



Weihnachten – ungezwungen schön

Was brauchen Du und Dein Kind in der Weihnachtszeit wirklich?
Die **3 großen Fragen**, die Du Dir zu Weihnachten stellen solltest.



*Sei neugierig und offen
für nie gestellte Fragen,
für nie gehörte Antworten.*

*Sei mutig und bereit,
Traditionen und Gewohnheiten
in einem neuen Licht zu sehen.*

INHALT

WEIHNACHTEN – TRADITION DES HERZENS _____	4
1. Was ist der Herzensbaum Eurer Familie?	
1.1. Wenn die Tanne im Wohnzimmer den Wald vermisst _____	9
1.2. Der grüne Baum als Mitbewohner _____	11
2. Wer soll wen beschenken?	
2.1. Der geheimnisvolle Zauber _____	16
2.2. Wenn die Fiktion zur Lüge wird _____	17
2.3. Erfüllte Kindheit auch ohne Weihnachtsmann _____	20
und Christkind	
3. Wie machen Geschenke wirklich Sinn und Freude?	
3.1. Wenn das Kind sich teure Geschenke wünscht _____	26
3.2. Wenn die Geschenkwünsche wenig sinnvoll _____	30
oder schädlich sind	
3.3. Überfluss und Missverständnisse vermeiden _____	31
ERSCHAFFT EURE TRADITIONEN _____	34

WEIHNACHTEN – TRADITION DES HERZENS

Liebe Leserin, lieber Leser,

Weihnachten ist für jeden mehr oder weniger mit Traditionen, schönen Kindheitserinnerungen, tiefen Gefühlen, aber oft auch mit unvermeidlichen Pflichten verbunden. Wie oft hast Du bereits den Druck gespürt, es allen recht machen zu wollen? Dieser Druck potenziert sich zur Weihnachtszeit und geht weit über die mühsame Suche nach passenden und originellen Geschenken hinaus.

Wir freuen uns alle über die gemütlichen und erfreulichen Dinge an Weihnachten, die unsere Herzen seit der Kindheit schneller schlagen lassen. Wir nehmen aber auch die weniger schönen Dinge viel zu oft einfach so hin, weil es eben dazugehört. Es sind Dinge, die wir teilweise von unseren Eltern, unseren Mitmenschen oder einfach aus den Medien übernommen haben.

Durch den materiellen Druck haben wir kaum noch Zeit, tiefer in die nichtmaterielle Ebene zu blicken. Wir finden keine Zeit mehr, uns zu fragen, wieso wir das tun, was wir tun und was es wirklich ist, was wir und unsere Kinder an Weihnachten *wirklich* brauchen? Wonach sehnen wir uns jedes Jahr so sehr? Aus Bequemlichkeit, Hektik oder einfach nur fehlendem Mut ignorieren wir unsere Intuition, überhören unsere innere Stimme und die wahren Wünsche unserer Kinder.

„Das Geheimnis der Weihnacht besteht darin, dass wir auf unserer Suche nach dem Großen und Außerordentlichen auf das Unscheinbare und Kleine hingewiesen werden.“

– Autor unbekannt

Das kommerzialisierte Weihnachten hat sich zu einer Art Bestandsprüfung der Familie entwickelt. Oftmals bemessen die Menschen die *Qualität ihrer Familie* anhand der Ereignisse an den Festtagen. Sie fragen sich – *„Warum hat derjenige mir dies oder jenes geschenkt, er müsste doch wissen, dass ich das nicht mag... „* – oder – *„Wieso kommen sie nicht zu Besuch, es wäre doch angebracht, wenn wir schon eine Verwandtschaft sind!“* Und wenn sie doch zu Besuch kommen, liefert der Besuch wiederum reichlich Stoff für bewertende Gespräche im Nachhinein. Es wird besprochen, wie gut oder schlecht die Anderen bzw. *wir als Familie* sind.

Eine Bestandsprüfung kann es auch im positiven Sinne sein. Vielleicht schafft Ihr es, bewusst zu erkennen, was Euch in dieser besinnlichen Zeit gut tut und was nicht. Welche Traditionen von Euch gerne übernommen und welche von Generationen quasi aufgezwungen sind. Ihr erkennt dadurch, auf welcher Basis Eure Verbundenheit zueinander gebaut ist und wie Ihr sie von Jahr zu Jahr vertiefen könnt. Entscheidend ist auch, welche inneren Haltungen, Emotionen und Werte hinter den weihnachtlichen Traditionen stehen. Wir denken, dass es zudem noch wichtiger ist, sich eigene Traditionen als Familie zu erschaffen, damit das Weihnachtsfest ganz *Euer* wird.

WEIHNACHTEN – TRADITION DES HERZENS

Besonders für Kinder hat Weihnachten eine große Bedeutung. Du selbst hast mehr oder weniger Erinnerungen an die eigene Kindheit. Ganz sicher kannst Du immer noch sagen, wie Du als Kind die Weihnachtszeit erlebt hast. Welche familieneigenen Traditionen wurden gepflegt? Wie sah der Weihnachtsbaum aus? Gab es Dinge, die Du nicht mochtest? Wie ging die Bescherung vonstatten? Die Weihnachtsfeste werden auch für Dein Kind für immer in Erinnerung bleiben.

Wir gehen noch einen Schritt weiter und wagen es zu behaupten, dass die Advents- und Weihnachtszeit sogar sozial prägend für Dein Kind sein können. In diesem Büchlein haben wir unsere Beobachtungen und Gedanken zusammengefasst, wo unserer Meinung nach wir als Eltern bewusster hinschauen sollten. Wir wollen Situationen aufzeigen, die vielleicht unbedeutend für Dich als Erwachsener erscheinen, aber sehr prägend für Dein Kind sind. Wir möchten Dich ermutigen, mehr auf Deine innere Stimme zu hören und Dich von den belastenden Pflichten und Traditionen zu befreien, damit Ihr als Familie die Weihnachten im Einklang mit dem Herzen erlebt.



Lass uns gemeinsam die wahre Schönheit der Weihnachtszeit entdecken. Mit nur einem kleinen wenig Selbstreflektion und Hingabe kannst Du dieses Fest für Deine Familie zu etwas wahrlich Heiligem machen. Lass uns mit diesem Buch zum unauffälligen Begleiter werden – auf Deinem Weg in eine entspannte, harmonische und liebevolle Weihnachtstradition Deiner Familie.

A young woman with her hair in a bun, wearing a red sweater, is focused on decorating a Christmas tree. She is holding a white, star-shaped ornament. The tree is adorned with various ornaments, including a large silver one and a white one. Warm, glowing lights are visible in the background, creating a cozy holiday atmosphere.

Frage 1

Was ist der Herzensbaum Eurer Familie?

