

Festtagslaune

Welcher Weihnachtstyp sind Sie?

Von Heike Stüvel 23. Dezember 2008, 07:19 Uhr

Für die einen pures Glück, für die anderen reine Schikane: Die Festtagslaune zeigt sich in Kleinigkeiten. In den letzten Jahrzehnten hat sich die Bindung an die christlichen Kirchen bei vielen gelockert. Für die Meisten ist Weihnachten jedoch immer noch ein Freudenfest. Aber es gibt auch Festtagsgegner.



Foto: picture-alliance / dpa

Die Festtagslaune zeigt sich in Kleinigkeiten

Jeder erlebt Weihnachten anders. Der eine als romantisches Fest, der andere sieht es ganz nüchtern und bringt es irgendwie über die Bühne, einige igeln sich zu Hause mit dem Fernsehprogramm und einem Glas Rotwein ein, manche feiern eine Anti-Weihnachtsparty andere wiederum würden es lieber abschaffen und fliehen in wärmere Gefilde. Die einen mögen es traditionell, die anderen bekommen schon beim Anblick einer harmlosen Tanne Weihnachtsauschlag.

Beim Fest scheiden sich die Geister. Aus welchen Gründen auch immer, aus privaten oder geschäftlichen, aus ideellen oder materiellen, kaum einer bleibt unberührt. Menschen, die sonst das ganze Jahr keine Kirche von innen sehen, sagen: wenn ich nicht am Heiligen Abend in der Christmette war, dann fehlt mir etwas. Andere feiern Weihnachten im

althergebrachten heidnischen Sinn als Lichtfest, als Fest der Winter-Sonnenwende, die die Tage wieder länger werden lässt.

Was ist schuld, dass plötzlich Saiten zu klingen anfangen, von denen wir im hinter uns liegenden Jahr gar nicht merken, dass sie überhaupt vorhanden sind? „Positive wie negative Erfahrungen kommen an so einem Festtag wieder hoch“, sagt Wolfgang Hantel-Quitmann, Professor für klinische und familiäre Psychologie in Hamburg.

Alle Jahre wieder die Erinnerungen

Die Amerikaner nennen das „Anniversary- (Jahrestag-)Effekt“. Es ist wie in dem Film: „?und täglich grüßt das Murmeltier“. Man hat das Gefühl, der Film läuft wieder und wieder auf die gleiche Art und Weise ab. Die wiederkehrenden Erinnerungen können schön, aber auch traumatisch besetzt sein.

Da erinnert man sich beispielsweise an den Vater mit dem Alkoholproblem, für den das Weihnachtsfest immer Grund genug war, schon morgens die Korken knallen zu lassen. Auch jedes Jahr der Streit zwischen den Eltern, ob der Baum erst am Heiligen Abend oder schon einen Tag zuvor geschmückt werden sollte, hat sich im Gedächtnis eingebrannt.

Es besteht der Zwang, es allen recht zu machen, wobei die eigenen Bedürfnisse häufig vernachlässigt werden. „Ich habe es aber selbst in der Hand, kleine Dinge zu verändern und aus störenden Zwangsläufigkeiten auszusteigen, indem ich mich mit meinen Mitmenschen bespreche“, sagt Hantel-Quitmann. „Setzen Sie sich vor Weihnachten im kleinen Familienkreis zusammen, um Wünsche abzugleichen“, empfiehlt der Fachmann. „Fühlen Sie sich nicht verpflichtet, jemanden einladen zu müssen.“ Außerdem sollte man Ruhepausen für alle Beteiligten einplanen.

In den letzten Jahrzehnten hat sich die Bindung an die christlichen Kirchen bei vielen gelockert oder aufgelöst. Trotzdem ist Weihnachten für die Meisten immer noch ein Freudenfest, fand das Institut für Demoskopie Allensbach heraus. Auch wenn die Menschen stöhnen, dass die ehemals schönen Tage der Besinnung zum Kauf- und Konsumstress verkommen seien. Die Mehrheit empfindet das anders. Überraschend an den Ergebnissen der Allensbacher Umfrage ist, dass die Vorfreude auf Weihnachten in Ostdeutschland noch stärker zum Ausdruck kommt als im Westen. In den neuen Bundesländern sagen 68 Prozent der befragten Erwachsenen, dass sie sich auf Weihnachten freuen, in den alten Bundesländern sagen das nur 61 Prozent.

Auf der Flucht vor Weihnachten

Plätzchen backen, die Wohnung adventlich mit Gestecken und Kerzen stimmungsvoll ausschmücken, Geschenke planen und kaufen: Vor allem den Frauen macht das Spaß. Von Stress spricht nur eine kleine Minderheit der Frauen (zehn Prozent) und Männer (15 Prozent). Die Allensbacher Umfrage zeigt auch, wie übertrieben es ist, wenn immer davon gesprochen wird, viele würden am liebsten vor Weihnachten flüchten. Die Zahl derjenigen, die sich über die Weihnachtstage in südlichere Regionen absetzen möchten, um Weihnachten und seiner spezifischen Stimmung zu entgehen, ist nur sehr klein.

