

„Hingeschaut“

Elternbrief 12/2023



Cartoon: Renate Alf

Thema:

„Damit Weihnachten auch wirklich schön wird ...“

„Damit Weihnachten auch wirklich schön wird ...“

In vielen Familien gibt es gerade über Weihnachten mehr Stress und Streit als im gut organisierten Alltag und dabei ist der Wunsch nach Besinnlichkeit, Liebe und Fröhlichkeit gerade in dieser Zeit besonders groß. Woran liegt es, dass es dann doch nicht harmonisch zugeht und was kann man für ein gelingendes Weihnachtsfest tun?

Eine wichtige Voraussetzung ist, dass man frühzeitig beginnt, sich über die Planung auszutauschen. Was soll es für Geschenke geben? Wer besucht wen? Was gibt es zu essen? Oder ist das schon klar, weil Weihnachten jedes Jahr gleich abläuft? Dann können Sie vielleicht etwas „abspecken“. Muss es wirklich das Drei-Gänge-Menü mit aufwendigem Braten sein? Die Kinder mögen Spaghetti sowieso viel lieber. Kann der Besuch bei Tante Herta evtl. verkürzt oder doch auf den Januar verschoben werden? Zu viel Hektik, Trubel und Fahrerei können das besinnliche Fest empfindlich stören und in Stress ausarten lassen.

Die Weihnachtszeit beginnt mit dem Advent und entgegen unserer Erwartung, die Adventszeit genießen zu können, beginnt schon hier viel zu oft der Stress. Damit das nicht passiert, ist zum einen sicherlich eine gute Planung notwendig, z.B. beim Thema: Geschenke kaufen! Es ist doch ein gutes Gefühl, rechtzeitig alle Geschenke besorgt zu haben und nicht auf den letzten Drücker loszumüssen. Zum anderen hilft es, sich klarzumachen, was einem in dieser Zeit wichtig ist. Vielleicht müssen Sie an manchen Stellen Ihre Erwartungen runterschrauben, **es muss nicht alles perfekt sein!** Bei den Plätzchen darf man sicherlich auch mal auf einfache Rezepte oder Gekaufte zurückgreifen und es sich damit gemütlich machen. Wer demgegenüber gerne backt, wird mit seinen Kindern zusammen die Weihnachtsplätzchen backen und daraus eine schöne Advents- Aktion machen. Aber auch hier ist weniger mehr. Lieber eine Sorte in Ruhe fertigstellen, als mehrere Varianten in großer Hektik produzieren.

Im Dezember hat man bekanntlich sowieso viele Termine. Weihnachtsfeiern in Vereinen, Kindergärten und Schulen, Jahresabschlüsse im Beruf und einiges mehr lassen nicht viel Zeit für Besinnlichkeit. Erlauben Sie sich doch einmal, einige Termine, die nicht sofort sein müssen, ruhig ins neue Jahr zu verschieben.

Vielleicht sollte sich aber jeder grundsätzlich die Frage stellen: „Was ist gut an Weihnachten, was mag ich?“ „Was soll so bleiben?“ Das kann für jeden etwas anderes sein, aber es zeigt uns, was uns wichtig ist, was wir mögen und daher ausbauen sollten und was auf keinen Fall zu kurz kommen darf. Aber es gibt uns auch Hinweise über festgefahrene Traditionen, die wir über Bord werfen können, weil wir eigentlich keinen Grund haben, an ihnen festzuhalten. Für den einen bedeutet Weihnachten viel freie Zeit, Ausschlafen und es sich gemütlich machen. Für den anderen ist die Geselligkeit wichtig. Das gemütliche Beisammensein mit Personen, die weiter weg wohnen und die man nicht so oft sieht. Für einen Dritten ist die intensive Zeit mit der engen Familie erholsam, für einen Vierten in der geballten Form purer Stress. Und für einen Fünften darf das religiöse Begehen des Festes nicht zu kurz kommen. Wir sehen, es kann für jeden etwas anderes bedeutsam sein und es ist ein wichtiger Schritt, sich über die verschiedenen Wünsche und Vorstellungen auszutauschen und abzusprechen, damit das Weihnachtsfest gelingt und Sie nicht völlig ausgepowert unter den nächsten Weihnachtsbaum plumpsen.

In diesem Sinne wünscht Ihnen das Team der Familienberatungsstelle eine frohe Advents- und Weihnachtszeit, die Sie sich wünschen!

Petra Bauer

Noch ein kleiner Hinweis: Kennen Sie schon unseren Eltern-Onlinekurs zur Stärkung der Erziehungskompetenz, den wir für Eltern von Kindern jeder Altersstufe entwickelt haben? Sie finden ihn auf unserer Homepage:



Meine Kinderseite:

Weihnachtsbaumschmuck basteln

Bunte Tannenzapfen

Dazu benötigst du: Kiefern - oder Tannenzapfen, bunte kleine Pom-Pons, kleine Holzperlen, farbige Schnur, Heißklebepistole

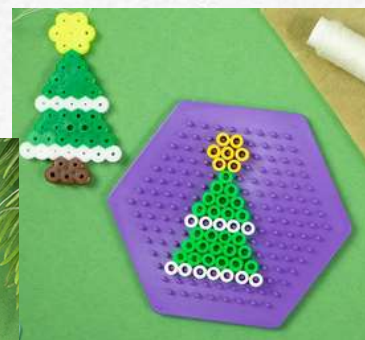
Zuerst drehst du den Zapfen auf den Kopf und klebst die kleinen Pom-Pons auf einzelne Zapfenschuppen. Immer abwechselnd und bunt gemischt. Zum Schluss fädelst du die bunte Schnur durch die Holzperle und klebst sie auf den Zapfen. Jetzt ist dein Weihnachtsbaumschmuck fertig und kann aufgehängt werden.



Baumschmuck aus Bügelperlen

Dazu benötigst du: bunte Bügelperlen und eine Steckerform- am besten eine Herzform für Rundungen, Bindfaden und Nadel, Bügeleisen und Backpapier

Beginne die Bügelperlen farblich abwechselnd auf die Platte zu stecken - lege dabei ein Muster deiner Wahl, zum Beispiel Zuckerstange, Weihnachtsbaum, Schneeflocke, Schneemann, Kerze... Anschließend bügelst man die den Anhänger aus Perlen mit dem Bügeleisen von beiden Seiten (Diese Arbeit übernimmt am besten Mama oder Papa). Zum Schluss erhält der Anhänger noch eine Aufhängung. Mithilfe der Nadel kannst du den Bindfaden durch das Loch einer Perle ziehen. Mit einem Knoten verschließt du den Bindfaden – fertig ist der Baumschmuck.



Idee: www.wunderbunt.de