1. WAS IST DER HERZENSBAUM EURER FAMILIE?

Die Tradition des Weihnachtsbaumes ist gar nicht so alt. Das Weihnachten als Fest gibt zwar es schon viel länger, der Baum kam jedoch erst viel später hinzu. Nun ist er aus der Weihnachtsstube nicht mehr wegzudenken. Bei den meisten Familien landet eine frisch gefällte Tanne im Wohnzimmer, andere greifen auf künstliche Bäume zurück. Inzwischen gibt es auch ganz kreative Lösungen, die nur symbolisch den Weihnachtsbaum darstellen und aus verschiedensten Materialien bestehen können.

Alle Arten von Weihnachtsbäumen können zauberhaft sein. Die Frage ist nur – welcher Baum entspricht Deiner Familie und Deinen Werten? Es ist bekannt, dass die meisten Tannen in den Baumschulen durchschnittlich *nach 10 Jahren* gefällt werden, um uns dann für ca. 7 bis 30 Tage zu beglücken. Ist es nicht ein verrücktes Verhältnis?

Klar, sie werden extra dafür gezüchtet und die Zerstörung der Wälder ist hier wahrscheinlich nicht gegeben. Dennoch haben wir uns für einen symbolischen statt echten Weihnachtsbaum entschieden, weil wir in dieser Tradition für uns persönlich einen kleinen Widerspruch entdeckt haben.

Wir leben sehr naturnah. Fast jeden Tag verbringen wir mehrere Stunden im Wald zu jeder Jahreszeit. Ganzes Jahr über vermitteln wir unserem Kind, dass alles *lebendig* ist. Nicht nur Menschen und Tiere, sondern auch Pflanzen und Bäume sind Lebewesen, die genau so wie wir in *Familien* zusammenleben, Liebe und Schmerz empfinden können und den Wunsch nach einem Zuhause haben. Bäume zum Beispiel brauchen Jahre und Jahrhunderte, um erwachsen zu werden. Wir vermitteln aber auch, dass die Natur sich dem Menschen gerne hingibt, zum Beispiel,

1. WAS IST DER HERZENSBAUM EURER FAMILIE?

wenn ihre Materialien wie Holz zum Leben und Überleben gebraucht werden. Bei jedem Eingriff und Entnahme sollte der Mensch aber sich die Notwendigkeit bewusst machen und in Dankbarkeit sein.

Wenn die Tanne im Wohnzimmer den Wald vermisst

Es mag für manche übertrieben klingen. Doch wenn ein Kind über die Jahre die besondere Liebe und Wahrnehmung zur Natur entwickelt, so wird es erkennen, dass eine gefällte Tanne im Wohnzimmer ihren Wald, ihre Eltern und Geschwister *vermisst*. Noch befremdlicher wird es, wenn der junge Baum nach ein paar Wochen einfach *entsorgt* wird. Es geht hier nicht um Esoterik oder Öko-Indoktrination von Kindern. Fakt ist, dass die Naturliebe den Menschen im Laufe der Jahrhunderte immer mehr entfremdet wurde. Mehr von ihr würde doch niemandem schaden.

Wir kommen gleich zu dem Thema, wenn ein grüner Baum zu Weihnachten einfach unverzichtbar ist. Selbst da gibt es Möglichkeiten, wie Du Deinem Kind die Wertschätzung zur Natur vermitteln und trotzdem den echten Tannenduft ins Wohnzimmer bringen kannst. Vorher aber lasse Dich von diesen schönen alternativen Weihnachtsbaumideen inspirieren.

1. WAS IST DER HERZENSBAUM EURER FAMILIE?



Quelle:  **Pinterest**

1. WAS IST DER HERZENSBAUM EURER FAMILIE?

Wie Du siehst, den Möglichkeiten sind keine Grenzen gesetzt. Zudem kann so ein Weihnachtsbaum zu einem echten Bastelprojekt der Familie werden und Kinder jeden Alters mit Begeisterung involvieren. Du magst die grüne Tanne, weil sie womöglich ein zauberhafter Bestandteil Deiner Kindheit war und Du sie Deinem Kind genauso gönnen möchtest. Eine Kindheit kann auf viele Arten wunderschön und zauberhaft sein. Dein Kind wird auf all die ausgefallenen, vielleicht sogar jährlich wechselnden Weihnachtsbäume, die gemeinsam mit Mama und Papa gebastelt wurden, mit gleicher Nostalgie zurückblicken, wie Du sie für Deine eigene Kindheit empfindest.

Dies ist nur *eine* neue Sicht auf diese alte Tradition. Die Wahl des Weihnachtsbaumes sollte sich vor allem in *Deinem Inneren* gut anfühlen! Vielleicht ist das nichts für Dich und Du entscheidest Dich dennoch für eine echte Weihnachtstanne. Schauen wir uns an, wie Du einen echten, grünen Weihnachtsbaum mit besonderen Werten für Dein Kind umspannen kannst.

Der grüne Baum als Mitbewohner

Der perfekte Weihnachtsbaum beginnt mit der Suche nach ihm. Mache diese Suche für Dein Kind bereits zum Erlebnis. Geht gemeinsam zur Baumschule oder zum Baumarkt, wenn kein regionaler Produzent in der Nähe ist. Empfehlenswert wären jedoch Bäume aus regionalem Anbau, weil sie meistens nicht mit Chemikalien behandelt werden, die später ausdünsten.

1. WAS IST DER HERZENSBAUM EURER FAMILIE?

Wenn die Baumschule in Laufnähe ist, so lauft zu Fuß und nehmt einen kleinen Handwagen mit, mit welchem das Kind dann selbst den Baum nach Hause ziehen kann. Wenn reichlich Schnee liegt, gelingt es Euch sogar, einen echten Schlitten statt Wagen zu nehmen!

Lass Dein Kind den Baum aussuchen. Ihr könnt gemeinsam schauen, wo die Äste schöner sind, wie groß oder klein er sein sollte. Versuche aber, die finale Entscheidung Deinem Kind zu überlassen. Auch wenn der ausgesuchte Baum nur auf einer Seite Äste hat und optisch nicht ganz perfekt ist, dann sei es so! Es ist unglaublich wertvoll für das Kind, zu erfahren, dass seine Entscheidung respektiert und angenommen wird. Für Dein Kind wird dieser Baum der allerliebste sein.

Zuhause angekommen begrüßt Euren neuen Mitbewohner – er wird Euch nämlich über die festlichste Zeit des Jahres begleiten! Erkläre Deinem Kind, wie lange so ein Baum wächst und wie viel Wasser es benötigt. Vielleicht schaut ihr gemeinsam nach, wo solche Tannen ihren Ursprung haben und wie sie in unsere Regionen zugewandert sind.



