



Immer schön ehrlich bleiben

Geschenke, Besuche und mehr: Fettnäpfe in trauter Runde zu Weihnachten. Was droht? Was kann man dagegen tun? Einige Benimm-Regeln fürs Fest. Tipps von Nandine Meyden.

VON ANDREAS HERKENS

Weihnachten ist in erster Linie immer noch ein Familienfest. Man zieht sich zurück ins Private. Aber obwohl man meist unter sich ist, ist das Parkett, auf dem man sich hier bewegt, glatt wie sonst selten – auf zwischenmenschlicher Ebene. Leicht kann man sich daneben benehmen, werden Gefühle verletzt. Benimm-Expertin Nandine Meyden sagt, was man vermeiden sollte und wie man sich richtig verhalten kann im Schatten des Weihnachtsbaumes.

Frau Meyden, besonders auch Weihnachten drohen in trauter Runde Fettnäpfchen. Wieso eigentlich gerade dann?

Nandine Meyden: Die schlimmsten Fettnäpfe entstehen durch zu hohe Erwartungen und dadurch, dass Menschen in dieser Stimmung Zeit miteinander verbringen, die sich sonst meist nicht so oft alle zusammen erleben. Jeder muss also Kompromisse machen, und keiner erlebt das Weihnachten, das er sich eigentlich wünscht.

Was sind denn die schlimmsten Fettnäpfchen? Nennen Sie doch ein paar Beispiele.

Meyden: Jemand bringt etwa ein brisantes Thema auf, und man muss sich zum 100. Mal eine verquere politische Ansicht anhören. Oder: Es kommt zum x-ten Mal der Spruch über Outfit oder Frisur, das beziehungsweise die den Eltern oder Großeltern nicht gefällt. Oder: Irgendein Verwandter mischt sich in die Kindererziehung ein...

Und dann kracht es, oder?

Meyden: Ja, dann liegen die Nerven schnell blank, und alle fallen in die gleichen alten Muster zurück, und die Stimmung kippt.

Was kann man dagegen tun?

Meyden: Wer klug ist, der nimmt sich fest vor, der Klügere zu sein und den „Weihnachtsretter“ zu machen. Lassen Sie so etwas an sich wie Wasser an einer Telefonpfanne abperlen, lächeln Sie und sagen Sie: „Heute ist doch Weihnachten“ – ohne Vorwurf oder Anklage in der Stimme.

Sie nannten eben das Thema Kindererziehung. Eine konkrete Szenerie: Die Kinder sind unruhig, warten auf die Bescherung. Was sollte man tun? Wann ist der Punkt zum Eingreifen erreicht?

Meyden: Eingreifen muss man immer dann, wenn alle anderen

die Gemütlichkeit oder Besinnlichkeit nicht mehr genießen können. Kinder müssen lernen, nicht nur auf den eigenen Spaß zu warten, denn Weihnachten ist ein Familienfest. Bauen Sie vor: Vereinbaren Sie eine feste Zeit für die Bescherung und geben Sie den Kindern etwas zur Beschäftigung – ein weihnachtliches Hörspiel oder ähnliches.

Knifflige Situationen können auch dann entstehen, wenn Menschen, denen der religiöse Aspekt des Festes wichtig ist, mit solchen Zusammentreffen, denen dieser nichts bedeutet. Wie kann man da einen Weg finden?

Meyden: Weihnachten ist

ein religiöses, ein christliches Fest. Wer „nur so“ feiern mag, der darf das ja gerne tun, doch es kann verlangt werden, dass er weder abwertende Kommentare von sich gibt noch sonst etwas tut, was bei anderen das Fest beeinträchtigt. Wenn die anderen beten, dann kann man einfach ruhig daneben sitzen.

Apropos ruhig bleiben: Die einen wollen Weihnachtslieder singen, die anderen nicht. Was jetzt?

Meyden: Sprechen Sie vor dem Fest darüber, was sich jeder wünscht. Beim Singen kann man auch einfach nur mitsummen oder die anderen singen lassen – vielleicht kann man ja anderweitig zum Fest beitragen, indem man eine Geschichte

liest und die Familie fotografiert, wenn sie singt.

Dann geht es an die Bescherung. Sollte man Geschenke sorgsam auspacken, oder geht auch aufreißen?

Meyden: Die meisten Geschenke sind heute sehr hübsch eingepackt. Das sollte man auch schätzen und sorgsam und wertschätzend damit umgehen. Überdies ist dann nicht so schnell das Bescherungszimmer ein einziges Chaos.

Sollte man sich direkt bedanken oder lieber erst später?

Meyden: Ist der Schenker anwesend, kommt der Dank in dem Moment des Auspackens und Anschauens, dann noch einmal ein paar Tage nach Weihnachten. Also dann, wenn man das Geschenk ausprobiert und schon genossen hat. Dann sollte der Dank ganz konkret ausgedrückt werden: „Das Buch hat mich so inspiriert“, „Die CD ist einfach wunderbar, ich habe sie gestern gleich drei Mal gehört“ oder ähnliches.

Und kann man auch direkt sagen oder zeigen, wenn einem ein Geschenk nicht gefällt?

Meyden: Wertschätzung des Geschenks und ein Stück Ehrlichkeit – das ist das richtige Rezept: „Wie lieb von Dir, dass Du an meine Leidenschaft für Kaschmirpullover gedacht hast. Hmm, weißt Du, Rosa ist eigentlich nicht so meine Farbe.“ Wer hier Begeisterung vortäuscht, der wird noch viele rosarote Pullover bekommen...

Darf man Enttäuschung zeigen, wenn das eigene Geschenk jemand anderem nicht zusagt?