Insgesamt 4 Prozent sagen, dass sie zu denjenigen gehören, die vor Weihnachten fliehen. Der Gedanke, über die Festtage auf den Kanaren oder irgendwo in den Winterurlaub zu fahren, liegt den meisten fern. 13 Prozent machen es zu Weihnachten mal so, mal so, mal fahren sie weg, um zu Weihnachten sommerliche Temperaturen zu genießen, mal bleiben sie zu Hause, um zu überprüfen, ob es das bei uns noch gibt, was die meisten aus ihrer Kindheit kennen: richtige, herzerwärmende Weihnachtsstimmung.

83 Prozent fühlen sich über Weihnachten zu Hause am wohlsten und machen es sich dort richtig gemütlich. Zwar hört jeder Zweite gerne alte deutsche Weihnachtslieder am Heilig Abend, aber nur jeder Dritte singt im Zeitalter der perfekten Tonwiedergabe von Radio, Fernsehen, CD und DVD selbst. Fernsehen ist auch an Weihnachten das wichtigste Medium, besagt eine Forsa-Studie, die durch 1003 Telefoninterviews belegt ist. 63 Prozent der Deutschen werden die Weihnachtsfeiertage vor allem vor dem Fernseher verbringen.

Die Feiertagsgenießer

Der Umfrage zufolge planen 42 Prozent während der Feiertage ein Buch zu lesen und knapp jeder Dritte will im Internet surfen. Der hohe Medienkonsum schränkt die Bedeutung von Weihnachten als Fest der Familie jedoch nicht ein: Für 88 Prozent der Deutschen ist das Zusammensein mit der eigenen Familie am wichtigsten. 81 Prozent wollen Verwandte und Bekannte besuchen. Insgesamt überwiegen an den Feiertagen die eher passiven Beschäftigungen: Faulenzen nennen 53 Prozent, während nur 19 Prozent der Befragten Sport treiben wollen. Einen Kirchgang planen 47 Prozent an Weihnachten.

Der Fond „Gesundes Österreich“ hat in einer Studie die unterschiedlichen Weihnachtstypen ermittelt, wobei die meisten (39 Prozent) der Befragten zu den Feiertagsgenießern gehören. Man genießt die Annehmlichkeiten der arbeitsfreien Tage, des guten Essens und Trinkens und das Zusammensein der Familie. Die positiven Gefühle sind so stark, dass

Kritik an diesem „Event“ in den Hintergrund tritt. Zwei Drittel bedauern das Ende der Feiertage. Bei den eher traditionell geprägten Festtagsromantikern (24 Prozent) stehen eher althergebrachte und religiöse Werte der Verinnerlichung im Vordergrund. Die negativen Dinge des Lebens werden meist verdrängt.

Die Zeit wird mit angenehmen Verwandtschaftsbesuchen und vernünftigem Essen verbracht, wie auch im gesamten Jahr. Man fühlt sich wohl mit der Familie beziehungsweise dem Partner. Der Festtagspragmatiker (21 Prozent) nimmt Weihnachten so wie es ist und versucht diszipliniert das Beste daraus zu machen: ohne übertriebene Fressorgien, Alkoholexzesse oder innerfamiliären Streit. Er akzeptiert die gängigen Klischees nicht. Es erweckt den Eindruck, als habe er sich innerlich von den Festtagen distanziert. Seine Einstellung zum Thema Weihnachten ist nüchtern und kritisch aber ohne emotionale Aversionen gegenüber dem Feiertagstrubel. Dennoch sind zwei Drittel froh, wenn das Ganze vorbei ist und jeder Zweite wäre am liebsten weit weggerüst.

Männer sind pragmatisch

Von den Festtagsgegnern (16 Prozent) werden Festtage sowohl auf der kognitiven Ebene als auch emotional abgelehnt. Dieser Mensch sieht vor allem die negativen Aspekte an Weihnachten. Für ihn ist es eine Zeitspanne voller Hektik, Streit, Einsamkeit und Traurigkeit.

Unter den Weihnachtsmuffeln findet man vor allem einfacher gebildete Menschen, mehr Männer als Frauen, und bevorzugt zwischen 44 und 59 Jahren.

Wer kann es schon logisch erklären, warum sich am Weihnachtsfest meist Sentimentalität breit macht? Aber können und wollen wir das immer? Auch wenn einer zum anderen sagt: „Ich liebe dich“, kann er kaum erklären, warum das so ist und was genau in ihm vorgeht. Also freuen wir uns und feiern das unerklärliche Geheimnis des Festes der Gefühle und der Liebe.