Für Geduldige: Züchtet Euren eigenen Weihnachtsbaum! Sucht nach Tannenzapfen, die noch Samen in sich tragen und sät einen davon in einen kleinen Topf. Hegt und pflegt das neue Pflänzchen und staunt, wie langsam und doch unbemerkt plötzlich der Baum von Jahr zu Jahr größer wird. So bekommt Dein Kind das Gefühl, wie viel Zeit und Ener-

1. WAS IST DER HERZENSBAUM Eurer FAMILIE?

gie nötig ist, damit die grüne Tanne das Wohnzimmer an Weihnachten schmücken kann. Ihr könnt das junge Bäumchen jedes Jahr schmücken. Es wird charmant und lustig aussehen, wenn es in den ersten Jahren noch ganz klein ist.

Versucht in jedem Fall, dem Baum, der in Eurem Wohnzimmer steht, eine Seele zu verleihen. Der Baum ist nach wie vor lebendig und wird garantiert länger Euch Freude bereiten, wenn er Liebe und Zuwendung von Euch bekommt.

Nun geht es ans Schmücken, wo Dein Kind auch unbedingt seinen kreativen Raum erhalten sollte. Es geht hier wieder nicht um Perfektion, sondern um gemeinsam verbrachte Zeit sowie *gleichwertige* Behandlung der Ideen des Kindes. Lass Dein Kind einige Äste schmücken, so wie es ihm gefällt, schmücke aber auch Du einen Teil, so wie Du ihn als schön empfindest. Vermittle Deinem Kind, dass Du seine künstlerische Freiheit akzeptierst und gleichwertig behandelst. Es könnte also ein ganz besonderer Baum entstehen – kunterbunt, mit Schmuck, welchen Du selbst wohl nie als Schmuck verwendet hättest und mit Ästen nur auf einer Seite! Das sind genau die zauberhaften kleinen Wunder, die Dir lebenslang in Erinnerung bleiben werden.



Der Spaß am Schmücken kann zeitlich beliebig ausgedehnt werden. Du musst nicht unbedingt einen Tag festlegen, an dem das ganze Haus auf

1. WAS IST DER HERZENSBAUM EURER FAMILIE?

einmal für die Adventszeit vorbereitet wird. Ihr als Familie könntet Euch jeden Tag einen anderen Raum vornehmen und gestalten. So reduziert sich der Stress, Ihr könnt die gemeinsame Zeit genießen und das Kind erhält wieder eine sinnvolle Beschäftigung mehr. Vielleicht mag Dein Kind sein eigenes Zimmer ganz alleine schmücken – so wie es ihm gefällt. Lass es machen, gestalten und seine Selbstwirksamkeit erleben.

Du kannst Dein Kind überall involvieren, vermeide jedoch, dass die freudigen Aktivitäten zur *Arbeit* werden, die unbedingt erledigt und vom Kind *zu Ende* geführt werden muss. Je jünger das Kind, umso kürzer wird es bei noch so spannender Tätigkeit bleiben und das ist völlig in Ordnung so.

Wir wollten Dir hiermit verschiedene Wege zeigen, wie Du die Tradition des Weihnachtsbaumes ausleben kannst. Traditionen sind ständigem Wandel unterlegen. So habe Mut, die Traditionen mit den Gefühlen Deiner Familie abzustimmen und bei Bedarf alte Prinzipien zu verändern.



Frage 2

Wer soll wen beschenken?



Der geheimnisvolle Zauber

Du liebst die erwartungsvollen großen Augen Deines Kindes, wenn Du ihm vom Weihnachtsmann oder Christkind erzählst? Faszinierend sind die Geheimnisse um seine Zauberkräfte, wenn er in einer Nacht die ganze Welt mit Geschenken versorgen kann, und um all seine kleinen Helfer, die in seiner Werkstatt arbeiten...

Die Figur des Weihnachtsmannes/Christkindes begegnet uns überall zur Weihnachtszeit, denn er gehört einfach dazu. Man kann viel darüber diskutieren, wie viel Einfluss die Kommerzialisierung des Weihnachtsfestes auf diese Weihnachtsfigur hatte, doch das ist für uns zweitrangig. Wir wissen, dass es in erster Linie um die familieneigenen Traditionen geht und wie wir Eltern unseren Kindern diese Figur präsentieren. Es ist wahrlich schön und lustig für die Kinder, einem *echten Weihnachtsmann* in der Stadt zu begegnen und an seinem Bart zu zupfen. Es ist die Zeit, wenn die Märchenwelt der Erwachsenen zur fassbaren Realität und die gesamte Stadt für die Kinder zu einer Fantasiewelt wird!

Das einzig blöde am Weihnachtsmann ist für Kinder nur, dass er nur zu den braven Kindern kommt. Ach verdammt, da sollte man sich als Kind keine Fehler erlauben! Über Generationen hinweg war die Bedingung des Bravseins ein perfektes Druckmittel, um Kinder gehorchen zu lassen. Es ist tatsächlich sehr effektiv, jedoch nur im ersten Moment. Erziehung an Bedingungen, Lob oder Strafen zu knüpfen, ist langfristig gesehen keine gute Idee. Wenn Druckmittel in der Erziehung des Kindes nötig werden, so sollte man lieber genauer hinschauen, wo die Eltern-Kind-Bindung beschädigt ist. Dies ist jedoch ein großes Thema, welches wir ausführlich in unserem Online-Kurs für friedvolle und bewusste Elternschaft

behandeln.* Unser Tipp an dieser Stelle wäre nur, dass Du den Geschenksanspruch Deines Kindes nicht an die Bedingung des Bravseins oder gar Erreichung bestimmter Schulnoten knüpfen solltest. Lasse Weihnachten ein Fest sein, das voll von bedingungsloser Liebe ist.

* *Online-Kurs: www.semutig.tv/online-kurs*

Wenn die Fiktion zur Lüge wird

Bis zu einem gewissen Alter leben die Kinder in einem Zustand, wo ihre Fantasiewelt und die Realität fließend ineinander verlaufen. Die Erwachsenen können ihnen alles Mögliche erzählen und sie werden es als wahr empfinden. So lange funktionieren die Legenden vom Weihnachtsmann und Christkind wunderbar, denn sie sind Teil ihrer Realität!

Gibt es einen richtigen Zeitpunkt, wenn der Glaube an den Weihnachtsmann/Christkind nachlassen sollte? Irgendwann kommen alle Eltern an den Punkt, wo sie merken, sich in eine Sackgasse manövriert zu haben. Sie hoffen, dass der Glaube an den Weihnachtsmann/Christkind sich schon irgendwie von alleine erledigt – und das tut es in der Tat.

Es ist jedoch immer sehr individuell, auf *welcher Art und Weise* diese Realität für das Kind plötzlich zum Märchen wird. Manche Kinder vermuten schon sehr früh, dass hinter all den Geschenken vielleicht doch die Eltern stecken könnten. Sie sind es sich aber nicht sicher, weil die Eltern selbst ihnen stets diese kritischen Vermutungen verneinen. Die Eltern genießen bekanntlich das volle Vertrauen ihrer Kinder.

