

## BESTE FREUNDINNEN ODER BESTE FEINDINNEN – 6 KRISENTIPPS FÜR TEENIE-ELTERN

Pubertierende Mädchen und ihre „BF“ - die allerbeste Freundin. So eine innige Beziehung kann wunderbar sein. Sie kann aber auch reichlich Energie kosten. Vor allem die der Eltern...

### HIMMELHOCHJAUCHZEND – ZU TODE BETRÜBT...

Gerade weibliche Pubertierende sind oft auf das große Drama spezialisiert. Wie enorm erleichternd, wenn eine beste Freundin in das Leben des Töchterchens tritt. Du kannst als Mutter plötzlich wieder in Ruhe ein Buch lesen und dich auf den Spannungsbogen dort freuen – die Krisen deiner Tochter wird nun die BF mit ihr meistern. Begeistert wird das Töchterchen irgendwo BFF hinkritzeln. *Best Friends Forever*. Euer Telefon oder das Smartphone der großen Kleinen ist praktisch eine Standleitung zur Freundin. Irgendwann wirst du schon automatisch einen Teller für sie mit decken. Aber Vorsicht, so eine innige Beziehung birgt auch gewissen Gefahren. Hier ein paar Tipps, wie du deinem Kind – und auch dir das Leben ein wenig leichter machen kannst ...

#### 1. SIAMESISCHE ZWILLINGE



Du bist ziemlich sicher, dass deine Tochter keine Zwillingsschwester hat? Nun, als BFF werden sie und ihre Freundin plötzlich alles gemeinsam machen wollen und so eng zusammenhängen, wie siamesische Zwillinge. Sie ziehen gemeinsam los, shoppen das gleiche Outfit, machen sich ähnlich Zöpfe und dein Kind, das gestern die Farbe Pink als Zumutung ansah, schwört plötzlich auf den Barbie-Look. Wunderbar, wenn sich beide einbringen.

**Krise:** Deine Tochter himmelt ihre Freundin an und kopiert alles. Ihren eigenen Stil stellt sie zurück. Sie versucht ganz genauso zu sein wie die BF. Wo ist dein Kind geblieben?

**Tipp:** Nur ja nicht darüber lustig machen oder kritisieren. Siamesische Zwillinge zu trennen ist nicht einfach. Solange dein Kind sich wohl fühlt, ist alles gut. Biete ihr einfach auch mal einen Einkaufsbummel an oder versuche gelegentlich etwas ohne die BF zu unternehmen. Vor allem wenn du merkst, dass entweder deinem Kind oder der Freundin die Nähe zu viel wird oder sie gar nicht gern Klamotten tauscht, solltest du vorsichtig eingreifen. Biete deine Zeit an und höre zu.

## 2. KICHERALARM – WO BLEIBT DER ERST?



Sie unternehmen alles gemeinsam. Unterhalten sich über süße Jungs und tolle Kinofilme, singen im Kinderzimmer Karaoke und kriegen Lachkrämpfe aus unerfindlichen Gründen. Die beiden Mädchen sind Kicherlinge, die scheinbar hinter jedem Wort eine Pointe wittern und scheinbar zu keinem ernstem Gespräch mehr in der Lage sind.

**Krise:** Lachen ist ja wunderbar. Aber was, wenn das Kind dir nur noch albern vorkommt? Die böse Mama sein und eine kleine Standpauke halten, dass Mathe schon auch wichtig ist und der Ernst des Lebens spätestens dann beginnt, wenn eine Arbeit ansteht?

**Tipp:** Wenn es irgend geht, nimm das Lachen auf. Das kannst du dann hören, wenn dein Kind gerade zu Tode betrübt ist und dir klarmachen – es ist eben eine Phase. Pubertät. Der alberne Kicherling wird meist selbst merken, dass es ohne Ernsthaftigkeit nicht geht. Und ja, notfalls musst du es aushalten, dass unter dem Vokabeltest eine 5 prangt. Danach wird sie eher auch mal ernsthaft lernen.

## 3. DER ZWEITE WOHNSITZ



Irgendwie ist es ja auch schön, das Tuscheln zu hören und einen weiteren Teller zu decken. Doch manchmal ist auch deine Tochter scheinbar tagelang verschollen, weil sie im Zimmer ihrer Freundin sitzt? Das kann natürlich leicht zu erklären sein, wenn sie mit einem Geschwisterkind ihr Zimmer teilt.

**Krise:** Du fühlst dich unwohl. Zum einen fragst du dich, ob du der anderen Familie bald Miete oder Verpflegungsgeld anbieten solltest. Zum anderen aber wundert ihr euch als Eltern, warum das andere Zuhause wohl so viel attraktiver ist, als das eure. Ihr fühlt euch abgelehnt.

**Tipp:** Sei offen. Sprich mit den Eltern deiner Freundin. Stört es die eventuell, dass dein Kind so oft dort ist? Macht der Zusatzesser wirklich nichts aus? Wenn du deine Tochter vermisst, sag es ihr. Ohne Vorwurf. Du kannst auch Fragen, warum es denn bei der Freundin so schön ist. Vielleicht liegt das auch einfach am süßen Nachbarsjungen, für den sie gerade schwärmt?

