MÜLLER Personal- und PARTNER Organisationsentwicklung

Zwischen Wunschzettel und Wirklichkeit

Wie wir Weihnachten entspannter miteinander verbringen



Weihnachten bringt Familie und Freunde zusammen. Die warme gute Stube, leckeres Essen, der Baum erstrahlt, das Silberbesteck funkelt, große Kinderaugen, der Duft von Zimt, Vanille und Jacobs Krönung. Harmonie, Gemütlichkeit, keine Sorgen – mal Hand auf's Herz: Wie oft hatten Sie ein Weihnachtsfest wie aus der Werbung? Und wie oft hat's zu Weihnachten geknallt oder geknirscht?

Man möchte es so harmonisch wie in der Kaffeewerbung, aber dann liegen die Nerven doch schneller blank als gedacht. Eine ehrlichere Werbesendung sähe wohl so aus:

Die Familie sitzt an der festlichen Tafel, im Hintergrund Opas Weihnachtsschlager von anno dazumal. Den lieben Kleinen dauert die lange festliche Menüfolge zu lang: „Warum essen wir nicht was Leckeres zu Weihnachten?", bricht es aus dem 5-jährigen heraus. Oma, die sonst sehr verständnisvoll für die Ehrlichkeit der Enkel ist, setzt dieser Satz doch sehr zu, schließlich steckt sie schon seit Wochen in den Vorbereitungen. Noch während sich der Enkel kopfschüttelnd mit dem Handy ins Nebenzimmer verzieht, holt Oma zum Gegenschlag aus. „Wie läuft der Laden, Johannes?", fragt sie den Schwiegersohn. Der Laden läuft leider nur mäßig - kein Thema, welches Schwiegersohn Johannes an Heiligabend diskutieren möchte. Also antwortet er nur: „Danke, ganz gut. Aber erzähl du lieber, Onkel

Erwin …“ Und Onkel Erwin legt los: sein Rücken, die Nachbarn, die Weltpolitik – aber außer an Weihnachten interessiere das ja niemanden. Meldet sich ja keiner mehr bei ihm. Weiter geht’s im Konfliktkarussell: Das Dessert wird gereicht und soll die Gemüter besänftigen. „Ist da Kuhmilch drin? Und Ei? Ihr wisst, was die mit den Tieren anstellen …“, demonstriert die Teenagerin. „Sei nicht so undankbar, junge Dame!“, verteidigt Opa seine Frau und: Peng! Die Teenagerin verlässt die Szene. Die Tür knallt.

Ob eine solche Werbung wohl erfolgreich wäre? Authentischer schon.

Im Kreise der Familie kommen oft alte Muster, Rollen oder Erwartungen wieder hoch, dazu vielleicht noch fünf unterschiedliche Ansprüche an die Feiertage und eine Prise unterschiedliche Wertvorstellungen. Das beste Rezept für einen explosiven Weihnachtsdrink … Die perfekte Harmonie und ein Abend ohne Fehler und Missgeschicke – das gibt es wahrscheinlich wirklich nur in der Werbung.

Aber der große Knall lässt sich ebenso vermeiden.

Wunschzettel für ein gelungenes Fest

Viele Kinder schreiben ihren Wunschzettel und je nach Tradition wird dieser am 6. Dezember dem Nikolaus mitgegeben, per Post dem Christkind geschickt oder an Oma und Opa gemailt. Auch wir Erwachsene dürfen unsere Wünsche notieren und benennen.

Schreiben Sie Ihren eigenen Wunschzettel für ein gelungenes Fest. Was wünschen Sie sich und was wünschen Sie sich **nicht**? Den Wünschen sind da keine Grenzen gesetzt, sie sollten aber mal bewusst als Ich-Botschaften formuliert sein:

- Ich wünsche mir Zeit für gute Gespräche.
- Ich möchte nicht den ganzen Tag allein in der Küche stehen und kochen.
- Statt Opas Weihnachtsmusik würde ich dieses Jahr gerne was anderes hören.
- Auf das Thema „XYZ“ möchte ich nicht angesprochen werden.
- Ich hätte gerne meinen Kumpel Max dabei.
- Ich würde gerne mit allen singen.
- …

„Wünsche darf man nicht aussprechen, sonst gehen sie nicht in Erfüllung“ – kennen Sie diese Binsenweisheit? Fraglich ist nur: Wie sollen sie denn in Erfüllung gehen, wenn sie keiner außer uns weiß? Wir Erwachsenen wissen doch: Nicht das Christkind, nicht der Weihnachtsmann, auch nicht dreimal Klatschen und sagen „Ich glaube fest daran …“ erfüllt unsere Wünsche – sondern wir Menschen tun es! Wir selbst sind es, die den Zauberstab für die Weihnachtsmagie in der Hand halten. Jetzt braucht es noch ein wenig „Feenstaub“, damit sie in Erfüllung gehen – der Feenstaub namens Kommunikation.

Tauschen Sie sich mit den Menschen, mit denen Sie die Feiertage verbringen, vorher über die gegenseitigen Erwartungen und Wünsche aus. Vielleicht senden Sie den Wunschzettel sogar vorab mal an Ihre Verwandten und laden diese ebenfalls ein, einen Wunschzettel an Sie zu schreiben.

Wenn Sie mögen, gehen Sie sogar noch einen Schritt weiter: Wo gibt es Gemeinsamkeiten und Übereinstimmungen? Können wir uns einigen, dass „heikle" Themen an den Feiertagen ruhen dürfen und zu einer anderen Zeit behandelt werden? Sind vielleicht auch andere von Opas Weihnachtshits genervt? Gemeinsam lässt sich das Opa bestimmt schonend beibringen und nach drei Schlagern die Playlist wechseln. Wollen wir mal ein veganes Dessert ausprobieren, das Oma und Enkelin zusammen zubereiten? Gibt es vielleicht eine Wand mit verbotenen Themen in der Adventszeit für alle gut sichtbar im Wohnzimmer? Das hilft, die Dinge besprechbar zu machen und dranzubleiben.

Wenn wir über unsere Wünsche und Erwartungen sprechen, dann können sie wahr werden. Wir werden zu unseren eigenen guten Feen, entwickeln gemeinsam neue Ideen und lassen neue Traditionen entstehen, ohne die alten abzuwerten. Auch die Tradition des großen Knalls darf erhalten bleiben – auf meinem Wunschzettel steht „neue Türdichtung".