2. WER SOLL WEN BESCHENKEN?

Vielleicht erwischen die Kinder ihre Eltern sogar Nachts beim Vorbereiten der Bescherung, sodass es für alle eine unangenehme Situation wird. Oder verlieren die Kinder ihren Glauben an den Weihnachtsmann in der Schule, wenn die Mitschüler sie aufklären oder – wenn es weniger freundlich zugeht – sogar auslachen. Es muss natürlich nicht immer zu großen Dramen oder Tränen kommen. Seien wir aber ehrlich – in jedem Fall ist es ein Moment der *Enttäuschung* im wahrsten Sinne des Wortes, sprich die *Auflösung einer Täuschung*. Das Kind empfindet eine Art Wut, Einsamkeit und Gefühl von Verrat, wenn auch nur kurzzeitig.

Gibt es aber dennoch einen sanften Mittelweg aus diesem Dilemma? Es gibt ihn, er bedarf nur etwas von Deiner elterlichen Achtsamkeit. Früher oder später wird Dein Kind Dich so oder ähnlich fragen: „*Mama/Papa, gibt es den Weihnachtsmann?*“ Diese Frage ist *Deine Chance*, etwas Klarheit in die Sache zu bringen! Hier wäre es nicht fair zu behaupten – *klar, natürlich gibt es ihn!* Damit würdest Du Dich noch tiefer in die Sackgasse begeben.

Antworte Deinem Kind lieber ungefähr so: „*Es gibt Menschen, die glauben, dass es ihn gibt. Und es gibt Menschen, die glauben es nicht. Aber selbst wenn es den Weihnachtsmann nicht gibt, spielen es die Menschen gerne und tun so, als ob es ihn gäbe. Und wie möchtest Du es spielen?*“

Damit gibst Du Deinem Kind die Möglichkeit, das Spiel weiterzuspielen oder zu beenden. Du wirst erstaunt sein, wie zufriedenstellend diese Antwort auf Dein Kind wirken wird. Plötzliche Enttäuschungen und Tränen könnten so vermieden werden.

2. WER SOLL WEN BESCHENKEN?

Wir wollen hier keinesfalls die Tradition des Weihnachtsmannes/Christkinds verteufeln! Wir finden es lediglich sehr spannend, zu analysieren, welche Wirkung dieses Märchen auf Dein Kind haben kann und warum es fast in jeder Familie zu *enttäuschenden* Situationen kommt. Man könnte meinen, es sei ja nur eine kleine süße „Kindheitslüge“, die dem Kind aber doch so viel Freude beschert! Auch wenn es früher oder später mit einer *Ent-Täuschung* endet, ist diese Kindheitserfahrung den meisten Eltern es wert. Viele denken darüber womöglich gar nicht erst nach, weil der Weihnachtsmann einfach sein *muss*.

Fakt ist, dass Kinder auf jeden Fall an alles glauben werden, was die Eltern wünschen, woran sie glauben sollen. Der Weihnachtsmann oder das Christkind sind immer von Erwachsenen in die kindliche Realität installierte Figuren und kein Bestandteil der natürlichen kindlichen Fantasie. Wir lassen die Kinder an die Figuren glauben, weil entweder wir selbst als Kinder gerne daran geglaubt haben, oder weil man der Meinung ist, dass es unvermeidlich zur Kindheit dazugehört, daran zu glauben.

Es ist uns bewusst, dass wir hiermit eine der größten Traditionen der christlichen Zivilisation in Frage stellen. Jedoch sich etwas „*bewusst zu machen*“, bedeutet nicht, es zwangsläufig zu kritisieren! Es geht nur darum, eine neue Sicht auf die Dinge zu erlangen.

Wenn Weihnachtsmann oder Christkind in der Familientradition fest verankert sind, wäre unserer Meinung nach vor allem Eines wichtig – beim geheimnisvollen Spiel dieser Fiktion mit dem ganzen Herzen dabei zu sein! Kinder können sehr feinfühlig sein und spüren, wenn diese

2. WER SOLL WEN BESCHENKEN?

Fiktion nur für sie allein erschaffen wurde, aber sonst niemand in der Familie ernsthaft daran glaubt. Trotz dieser gemischten Gefühle wird ein Kind dieses *Spiel* weiter mitmachen, weil die Erwachsenen es *indirekt* von ihm erwarten, dass das Kind es tut. Versuche also auch Du, achtsam und feinfühlig zu sein.

Mache Dir bewusst, warum es Dir wichtig ist, dass Dein Kind an den Weihnachtsmann glaubt. Weil Du selbst es als schön und niedlich empfindest, oder weil die Gesellschaft es so erwartet? Wie hättest Du es gerne, wenn Du jetzt wieder ein Kind sein könntest? Es gibt keine falschen Antworten auf diese Fragen. Es ist nur wichtig, dass Du Dir etwas Zeit nimmst, um ernsthaft darüber nachzudenken.

Was tust Du also, wenn die Fiktion beginnt, den Zauber zu verlieren? Du könntest Dich fragen, was würde passieren, wenn es Weihnachtsmann oder Christkind nie geben würde? Gäbe es dann keine weihnachtliche Vorfreude mehr? Oder wäre die Vorfreude mindestens genauso groß aber einfach nur ganz *anders*?

Erfüllte Kindheit auch ohne Weihnachtsmann und Christkind

Das ist ein ziemlich gewagter Titel, nicht wahr? Du stellst Dir vielleicht gerade ein total unglückliches Kind vor, welches erfüllt vom traurigen Neid den anderen Kindern beim Auspacken all der schönen Geschenke zuschaut. Keine Sorge, wir sind keine *Weihnachtsleugner*! Wir möchten Dir hier eine neue Sichtweise präsentieren, wie Dein Kind auch ohne Weihnachtsmann/Christkind unglaublich erfüllende Weihnachten erleben kann.

2. WER SOLL WEN BESCHENKEN?

Zuerst sollten wir die Frage klären, was schöner ist – schenken oder beschenkt werden? Statistisch gesehen werden die meisten Erwachsenen eher das Geben und Schenken als viel schöner und befriedigender empfinden. Aus diesem Grund beschenken sich die Menschen zu Weihnachten, nämlich als Ausdruck ihrer Aufmerksamkeit und Liebe zueinander. Was meinst Du, könnte das nicht auch für Kinder zutreffen?