Meyden: Natürlich darf man das zeigen. Wer hier „cool“ bleibt, der erweckt den Eindruck, es wäre ihm eh egal, Hauptsache, man hat die Pflicht erfüllt, irgendwas zu kaufen und zu verpacken. Doch übertreiben sollte man es auch nicht – sonst bekommt der Beschenkte noch ein schlechtes Gewissen. Sagen Sie klar, was Sie sich bei dem Geschenk gedacht haben, dass Sie es schade finden, dass es doch nicht passt. Bieten Sie an, es umzutauschen, und gehen Sie proaktiv vor: „Lass uns nächstes Jahr ein paar Wochen vor dem Fest ganz offen darüber sprechen, was ich Dir Gutes tun kann.“

Thema Gutscheine: Sind sie nicht eine Verlegenheitslösung?

Meyden: Gutscheine sind oft eine Verlegenheitslösung, doch es gibt Menschen, bei denen sich andere einfach sehr schwer tun, das Richtige zu finden. Wenn dann auch keine Wünsche geäußert wurden, dann bleibt nur die Möglichkeit, „Irgendwas“ zu kaufen oder einen Gutschein zu verschenken. Da ist ein Gut-

schein doch noch besser!

Kann man denn einen Gutschein im Vorhinein noch aufwerten?

Meyden: Wer einen Gutschein mit Herz schenken will, packt ihn nicht einfach in einen Umschlag, sondern schreibt nett dazu, warum man dachte, dass genau diese Art von Gutschein für den anderen passend ist, etwas wie: „Ich weiß, dass Du viel und gerne liest. Du warst schon als Kind eine Leserratte und bist es immer noch. So habe ich in all den Jahren den Überblick verloren, was Du schon hast und was Dich gerade interessiert. Ich wünsche Dir, dass Du Dir mit dem Buchladen-Gutschein etwas aussuchen kannst, was Dir köstliche Lesestunden bereiten wird.“

Und wenn ein Gutschein nervt?

Meyden: Na, dann bauen Sie doch vor! Äußern Sie spätestens im Advent, was Sie brauchen oder was Sie erfreuen würde, und machen Sie es dem Schenkenden leichter! Das ist für dieses Jahr natürlich zu spät, aber nehmen Sie es sich für die nächste Gelegenheit vor.

Ein wichtiger Punkt an den Weihnachtstagen sind auch Besuche: Sollte man klar sagen, wenn man keine Lust dazu hat oder es zu viel wird? Oder sollte man lieber Ausflüchte vorschieben?

Meyden: Wer Besucher notgedrungen toleriert, der ist kein guter Gastgeber und verdirbt sich auch selbst das schöne Weihnachten. Sagen Sie es lieber vorher ganz klar, wenn Sie gerne Ruhe an den Feiertagen hätten. Nutzen Sie, wenn Sie zeitlich können, andere Tage oder auch die Wochenenden für gemeinsame Essen oder andere Aktivitäten. Das entzerrt die Feiertage.

Und wenn man selbst einen Besuch macht? Kann man es ruhig offen sagen, wenn man schon bald wieder gehen möchte? Oder muss man sich in Geduld üben?

Meyden: Auch hier gilt wie bei allen Einladungen: Wer nicht lange bleiben kann oder will, der sollte das vorher sagen, damit die Gastgeber, die vielleicht ganz eigene Ideen über den Verlauf des Abends und ein „Programm“ haben, sich darauf einrichten können. Außerdem könnte sonst der Eindruck entstehen, man geht nur deshalb so früh, weil es einem nicht gefällt.

Von wegen Geduld: Wenn doch mal der gewisse Faden gerissen sein sollte, wie kommt man vor den anderen wieder in die Spur, ohne das Gesicht zu verlieren?

Meyden: Wer ehrlich sagt: „Tut mir leid, das war gerade nicht richtig von mir. Meine Nerven sind jetzt am Jahresende einfach sehr dünn. Sei bitte nicht böse, ich habe es nicht so gemeint“, der verliert nicht an Gesicht, sondern gewinnt.



Das richtige Geschenk zu finden ist nicht einfach. Aber auch sonst gibt es an Weihnachten einige Fettnäpfe.

INFOS

► **Nandine Meyden** ist seit fast 20 Jahren Trainee und hat sich auf Fragen der modernen Umgangformen spezialisiert. In ihren Seminaren und Vorträgen gibt sie Berufstätigen aller Bereiche Tipps, um Auftreten und Image zu verbessern. Sie hat sieben Bücher geschrieben und wurde vor allem durch den Bestseller „Lexikon der Benimmirrtümer“, von dem jetzt der zweite Band erschienen ist, bekannt. In zahlreichen Artikeln und eigenen Kolumnen schreibt sie regelmäßig über Fragen des guten Benehmens. Die 46-jährige Expertin lebt in Berlin und gibt europaweit Seminare auf Deutsch, Englisch und Niederländisch.



► **Im „Lexikon der Benimmirrtümer“** (Ullstein Taschenbuch, 336 Seiten, 8,99 Euro) geht es um Fragen wie „Ist es wirklich unhöflich, Briefe mit ‚Ich‘ zu beginnen?“ „Darf Spargel auf dem Teller tatsächlich nicht geschnitten werden?“ „Kann man bei Tisch Salz ohne Pfeffer reichen?“ Nandine Meyden benennt und korrigiert in ihrem neuen Lexikon-Band auf amüsante Weise 100 weit verbreitete Benimmirrtümer aus diversen Lebensbereichen.

! Nandine Meyden im Internet: www.etikette-und-mehr.de