Stille Nacht? Wenn an Weihnachten verschiedene Erwartungen aufeinandertreffen

Weihnachten soll friedlich sein. Doch wer organisiert das Essen, wann wird welche Familie besucht und wie viel Zeit bleibt füreinander?



Alterung von Technik findet schleichend statt, so dass man sie erst kaum bemerkt. Bild: NEO e.K.

WENN UNAUSGESPROCHENE ERWARTUNGEN AUFEINANDERPRALLEN, KANN AUS EINEM KLEINEN MISSVERSTÄNDNIS SCHNELL EIN GRÖSSERER STREIT WERDEN. GEGENSEITIGES VERSTEHEN HEISST DANN NICHT, IMMER EINER MEINUNG ZU SEIN – SONDERN EINANDER ERST EINMAL ZUZUHÖREN.

„Stille Nacht, unfriedliche Nacht?" – so überschrieb Statista 2019 eine Infografik zu Streitigkeiten an Weihnachten. Grundlage war eine gemeinsame Umfrage von Statista und YouGov. Etwa jede vierte befragte Person gab an, an den Feiertagen immer oder gelegentlich Streit zu erleben. Am häufigsten ging es um Ablauf und Organisation der Weihnachtstage (34 Prozent); ein Viertel nannte allgemeine Beziehungsprobleme. Die Erhebung liegt einige Jahre zurück und beschreibt keine aktuelle Situation. Sie zeigt aber, dass der Anspruch auf ein harmonisches Fest nicht immer mit der Wirklichkeit übereinstimmt.

Gerade bei der Organisation treffen oft mehrere Vorstellungen aufeinander: Die einen möchten möglichst viele Verwandte besuchen, andere wünschen sich einen ruhigen Tag zu Hause. Manche freuen sich auf vertraute Traditionen; für andere fühlen sich dieselben Abläufe wie eine zusätzliche Verpflichtung an. Hinzu kommen Vorbereitungen, Zeitdruck und die Erwartung, dass alle sich freuen sollen. Was nach außen wie eine Kleinigkeit aussieht, kann deshalb für die Beteiligten eine größere Bedeutung haben.

Ein erster Schritt aus der Streitspirale ist, nicht sofort zu bewerten. Statt „Du willst immer alles bestimmen" kann eine konkrete Frage helfen: „Was ist dir an Heiligabend besonders wichtig?" So wird aus einem Vorwurf ein Gespräch über Bedürfnisse. Umgekehrt hilft es, die eigene Sicht klar zu sagen: „Mir ist wichtig, dass wir auch Zeit für uns haben." Das bedeutet nicht, den eigenen Wunsch durchzusetzen – sondern ihn verständlich zu machen.

Zuhören heißt auch, das Gehörte kurz zusammenzufassen: „Wenn ich dich richtig verstehe, möchtest du deine Eltern besuchen und danach den Abend ruhig ausklingen lassen?" Das gibt dem Gegenüber die Möglichkeit, ein Missverständnis zu korrigieren, bevor daraus Ärger entsteht. Und wenn die Stimmung schon aufgeheizt ist, kann eine kurze Pause besser sein als der Versuch, sofort eine Lösung zu erzwingen.

Gegenseitiges Verstehen bedeutet nicht, jeden Konflikt zu vermeiden oder jedem Wunsch nachzugeben. Es bedeutet, die Perspektive des anderen ernst zu nehmen und zugleich die eigenen Grenzen auszusprechen. Manchmal findet sich dann ein Kompromiss; manchmal bleibt man unterschiedlicher Meinung. Auch das kann gelingen, wenn beide Seiten sich gehört fühlen.

Vielleicht muss ein gelungenes Weihnachtsfest also gar nicht vollkommen harmonisch sein. Manchmal reicht es, weniger zu unterstellen, genauer nachzufragen und einander wirklich zuzuhören. Dann wird aus dem Anspruch auf das perfekte Fest wenigstens ein ehrlicheres Miteinander.

FAZIT

Nicht versorgte Hörminderungen und Hörsysteme, die nicht mehr ausreichend unterstützen, sind nicht die Ursache familiärer Konflikte. Streit entsteht meist aus unterschiedlichen Erwartungen und Bedürfnissen. Wenn Gespräche aber nur teilweise ankommen, können Missverständnisse leichter entstehen und die Verständigung zusätzlich erschweren – besonders in einer Weihnachtszeit, die ohnehin von vielen Gesprächen, Hintergrundgeräuschen und hohen Erwartungen geprägt ist. Gutes Hören löst keine Konflikte, kann aber helfen, Gesprächen besser zu folgen und einander wirklich zuzuhören.

HÖRGERÄTE HERMANNS BERÄT IN LÜBECK UND BAD SCHWARTAU. VEREINBAREN SIE EINEN TERMIN UND LASSEN SIE SICH ZU PASSENDEN HÖRSYSTEMEN BERATEN.
0451/ 4894 77 77



Quelle: Statista/YouGov (2019). Infografik: Hedda Nier/Statista, „Stille Nacht, unfriedliche Nacht?", 17.12.2019. CC BY-ND 3.0. · https://de.statista.com/infografik/20313/streitigkeiten-an-weihnachten/



KI-generiertes Motiv

hör her

Jetzt Hörsysteme unverbindlich testen

hörgeräte hermanns GmbH
Schlutuper Str. 2-6
23566 Lübeck
0451 - 489 477 77

hörgeräte hermanns GmbH
Lübecker Str. 8
23611 Bad Schwartau
0451 - 289 373

info@hoer-her.de