

## **Fremdelnden Kindern nicht zu direkt näher kommen**

Ernste Blicke und lauthals Schreien ... Ein typischer und wichtiger Entwicklungsprozess bei Kindern. Fremdeln tritt zwischen 6 Monaten und zwei Jahren auf und ist völlig normal.

### **Beginn des Fremdels unterschiedlich**

Meistens beginnt das sogenannte Fremdeln zwischen 6 und 12 Monaten. Es kann ganz unterschiedlich sein, wann ein Kind damit beginnt zu Fremdeln. Meistens hört das Kind im 2. Lebensjahr ganz von allein mit dem Fremdeln auf.

(Einige Mütter berichten auch, dass das Fremdeln bereits noch früher begonnen hat.)

### **Warum fremdeln Kinder?**

So wie sich alles entwickelt, entwickelt sich auch die Fähigkeit eines Kindes zwischen Vertrauten und Fremden zu unterscheiden. In diesem wichtigen Entwicklungsprozess ist es also auch einmal möglich, dass selbst Oma und Opa mit misstrauischen Blicken und lauthaltem Geschrei begrüßt werden.

### **Einige Kinder fremdeln ausgeprägter**

Auch hier ist es wie bei jeder Entwicklung vollkommen normal, wenn einige Kinder mehr oder weniger fremdeln. So können manche Kinder schon nach einer kurzen zurückhaltenden Phase schon mit Fremden (auch Oma und Opa sind damit gemeint) interagieren.

Andere Kinder hingegen fangen an zu weinen, sobald sich Fremde nur schon nähern oder „Hallo“ sagen. Auch diese Reaktionen sind absolut normal und dürfen sein. Sicher ist es besonders für nahe Verwandte schwierig, wenn das kleine Baby plötzlich schreit und wieder zu Mutti und Vati will.

Wie ausgeprägt die Fremdelfase ist, hängt vom Temperament des Kindes ab, manche sind generell impulsiver, andere eher gelassen.

### **Regelmäßiger Besuch hilft**

Auch Erfahrungen spielen hierbei eine wichtige Rolle. Wenn ein Kind lernt, dass etwas normal ist und quasi alltäglich, dann wird es Dinge auch schneller begreifen. Dies gilt auch für das Fremdeln. Kinder, die regelmäßigen Besuch gewöhnt sind, gewöhnen sich meist schneller an neue Gesichter.

### **Gelassenheit ist das Mittel der Wahl**

Nicht selten setzt es Besucher und manchmal auch Eltern unter Stress, wenn das eigene Kind fremdelt. Doch gerade jetzt sollten die Eltern gelassen bleiben und sich bewusst machen, dass es sich beim Fremdeln nur um eine vorübergehende Phase handelt. Im Zweifelsfall sollten Sie Bekannte oder Verwandte informieren.

### **Was hilft konkret, wenn Kindern Ihnen gegenüber fremdelt?**

Es ist von entscheidender Wichtigkeit, dass Sie das Distanzbedürfnis des Kindes respektieren. Ein „Zuneigungsüberfall“ kann die Distanz zum Kind noch verstärken. Von daher sollten Sie sich Zeit nehmen und die Situation intuitiv einschätzen.

Es schadet im Übrigen nie, den Kontakt indirekt spielerisch herzustellen. So können Sie noch viel besser einschätzen, wann der Kontakt droht abubrechen.

Wenn getröstet werden soll, sind Mutti und Vati anfangs die einzigen Personen die das Kind trösten können.

### **Was tun wenn das Fremdeln nicht aufhört?**

Es kommt darauf an, wie alt Ihr Kind ist und in welchen Situationen und in welcher Art und Weise das „Fremdeln“ auftritt.