*... Dinge, mit denen andere Kinder nicht spielen sollen.
... Routinen in deinem Zuhause, die durch die Anwesenheit eines Freundes gestört werden könnten.*



Helfende Freundschaft

Sich auf die Fehler des Freundes konzentrieren.

*Wie würdest du es verkraften, wenn dein Freund ...
... ein sehr böses Wort gesagt hat?
... zugegeben hat, dass er einmal Kaugummi aus einem Laden gestohlen hat?*



Helfende Freundschaft

Einen Freund herumkommandieren.

*Wenn du daran gewöhnt bist, allein zu spielen, oder wenn du die Dinge gerne auf deine Weise machst, wirst du hart daran arbeiten müssen, weniger herrisch zu sein.
Erzähle von einer Zeit, in der du zu rechthaberisch warst.*



Helfende Freundschaft

Einem Freund schlechte Erinnerungen schenken.

*In ihren Köpfen legen die Menschen "Erinnerungsdateien" über ihre Erfahrungen mit uns an. Was ist eine schlechte Erinnerung, die ein Freund an dich haben könnte?
Eine gute Erinnerung?*



Helfende Freundschaft

An jungen
Spielgewohnheiten
festhalten.

Wenn du alleine spielst, ist es in der Regel in Ordnung, "kleine Kinder"-Aktivitäten zu machen. Welche Aktivitäten solltest du vermeiden wenn du mit anderen Kindern spielst?



Helfende Freundschaft

Nicht aus
Fehlern lernen.

*Beschreibe eine Videospiele-Fähigkeit, die du gelernt hast, indem du zuerst Fehler gemacht hast.
Beschreibe einen Fehler, den du mit einem Freund gemacht hast. Was hast du daraus gelernt?*



Helfende Freundschaft

Sich zu sehr auf
Erwachsene zu
verlassen.

Alle Kinder brauchen die Hilfe von Erwachsenen, aber mit der Zeit kommen Kinder immer besser allein zurecht. Bei welchen Fähigkeiten im Umgang mit Freunden sollte ein Kind weniger Hilfe brauchen, wenn es älter wird?



Helfende Freundschaft

Die Probleme eines
Freundes ignorieren.

Freundschaft ist nicht nur zum Spaß da. Wie könntest du einem Freund helfen, der seit zwei Wochen krank ist? Oder einem Freund, der sich Sorgen um seinen Onkel im Gefängnis macht?