*„Es ist schön, den Augen dessen zu begegnen,
dem man soeben etwas geschenkt hat.“*

– Jean de La Bruyère

Es ist eine andere Art der Vorfreude, die Dein Kind empfinden kann, wenn es die Möglichkeit bekommt, eigene Geschenke für seine liebsten Menschen zu basteln. Das sollte natürlich ohne Zwang passieren und nur, wenn Dein Kind von sich aus wirklich etwas verschenken will. Es muss zudem nicht für die gesamte Verwandtschaft kleine Geschenke vorbereiten. Schon gar nicht unter dem Druck, dass zum Beispiel der *Opa traurig wird, wenn nur die Oma etwas bekommt*. Außerdem sollte das Kind sich keinesfalls verpflichtet fühlen, vom eigenen ersparten Taschengeld Geschenke zu kaufen! Damit meinen wir natürlich schon größere Kinder, die schon alleine in Geschäfte gehen können. Bedenke, dass alles, was Dein Kind macht, intuitiv und vom Herzen kommt. Es kennt kein *gesellschaftliches Anstandsempfinden* – dies entwickelt sich erst später nach dem Vorbild der Erwachsenen.

2. WER SOLL WEN BESCHENKEN?

Deinem Kind genügt es bereits, wenn es in die weihnachtliche Vorbereitung mit Begeisterung involviert wird. Es wird ihm Freude bereiten, gemeinsam mit Dir Geschenkideen zu erfinden, sie anschließend für andere Familienmitglieder zu basteln, zu schmücken und zu verpacken. So erlebt Dein Kind den Familienzusammenhalt besonders intensiv, es fühlt sich geschätzt und unentbehrlich. Dabei kann Dir viel Stress erspart bleiben, wenn Du die Geschenke nicht mehr heimlich besorgen musst und zeitgleich sehr viel sinnvolle Beschäftigung für Dein Kind bieten kannst. Die vorweihnachtliche Zeit wird wie im Flug vergehen.

Wenn es dann zur Bescherung kommt, so ist für jeden klar, wer wem was schenkt. Es gibt keine geheime dritte Gestalt, die die Geschenke unter dem Baum platziert. Der Austausch geht von Mensch zu Mensch. Es ist für das Kind schön zu erfahren, dass die Eltern oder Großeltern an ihn gedacht haben und an diesem Tag etwas Besonderes schenken möchten. Genau so kann das Kind die Spannung erleben, wenn sein gebasteltes Geschenk vom Beschenkten langsam geöffnet und bestaunt wird. Erwachsene beschenken sich genau aus diesem Grund – sie wollen ihre besondere Zuneigung und Aufmerksamkeit einander ausdrücken. Für ein Kind ist es doch genauso schön, diese Gefühle ausdrücken zu dürfen.

Mit dieser Haltung könnten sich außerdem eventuelle Enttäuschungen erübrigen, wenn dem Kind sein erträumter Geschenkwunsch, aus welchen Gründen auch immer, bei der Bescherung nicht erfüllt wird. Es ist nämlich sehr einfach, die Verantwortung einer geheimnisvollen Märchenfigur zu übergeben. So sind Mama und Papa aus der Erklärungsnot fein raus. *„Das Geschenk war zu groß für seinen Schlitten, oder er hat versehentlich das falsche Geschenk erwischt, oder er hatte nicht so viel Geld, um es*

2. WER SOLL WEN BESCHENKEN?

zu kaufen.“ Komisch und bedrückend für das Kind wird es, wenn es, wie schon vorher beschrieben, bereits eine leise Ahnung hat, dass es die fiktive Figur nicht gibt. Was aber tun, wenn ein Geschenkwunsch wirklich zu teuer erscheint? Dazu kommen wir noch.

Aus Erfahrung können wir sagen, dass wenn Du Dich für die Weihnachtstradition ohne die geheimnisvolle Weihnachtsfigur entscheidest, dann solltest Du Dich auf unangenehme Fragen oder leichte Vorwürfe aus dem Umfeld gefasst machen. Sie werden Dich zwar nicht komplett verurteilen, aber doch schon zu verstehen geben, dass Du das Kindheitsglück Deines Kindes massiv gefährdest.

Diesen Sorgen kannst Du ganz leicht den Wind aus den Segeln nehmen, wenn Du selbst ganz und aufrichtig verstehst, warum Dein Kind nicht an den Weihnachtsmann/Christkind glauben muss. Mache Dir die Werte bewusst, die Dein Kind durch seine aktive *Weihnachtsvorbereitung* erlebt. Es wartet nicht nur passiv auf sein Wunschgeschenk, sondern macht sich selbst Gedanken, entwickelt Pläne, vielleicht sogar heimlich, was die Vorfreude und Nervenkitzel noch größer macht. Es hat ein Ziel vor Augen und verbringt die Zeit mit wirklich sinnvollen, schöpferischen Tätigkeiten.



Was könntest Du mit Deinem Kind noch tun, um die maximale Vorfreude und Schenkfreude mit ihm zu erleben? Folgend paar Beispiele, die wir in unserer Familie zu Traditionen gemacht haben:

2. WER SOLL WEN BESCHENKEN?

Bereitet zusammen kleine Aufmerksamkeiten für Eure Nachbarn vor. Geht dann von Tür zu Tür und hängt die kleinen Geschenktüten an die Türgriffe. Eine Postkarte mit paar herzlichen Grußworten, eine Tafel Schokolade oder selbst gebackene Plätzchen werden nicht nur beim Verschenken Freude machen, sondern auch die Nachbarschaftsbeziehung stärken.

Geht zusammen in den Wald und bringt den Tieren Äpfel oder Möhren hin. Deckt für sie ein kleines Festmahl auf einem Baumstumpf, schmückt es mit Blättern, Moos und Tannenzapfen. Auch die Tiere wollen es festlich haben! Nach paar Tagen geht wieder gemeinsam dorthin und schaut, ob etwas gefressen wurde. Die Vorfreude beim Kind ist garantiert! Achtet beim Obst darauf, dass es nicht unbedingt eines von diesen künstlich gezüchteten Supermarktäpfeln ist. Das werden die Tiere wahrscheinlich nicht mögen. Ihr könnt auch Tiere in einem Tierheim mit Leckereien überraschen. Dort sind sie immer auf gespendetes Futter angewiesen.

So wird mit Plätzchen backen und Geschenke basteln die vorweihnachtliche Zeit mit Sinn und Vorfreude erfüllt. Werdet selbst zu kleinen Helfern des Weihnachtsmannes und eröffnet Eure eigene Weihnachtswerkstatt bei Euch zu Hause! Dein Kind wird garantiert ein ganz besonderes Gefühl für Weihnachten entwickeln – ohne Stress und Kommerz, dafür mit Herzlichkeit, Dankbarkeit und ganz viel intensiver Familienzeit.



Frage 3

*Wie machen Geschenke wirklich
Sinn und Freude?*



3. WIE MACHEN GESCHENKE WIRKLICH SINN UND FREUDE?

Wenn das Kind sich teure Geschenke wünscht

Was kannst Du tun, wenn Dein Kind einen ziemlich teuren Geschenkwunsch hat? Versuche hier wieder in Selbstreflektion zu gehen und die Welt aus der Sicht Deines Kindes zu betrachten. Dabei ist es gleich, wie jung oder alt Dein Kind ist.

