

So retten Sie Ihr Weihnachtsfest

Es ist an der Zeit sich über Weihnachten 2020 Gedanken zu machen, das definitiv anders ist, aber nicht schlechter sein muss...

In der **veränderten Situation** wird **Weihnachten** eine Herausforderung, der wir uns stellen müssen und die wir meistern können. Es gilt den Blick nicht auf all das zu richten, was in diesem Jahr nicht möglich ist, sondern auf all das Gute, das wir gestalten und erleben können.

Wir können an das anknüpfen, was für uns unbedingt zum **Fest** dazugehören muss. Jede Familie pflegt zu den Festtagen eigene Traditionen. Was wird unter den Hygienebeschränkungen wegen Corona möglich sein? Pflegen wir die Traditionen, die wir weiterführen können. Oft braucht es auch nur kleine Veränderungen und dann geht mehr als gedacht. Es tut manchmal gut, sich auf etwas Neues einzulassen, einengende Traditionen abzulegen und für das, was der Familie an Weihnachten wirklich wichtig ist, eine pandemiegerechte Form zu finden.

Wenn es den Glühwein an der Bude auf dem **Weihnachtsmarkt** nicht geben kann, dann ist ein Winter-Picknick mit Punsch aus der Thermoskanne im Wald in der Nähe eine schöne neue Idee. Gemütlich geht auch Zuhause. Und auch per Videoanruf kann eine adventliche Stimmung gezaubert werden. Machen Sie es sich vor dem PC nett mit Keks und Glühwein und verabreden Sie sich doch einmal zu einem besonderen Treffen per Videoschalte.

Geschenke wird Ihnen niemand wegnehmen. Mit Liebe gebackenes und gebasteltes für Kinder oder Erwachsene, kleine Geschenke - wundervoll verpackt - können vom Weihnachtswichtel vor die Tür gelegt oder verschickt werden. Es gibt unendliche Möglichkeiten und der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Hier können Sie Ihre Vorweihnachtsfreude unbeschränkt ausleben.

Das **Weihnachtessen** hat oft eine besondere Bedeutung. Mit den Lieben um den Tisch zu sitzen beim traditionellen Essen mag nicht möglich sein. Halten Sie doch am Menü fest und schicken sich Fotos vom angerichteten Festmahl und wünschen sich auf diese Weise frohe Weihnachten.

Ebenfalls kein Problem: der **Weihnachtsbaum** unterliegt keinerlei Hygiene-Beschränkungen. Ob Sie ihn nun traditionell selbst schlagen, im Supermarkt kaufen oder ein lebendiges Bäumchen mieten oder gar ein Exemplar aus Plastik vom Dachboden holen: erlaubt ist was gefällt, insbesondere beim Baumschmuck.

Die **Musik** und die typischen **Weihnachtsfilme** können auch in diesem Jahr die Stimmung anheben. Es spricht nichts dagegen, sich Aufnahmen oder gar Konzerte von Profis anzuhören oder sich gegenseitig Gedichte vorzutragen, gerne auswendig.

Weihnachten ist für **Paare** immer herausfordernd. Es kommen die Traditionen der beiden Herkunftsfamilien zusammen. Wann gibt es die Geschenke? Gehen wir zur Kirche? Was steht traditionell auf dem Speiseplan? Wer wird wann besucht? Gibt es Geschenke und wenn ja, wer besorgt für wen das Geschenk?

Und dann soll das **Fest in der Zweisamkeit oder der eigenen Familie** ja auch noch einen eigenen Stellenwert bekommen; und nun auch noch alles Corona bedingt anders? Da ist

ein Spagat eine leichte Übung. Schön, wenn die Partner geübt darin sind, gute Lösungen zu finden. Im Gespräch können die eigenen Bedürfnisse und Wünsche eingebracht werden und gemeinsam eine gute Planung für das Fest gemacht werden.

Ist das nicht gut möglich und der Streit vorprogrammiert, kann es hilfreich sein, mit einem neutralen Dritten nach einer Lösung zu suchen und Kompromisse zu finden. Dies ist auch in einer der **Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen** möglich.

Familienbesuch: an diesem Punkt tut die Pandemie besonders weh. Klar werden jetzt einige erleichtert aufatmen, dass nicht wieder rituell von Kaffeetisch zu Kaffeetisch gewandert wird. Aber was ist mit der Großmutter im Pflegeheim und was mit dem Sohn und den Enkelkindern im Ausland? Es gibt viele Möglichkeiten in Kontakt zu bleiben, nicht nur per Videotelefonie: Schreiben Sie einen Weihnachtsbrief. Darin können Sie von Ihrem Jahr seit dem letzten Weihnachten berichten und mit Fotos gestalten, ein paar Exemplare aus dem Kopierer mit einer persönlichen Grußbotschaft können Sie an all Ihre Lieben versenden. Per Post!

Mit besonderen **Weihnachtsgrüßen** eine Freude bereiten macht schon Freude beim Erstellen. Nehmen Sie eine Video- oder Audiobotschaft für Freunde oder Großeltern auf: Wählen Sie dazu unbedingt das richtige Medium, zur Not auf Kassette.

Auch die Kirchengemeinden sind kreativ geworden. Schauen Sie doch einmal, welche **Gottesdienste** es zu Weihnachten in ihrer Gemeinde gibt. Live-Übertragungen ins Internet, Lautsprecher auf Kirchtürmen und andere Aktionen unter freiem Himmel..

Und wenn es dann doch **Ärger** gibt?

Weihnachten ist ein hochemotionales Fest. Und wenn es nicht so wie gewohnt gefeiert werden kann, dann sind Spannungen möglich. Wieso kommt ihr nicht zu Besuch? Warum wollt ihr uns nicht haben?

Der Bruder mit Familie darf kommen und wir nicht?

Schnell entstehen Verletzungen und alte Wunden reißen wieder auf. Wie in diesem Gemisch unterschiedlichster Wünsche und Bedürfnisse eine gute Lösung finden?

Hier bieten die **EFL-Beratungsstellen des Bistums Münster** auch in Ihrer Nähe ihre Hilfe an. In einem Gespräch mit der Beraterin/dem Berater kann das Problem beschrieben und gemeinsam nach einer guten Strategie gesucht werden.

**Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen
im Kreis Steinfurt:**



Wir beraten für dein Leben...

EFL Greven	02571/986581	efl-greven@bistum-muenster.de
EFL Emsdetten	02572/9419019	efl-emsdetten@bistum-muenster.de
EFL Steinfurt	02551/864446	efl-steinfurt@bistum-muenster.de
EFL Rheine	05971/96890	efl-rheine@bistum-muenster.de
EFL Ibbenbüren/Lengerich	05451/500223	efl-ibbenbueren@bistum-muenster.de

Im Netz unter: www.ehefamilieleben.de oder www.efl-online.de