

## Weihnachten unter zwei Tannenbäumen



Weihnachten ist, auch heute noch immer ein Fest für die Familie: Für die Kinder, die mit leuchtenden Augen den Christbaum bestaunen und sich an Geschenken erfreuen. Aber auch für Eltern, die in seltener Gemeinsamkeit die Festtage im privaten Rahmen verbringen: mit festlichem Essen, gemeinsamem Kirchengang und heimeligen Aktivitäten in den eigenen vier Wänden. Nichts verdeutlicht in unserer fried- und ruhelosen Welt mehr die Sehnsucht der Menschen nach Augenblicken der Ruhe, des Friedens und der Harmonie als die Verbindung der Begriffe von Familie und Weihnachten. Die Erwartungshaltung ist hoch, bei Groß und Klein. Die Realität unserer Tage beschert jedoch sehr vielen Familien erhebliche Stolpersteine bei der Erreichung dieses Wunsches nach häuslicher Zufriedenheit und Glück. Trennung, Scheidung und die damit verbundene Zerrissenheit von Familien schaffen gravierende Probleme bei der Gestaltung des Weihnachtsfestes: Neben der Freude wird gerade an diesen Tagen der Schmerz der Trennung bewusst. Wie kann Bescherung für Kinder aussehen? Können getrennte Eltern an Weihnachten vielleicht doch ihre Konflikte hintanstellen und miteinander konstruktiv reden oder sogar gemeinsam feiern? Wie können Besuche der Kinder beim außen lebenden Elternteil organisiert werden? Was ist mit den Ansprüchen der Großeltern, ebenfalls mit den Enkelkindern zusammenzukommen? Nicht selten entstehen hier für Kinder und Erwachsene zusätzlicher „Weihnachtsstress“ oder sogar neue Streitigkeiten. Da ist z.B. Familie P. mit den beiden Kindern Carsten (8 Jahre) und Linda (7 Jahre). Die Eltern sind seit eineinhalb Jahren getrennt, die beiden Kinder leben bei der Mutter. Der Vater ist ausgezogen und wohnt seit 3 Monaten bei seiner neuen Partnerin, die ihrerseits geschieden ist und einen 6-jährigen Sohn Patrick hat. Frau P. hat die Trennung nur schwer verkraftet und ist noch immer verbittert darüber, dass der Vater die Familie wegen dieser Frau verlassen hat. Nach der Trennung kamen zunächst nur sporadische Besuchskontakte beim Vater zustande. In den letzten Monaten hat sich dies normalisiert und beide Kinder besuchen den Vater alle 14 Tage am Wochenende. Sie freuen sich auf diese Besuche und kommen jetzt auch mit der „neuen Frau von Papa“ und ihrem Sohn ganz gut klar. Richtig kompliziert wird die Situation, als die kleine Linda anfragt, ob Papa den Heiligen Abend in der ursprünglichen Familie verbringen kann. Die Mutter ist entsetzt und ratlos, weil sie für sich den klaren Abstand zum Ex-Ehemann wünscht. Auch die neue Partnerin des Vaters ist gar nicht begeistert. Gehört der nicht selbstverständlich in die „neue Familie“?! Und wie sollen die bisher üblichen Besuche bei den jeweiligen Großeltern organisiert werden?

Die Kompliziertheit der Situation ist offensichtlich. Einige Grundregeln können helfen, das Dilemma zu entschärfen. An erster Stelle sollen die Grundbedürfnisse der Kinder stehen: Und die bedeuten vor allem: nicht in die Konflikte des zerstrittenen Paares verwickelt werden. Daher sollte ein „gemeinsames“ Weihnachten nur dann in Erwägung gezogen werden, wenn das Paar die Trennung einigermaßen verarbeitet hat und zumindest eine begrenzte Zeit Nähe aushalten und ohne Streit miteinander reden kann. Das sieht im Fall der Eltern P. nicht so aus und ein getrenntes

Weihnachten ist eher zu empfehlen. In jedem Fall sollten getrennt lebende Eltern frühzeitig klare Absprachen über den Ablauf des Weihnachtsfestes miteinander treffen und diese dann den Kindern mitteilen: Z.B.: Heilig Abend bei der Mutter, am ersten Feiertag beim Vater. Sprechen Sie klare Uhrzeiten ab und wer das Abholen oder Zurückbringen macht! Ideal wäre auch, wenn Sie sich über die Geschenke für die Kinder gegenseitig verständigen und absprechen, damit väterliche und mütterliche Geschenke in etwa gleiche Wertigkeit besitzen und keine Konkurrenz oder Neidgefühle erzeugt werden. Akzeptieren und wertschätzen sie positive und freudige Berichte ihrer Kinder über das jeweils „andere Weihnachten“! Das schönste und wertvollste Geschenk an Weihnachten können sie ihren Kindern machen, wenn sie ihnen das Gefühl vermitteln, dass es „erlaubt“ ist, den jeweils anderen Elternteil zu lieben.