Denke in dieser Situation nach, wie Du handelst, wenn Du selbst mal einen teuren Wunsch hast. Dieser Wunsch liegt meist darin begründet, weil Du diese bestimmte Sache gerade einfach *brauchst*. Sei es ein neuer Laptop zum Arbeiten oder ein E-Bike zur Fortbewegung. Wenn Du etwas wirklich *brauchst*, wartest Du sicherlich nicht bis Weihnachten und kaufst es Dir einfach, damit Du schon jetzt den Gegenstand als Hilfsmittel nutzen und im Leben vorankommen kannst.

Die Wünsche der Kinder sind ganz genauso – sie brauchen die Dinge einfach! Sie brauchen es vielleicht zum Spielen, doch das Spiel ist ihre *Arbeit*! Aus der Sicht des Kindes erscheint die gewünschte Sache einfach lebenswichtig, unabhängig davon, was *Du* davon hältst. Dementsprechend solltest Du dem Wunsch mit Respekt begegnen. Es kann natürlich aber auch sein, dass der Wunsch in Deinen Augen eindeutig *nutzlos* erscheint und es tatsächlich für das Kind nicht förderlich ist, oder die finanzielle Situation der Familie diesen Wunsch einfach nicht zulässt. Dazu kommen wir noch.

Wenn das Kind Dich oder den Weihnachtsmann/Christkind um ein teureres Geschenk bittet, versuche mit dem Kind gemeinsam zu ermitteln,

3. WIE MACHEN GESCHENKE WIRKLICH SINN UND FREUDE?

warum dieses Geschenk ihm so wichtig wäre. Teile dem Kind es ehrlich mit, dass dieses Geschenk schon recht aufwendig ist. Hierbei solltest Du wirklich auf Augenhöhe des Kindes sprechen und ernsthaft auf seine Interessen und Argumente eingehen – nicht von vorn herein das manipulative Ziel haben, dem Kind das Geschenk auszureden. Ergründe wirklich und ehrlich, *warum* Dein Kind etwas haben möchte und versuche, es wirklich zu verstehen.

Ist es ein Piratenschiff von Playmobil, welches im Kindergarten einfach jeder hat und haben *muss*? Oder ist es ein neuer Roller oder ein Fahrrad? Vielleicht ein Teleskop oder ein Mikroskop? Du solltest nun erkennen können, ob das gewünschte Geschenk das Kind in seiner Entwicklung weiter bringt und einfach zum Kindsein dazugehört.

Die Frage ist zudem – *wann* wird dieser Wunsch geäußert? Wenn der Wunsch einer Sache eindeutig der Begeisterung für ein bestimmtes Thema entspringt (z.B. Entdeckung der Biologie oder der Astronomie) und es mitten im Sommer ist, so solltest Du Dein Kind keinesfalls bis Weihnachten warten lassen. Wenn der Wunsch eindeutig ernst gemeint ist, solltest Du nach einem Gespräch auf Augenhöhe mit dem Kind gemeinsam eine Kaufentscheidung treffen und unmittelbar umsetzen.

Du könntest auch meinen, dass die Wünsche der Kinder immer nur von kurzer Dauer sind und Du könntest Dir deren Erfüllung eh sparen, denn sie werden in ein paar Wochen vergessen sein. Ja, das stimmt. Diese Wünsche gehen vorbei und kommen womöglich nie wieder. Und wenn sie irgendwann doch wiederkommen, bereuen es die Kinder, dass sie nicht schon damals ihrem Interesse folgen konnten,

3. WIE MACHEN GESCHENKE WIRKLICH SINN UND FREUDE?

weil ihre Begeisterung für ein Thema durch Nichtbeachtung ihrer wahren Interessen einfach erstickt wurde.

*„Man bereut nie, was man getan,
sondern immer, was man nicht getan hat.“*

– Marc Aurel

Du hast ein Kind und es ist nunmal nicht in der Lage, eigenes Geld zu verdienen und sich Dinge zu kaufen, wie Du es kannst. Das bedeutet jedoch nicht, dass die Wünsche eines Kindes auch nichts wert sein können. Der Rat an dieser Stelle wäre somit, für die besonderen Wünsche Deines Kindes, die der wahren Begeisterung entspringen, stets ein gewisses Budget bereit zu halten und es als Investition in die Bildung und Entwicklung des Kindes zu betrachten.

Entscheide Dich immer für möglichst hochwertiges Material, das Du Deinem Kind schenkst. Zum Einen wird Dein Kind bereits in jungen Jahren ein Gefühl für *gutes Zeug* und Qualität und später im Leben kein Konsum-Wegwerf-Denken entwickeln. Es wird viel mehr Freude an der Sache haben und länger interessiert sein. Zum Anderen werdet Ihr die Sache viel leichter wieder verkaufen können, wenn sie hochwertig und gut erhalten ist. Habe also Mut und Vertrauen in Dein Kind.

Das Gleiche gilt auch für das Spielzeug, mit welchem Dein Kind täglich spielt. Die Miniatur-Teekanne und Teetassen eines Zweijährigen dürfen ruhig aus Keramik und nicht nur aus Kunststoff sein. Sicherlich wird

3. WIE MACHEN GESCHENKE WIRKLICH SINN UND FREUDE?

davon etwas kaputtgehen und das ist in diesem Fall überhaupt nicht schlimm. So lernt das Kind Behutsamkeit und wird versuchen, motorisch viel feiner mit den Dingen umzugehen. Hinzu kommt die vielfältige haptische Erfahrung, die durch das Spielen mit echtem Spielzeug entsteht. Gönn Deinem Kind die guten Dinge. Du kannst Dein Kind nicht verwöhnen, sondern es nur aufrichtig lieben!

Es kann natürlich sein, dass beim besten Willen Dein Geldbeutel gewisse Wünsche einfach nicht zulässt. Mit Achtung und Vertrauen kannst Du ruhigen Gewissens Deinem Kind die Situation schildern und gemeinsam nach einer Lösung suchen. Keine Sorge – Dein Kind wird sich nicht arm oder benachteiligt fühlen, weil es „*arme Eltern*“ hat. Alles ist Sache des aufeinander Zugehens und der ehrlichen Begegnung. Bei guter Bindung und vollstem gegenseitigen Vertrauen wird Dein Kind Dich absolut verstehen und kooperieren.

Du solltest aber nach Möglichkeiten suchen, wie Du das aufblühende Interesse Deines Kindes mit weniger Mitteln unterstützen kannst. Schau Dich in Kleinanzeigen im Internet um. Dort gibt es viele gebrauchte aber gut erhaltene Sachen. Bei spezielleren Wünschen wie Musikinstrumente, Forschungsgeräte o.ä. kannst Du Dich erkundigen, ob es in Deiner Nähe Vereine oder andere Interessengemeinschaften gibt. Zum Beispiel durch Beitritt in einen entsprechenden Verein kann man teure Geräte sich teilweise kostenfrei ausleihen oder den Interessen außerhalb des Hauses nachgehen.