## 4. GROßE GEHEIMNISSE



Die beide Mädchen tauschen sich aus. Stundenlang. Aber worüber? Das wird dir nun plötzlich nicht mehr mitgeteilt. Sie tuscheln, führen vielleicht sogar gemeinsam Tagebuch oder einen geheimen Blog. Ein wenig vermisst du deine Kleine, die damals einen Detektivclub hatte und dir alles über die Fälle erzählte.

**Krise:** Als Mutter oder Vater merkst du, dass du nur noch eine Nebenrolle im Leben deiner Tochter führst. Gar nicht schön. Oder ist es mehr? Hast du das Gefühl, dass dein Kind vielleicht ein negatives Geheimnis hat, oder dir etwas wirklich Wichtiges verschweigt?

**Tipp:** Dass du nun zweite Geige spielst, daran wirst du dich gewöhnen müssen. Hast du aber das Gefühl, dass deine Tochter eventuell heimlich raucht, die Schule schwänzt oder sich mit Fremden trifft, dann sprich mit ihr über deine Sorge. Nicht als Vorwurf, sondern als Schilderung deiner Gefühle, am besten in einer Ich-Botschaft. „Auf mich wirkt es beängstigend, dass ...“ oder „Ich beobachte, dass ...“. Und lass dabei die BF aus dem Spiel – es geht um euch, eure Beziehung, deine Sorgen. Ein Spiel „über Bande“ könnte dir deine Tochter übelnehmen, weil sie unterstellt, dass du die Freundschaft sabotieren möchtest. Eine gute Vorübung für die Zeit, in der die weibliche BF Platz machen muss für den männlichen BF...

## 5. EINE LEIDENSCHAFT, DIE LEIDEN SCHAFFT



So eine innige Mädchenfreundschaft ist manchmal sehr exklusiv. Doch was, wenn eines der Mädchen auch andere treffen will, eine neue Sportart machen möchte oder sich in einen Jungen verliebt? Manche Mädchen werden dann richtig eifersüchtig, fühlen sich von der Freundin nicht verstanden oder bei Seite geschoben.

**Krise:** Dein Kind ist unglücklich. Weil es das Gefühl hat, dass die beste Freundin sie nicht mehr versteht. Die innige Freundschaft steht auf der Kippe und dein Kind hat ein schlechtes Gewissen, wenn es andere trifft oder fühlt sich ausgegrenzt.

**Tipp:** Für deine Teenagertochter ist diese Krise eventuell sehr schwer. Das enge Vertrauen, die tiefe Loyalität, das Gefühl der exklusiven besonderen Freundschaft wird nun in Frage gestellt. Es kann sein, dass sie wirklich todtraurig ist. Hilf ihr, indem du sie und ihren Kummer ernst nimmst. Vielleicht ist es die erste große Enttäuschung in ihrem Leben, das ist schwer. Und bitte: keine Vorwürfe oder gar Schadenfreude nach dem Motto „ich habe es dir doch gleich gesagt, dass.... Wichtig ist zuzuhören, da zu sein – und sich nicht zu wundern, wenn am nächsten Tag wieder alles in bester Ordnung scheint.

## 6. DIE KATASTROPHE



Die einstige große Freundschaft ist ein Scherbenhaufen. Nie mehr will deine Tochter mit „der“ reden. Lange und böse spricht sie mit anderen am Telefon. Oder sie igelt sich ein und ist unendlich traurig. Du hörst es aus den Worten deines Kindes: es scheint ein regelrechter Zickenkrieg ausgebrochen zu sein.

**Krise:** Die ehemalige beste Freundin straft dein Kind durch Nichtbeachtung oder lästert? Sie verrät etwas, das im Vertrauen erzählt wurde und grenzt deine Tochter aus? Oder ist deine Tochter, diejenige, die sich nun so extrem abgrenzt? Wenn dein Kind so tief verletzt oder verletzt wird und die Freundschaft verraten wird, kann der tiefe Bruch extrem schmerzhaft sein.

**Tipp:** Keine kritischen Kommentare oder Sprüche wie „Ich hatte dich ja gewarnt“. Dein Kind ist in einem emotionalen Ausnahmezustand und muss lernen mit einer heftigen Enttäuschung umzugehen. Es wird langfristig auch durch so eine Erfahrung lernen und gestärkt werden. Aber unmittelbar tut es enorm weh. Frage nach, was passiert sein kann. Wie kam es zu dem Zoff? War es eventuell nur ein doofes Missverständnis? Versuche zu verstehen, denn dann kannst du auch deiner Tochter dabei helfen, zu verstehen, was passiert ist.

Wenn du eine individuelle Frage rund um das Thema Teenager hast, wende dich gerne an die Online-Beratung von [ElternLeben.de](https://www.elternleben.de):

[www.elternleben.de/ueber-stell-uns-deine-frage](https://www.elternleben.de/ueber-stell-uns-deine-frage)

Unsere Experten antworten dir persönlich.