Was leider oft passiert, ist, dass die Eltern aus ihrer Not heraus keinerlei Möglichkeiten sehen oder sehen wollen, und so die Interessen der Kinder

3. WIE MACHEN GESCHENKE WIRKLICH SINN UND FREUDE?

verkümmern lassen. Genau dann besteht die Gefahr, dass das Kind *Minderwertigkeitskomplexe* entwickelt und seine Kindheit als *arm* betrachtet. Dabei hätte das Kind vollstes Verständnis für die Situation der Familie und würde sogar helfen, nach Lösungen zu suchen, wenn es als gleichwertiges Wesen in Gespräche involviert werden würde.

Wenn die Geschenkwünsche wenig sinnvoll oder schädlich sind

Kommen wir nun zu dem Fall, wenn das gewünschte Geschenk ein eher wenig sinnvoller Trendartikel oder für das Kind gar schädlich ist. Wenn es wenig *sinnvoll aber nicht schädlich* ist, dann wäre dies unter Umständen sogar ein gutes Weihnachtsgeschenk! Klingt verrückt, nicht wahr? Natürlich optimal wäre es, an Weihnachten das Kind mit sinnvollen und förderlichen Dingen zu beschenken. Auch hier könntest Du Dein Kind fragen, warum diese Sache so *wichtig* für ihn ist. Sei aber offen für eine Begründung, die lediglich den reinen Wunsch der Zugehörigkeit bedingt durch Gleichaltrige bedeuten könnte.

Vielleicht schafft Ihr es, gemeinsam alternative Geschenkideen auszutüfteln, die Dein Kind von sich aus als genauso wertvoll oder gar nützlicher erkennt. Wenn dies nicht gelingt, so sei nichts Verwerfliches daran, einfach mal den *Konsumwunsch* des Kindes zu erfüllen. So ist nunmal die Welt, in der wir leben. Das Kind sollte nicht die Verantwortung für Deine Vorstellungen tragen, lieber nur Holz- u. Biospielzeug zu mögen, wenn es im Kindergarten oder Schule von ganz anderen Dingen umgeben ist. Versuche auch hier eine hochwertige Option zu wählen, die man nach dem Nachlassen des Interesses eventuell weiter verkaufen oder verschenken kann.

3. WIE MACHEN GESCHENKE WIRKLICH SINN UND FREUDE?

Bei sogenannten *schädlichen* Wünschen, zum Beispiel ein Smartphone in einem zu frühen Alter, gibt es natürlich recht wenig Ausweichmöglichkeiten. Sicherlich kannst Du einfach *Nein* sagen oder Verbote aussprechen, was aber an Eurer Beziehung zueinander nagen wird. Versuche stets ins Gespräch mit Deinem Kind zu kommen! Frage es immer, warum etwas so wichtig für ihn ist. Oft wünschen sich die Kinder ein Handy, weil ihre Gleichaltrigen es haben. Im Gespräch ist es wichtig, zu begründen, warum dieses Geschenk aus Deiner Sicht keine gute Idee ist. Oft entstehen Missverständnisse, weil Kinder aus ihrer Sicht das „Nein“ der Eltern einfach nicht nachvollziehen können. Begründe Deine Sichtweise mit *logischen* Erklärungen und Erfahrungswerten, die Dein Kind nachvollziehen kann. Wir können hier leider kein Erfolgsrezept anbieten, sondern Dir nur bewusst machen, dass wenn Du immer in gutem Kontakt zu Deinem Kind bist und über alles sprichst, die Chance viel höher ist, solchen „schädlichen“ Wünschen vorzubeugen.

Überfluss und Missverständnisse vermeiden

Was ist aber nun mit Geschenken von Dritten, wie Großeltern und anderen Verwandten? Es macht natürlich immer Sinn, soweit wie möglich sich mit ihnen über die Geschenke abzusprechen. Wenn Du gute Beziehung zu den Großeltern des Kindes hast, so bitte sie, gewisse Vorgaben zu respektieren und Dinge zu schenken, die aus Deiner Sicht wirklich sinnvoll für Dein Kind sind. Selbst bei bester Beziehung zu den Großeltern wird dies nicht immer möglich sein, weil auch sie vielleicht einfach mal das knalligste und sperrigste Spielzeug dem Enkelkind schenken wollen. Sei entspannt – das ist kein Weltuntergang. Wir wissen

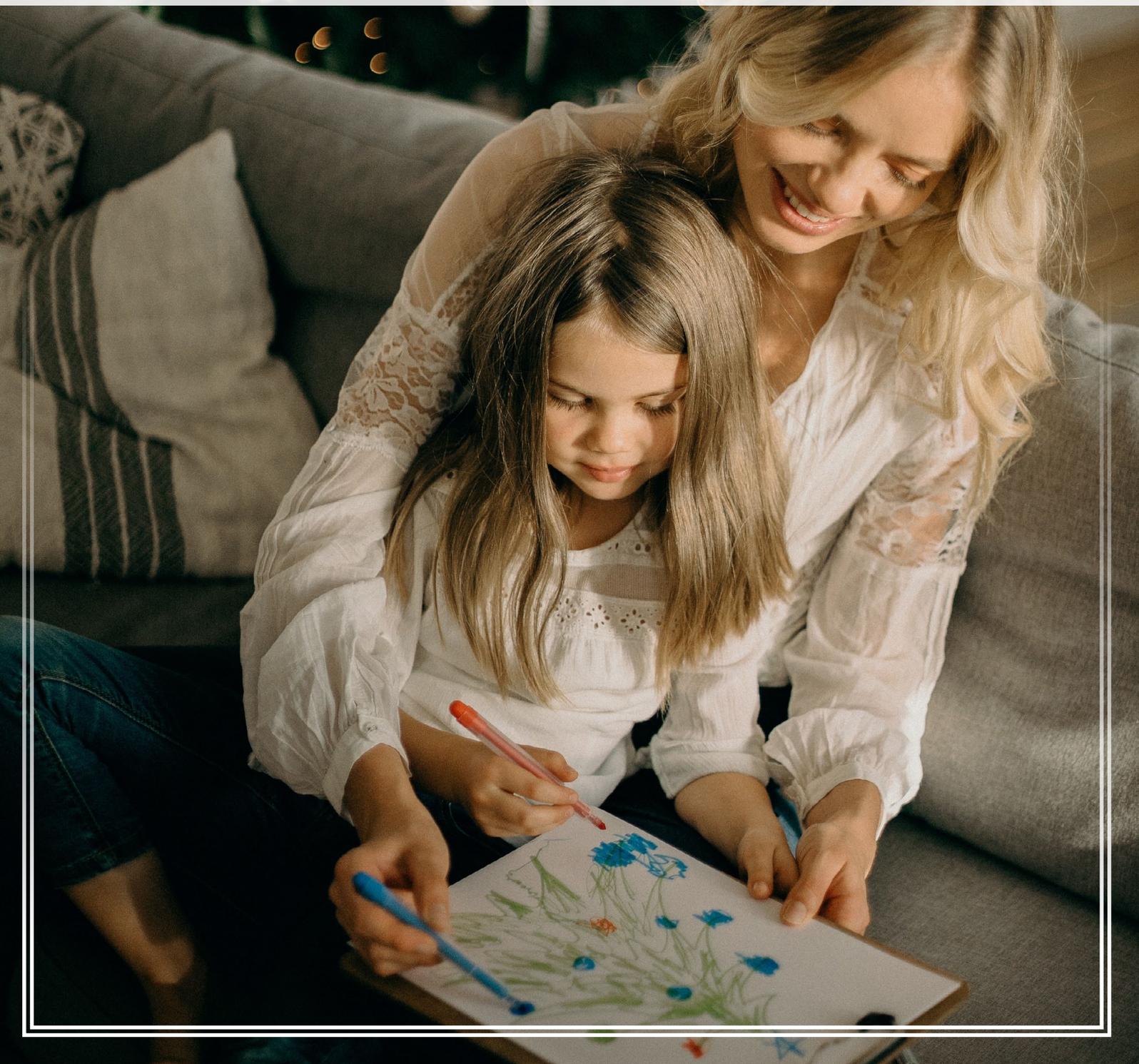
3. WIE MACHEN GESCHENKE WIRKLICH SINN UND FREUDE?

ja auch nicht, wie unsere Geschenke bei anderen Menschen ankommen. Jeder bemüht sich, so viel er kann und das Allerwichtigste ist nur, dass es vom Herzen kommt.

Was Du auf jeden Fall absprechen kannst und wahrscheinlich jede Verwandtschaft respektieren wird, ist die Anzahl der Geschenke. Es ist sinnvoll, das Kind nicht mit zu viel Kram zu überschütten, damit die Wertschätzung erhalten bleibt und das Kind nicht überfordert wird. Hier zu erwähnen wären auch die Adventsgeschenke. Ein Kind braucht keine fünf Schoko-Adventskalender oder Geschenke, die zum Advent größer ausfallen als zu Weihnachten. Es wäre nicht förderlich für den Sinn des Festes. Versuche einfach, die goldene Mitte zu finden, die in erster Linie Deinem Kind gut tut und auch den Schenkenden ihre Freude am Geben lässt.

Es könnte nun doch passieren, dass gewisse Verwandte gar nicht mit sich reden lassen und Deine Bitten einfach ignorieren. Oft liegt das Problem darin, dass man selbst nicht den Mut aufbringt, offen und ehrlich die Wünsche zu kommunizieren. Versuche mutig zu sein und Deine Gedanken diesbezüglich klar mitzuteilen, jedoch auch nachvollziehbar zu begründen. Ein klärendes Gespräch zu Beginn ist viel besser als sich jährlich wiederholende Missverständnisse, die von vorgetäuschter Freude oder gar Streit begleitet sind.

Erschafft Eure Traditionen



ERSCHAFFT EURE TRADITIONEN

Im Kern geht es darum, dass Ihr als Familie glücklich seid. Zu Weihnachten fallen jedoch hier und da Verpflichtungen an, die man oftmals über sich ergehen lässt, weil es halt dazu gehört. Warum eigentlich? Warum ist Weihnachten so *besonders*, dass man für diese Zeit oft sein eigenes Familienglück zurückstellen muss, um anderen Menschen einen Gefallen zu tun?

Diese Fragen mögen für Dich vielleicht etwas klumpig formuliert erscheinen, aber es ist eindeutig wahr, dass in der Weihnachtszeit ganz viele Stresssituationen entstehen. Es beginnt mit der Suche von Geschenken in überfüllten Kaufhäusern oder unzähligen Stunden beim Durchforsten von Online-Shops, damit auch jeder Verwandte seine Aufmerksamkeit bekommt und nicht gekränkt wird. Dann stellt sich die große Frage, wo an Heiligabend und den beiden Weihnachtstagen gefeiert werden soll, damit möglichst die gesamte Sippe sich mindestens einmal trifft, als ob es keine anderen Tage im Jahr gäbe. Hier wären wir wieder bei dem Punkt, wo die Menschen das Weihnachtsfest als Bewertungsmaßstab ihrer *Familienqualität* nutzen und die Feiertage etwas überbewerten.

Es ist nunmal so, dass Kinder groß werden, Familienkonstellationen und Umstände sich ändern. Es liegt in der Natur der Sache, dass die Kinder irgendwann eigene Familien gründen und vielleicht unter sich feiern möchten. Oder sie entwickeln eigene Traditionen, die *ihnen* gut tun, jenseits von Pflichtgefühlen der Verwandtschaft oder den alten Denkweisen gegenüber.

ERSCHAFFT EURE TRADITIONEN

Wir möchten Dich mit diesem Buch ermutigen, mit Deinem Herzen zu spüren, wie groß oder klein Euer Weihnachten sein soll. Lasst Euch nichts einreden oder vorwerfen, wenn Ihr alteingesessene Traditionen brecht. Vermittelt Euren liebsten Verwandten, dass Ihr sie trotzdem liebt, auch wenn Ihr sie zu Weihnachten nicht besuchen werdet. Oder besucht sie alle, weil Ihr es *wirklich* wollt!

Wenn Ihr es also schafft, auf Euer Herz zu hören und der inneren Stimme treu zu bleiben, werdet Ihr Weihnachten erleben, das voll von innerer Ruhe, Glückseligkeit und Frieden ist. Ihr werdet einfach *wunschlos glücklich* sein.

Fröhliche Festtage!



seimutig.tv

Kennst Du schon unsere Filme? Wir setzen uns für freie und mündige Entscheidungen ein, die vor allem die Eltern zum Wohle ihrer Kinder treffen müssen. Auf www.seimutig.tv findest Du zahlreiche Videos und Audiobeiträge, die Dir Mut machen und den Rücken stärken werden!

Schau Dir unbedingt unseren Online-Kurs für friedvolle und bewusste Elternschaft an! Du findest ihn unter www.seimutig.tv/online-kurs , wo Dich **29 kostenfreie Kursvideos** erwarten.

Als Dankeschön für das Lesen dieses Buches bekommst Du hiermit einen Rabatt von 30,- € auf das große Kurspaket, wenn Du den Code **DANKE30** im Warenkorb einlöst.

Wir freuen uns auf Dich und wünschen Dir sowie Deiner Familie alles Liebe!

