

Facilitating Christmas



Facilitatorprinzipien für schönere Weihnachtsfeste Teil 2





Willkommen zu

**Facilitating Christmas –
Facilitatorprinzipien für schönere Weihnachtsfeste Teil 2!**

Manche denken, Facilitation sei nur etwas für Meetings, Management und Organisationsentwicklung.

Weit gefehlt! Das Fest der Liebe bietet uns die perfekte Gelegenheit, alle facilitativen Prinzipien auf die Probe zu stellen – mit Familie und Freunden als einzigartigen Teilnehmerkreis und dem Wohnzimmer (oder der Küche) als Meetingraum.

Denn erwartbar sind – gerade zu Weihnachten – unterschiedliche Ansichten, verschiedenste Beziehungsgeschichten und kontroverse Zukunftsideen – ein Fest!

Damit wir uns und andere bei alledem gut navigieren können, helfen die folgenden Prinzipien durch neue Blickwinkel, ziieldienliche Haltungen und nützliche Praktiken.

Einfach mal ausprobieren, es wirkt!



Prinzip 1: Make Things Nice

Weihnachten ist das Fest, an dem wir auch mal „dran“ sind mit der Gastgeberschaft – sei es aus Pflichtgefühl, Tradition oder auch, weil es viel Freude bereitet, Gastgeber/Gastgeberin sein zu dürfen. Für viele ist damit das Ziel verbunden, einen Raum zu schaffen, der tatsächlich ein wenig weihnachtliche Magie herbeizaubert. Wie kann das gelingen?

Hier hilft uns ein Prinzip aus dem indigenen Feld:

„Make Things Nice“. Es schenkt uns für unsere facilitative Haltung – nicht nur zu Weihnachten – Orientierung. In der Sprache und Denkweise ergebundener Kulturen bedeutet dieser Satz weit mehr als nur das oberflächliche „Dinge schön machen“. Die Grundidee ist, dass man in allem, was man tut, Sorgfalt und Respekt walten lassen sollte, um Schönheit und Harmonie in die Welt zu bringen.

Schönheit ist nicht nur etwas Ästhetisches. Schönheit ist auch eine Form der Ordnung und Ausgewogenheit, die in jedem Bereich des Lebens – in Gedanken, Taten, Beziehungen und Ritualen – verankert sein kann.

„Das Ganze, das Heilige und das Ästhetische evozieren sich gegenseitig.“
(Gregory Bateson).

„Make Things Nice“ ist eine Aufforderung, in allem, was wir tun, unser Bestes zu geben und respektvoll mit uns selbst, anderen und der Umwelt umzugehen. Wenn man also etwas „nice“ macht, schafft man nicht nur etwas, das ansprechend ist, sondern bringt durch Hingabe, Achtsamkeit und Respekt eine positive Energie in die Welt und ins Weihnachtsfest.

„Make Things Nice“ ist daher ein Wegweiser zum bewussten Handeln, das der Gemeinschaft, der Natur und zu Weihnachten der guten Gastgeberschaft zugutekommen kann. Make Things Nice heißt bewusst nicht „Make Things Perfect“.

Wenn du Gastgeber/Gastgeberin bist, dann bereite einen Raum vor, in dem alle im wahrsten Sinne des Wortes einen Platz haben. Vielleicht sind es einladende Ecken mit Spielzeug für die Kinder, gemütliche Sitzgruppen, die für Entspannung und Gelassenheit sorgen oder selbst gestaltete Tischkarten, die allen sagen: „Hier ist dein Platz!“ Vielleicht ist alles so gut vorbereitet, dass du als Gastgeberin sogar vor Ankunft der Gäste durchatmen und dich auf die Gäste und ihre jeweiligen Eigenschaften positiv einstimmen kannst, sodass du dann jeden und jede wirklich willkommen heißt: „Schön, dass du da bist!“



Prinzip 2: Sorge dafür, dass Menschen (gut) ankommen können!“

Ein gelungenes Treffen ist wie ein gutes Meeting: Wenn wir gut ankommen, entspannt sich unser Nervensystem. Sätze wie „Schön, dass Du da bist!“ oder „Danke, dass ihr euch auf den Weg gemacht habt!“ sollten in den ersten Momenten nicht fehlen. Sie zeigen Wertschätzung und erkennen an, dass Menschen Zeit und Mühe investiert haben. Rechne mit Begeisterung und Überschwang, wie z.B. von Oma Lisbeth, die sich so willkommen fühlt, dass sie vor Freude in die Küche stürmt, den Kühlschrank aufreißt und lauthals ruft „Sekt für alle!“ Solche Details machen oft den Unterschied.

Nun kommt etwas, das nicht zum normalen Besteck gehört: „Lasst uns erst mal kurz hören, wie es euch allen geht!“ Uups! „Und was ist mit dem Sekt?“ Aus facilitativer Sicht hilft es dem Miteinander, wenn alle sich kurz im Kreis einfinden und erzählen, wie es ihnen geht. Nicht bilateral zwischen Tür und Angel und Sekt, sondern so richtig als „Event“! Ein „Check-in“ (muss man privat nicht so nennen) sorgt für ein „Wir“-Gefühl und ermöglicht es, sich authentischer zu begegnen. Die Botschaft: „Deine Menschlichkeit ist hier willkommen. Du musst nichts an der Tür lassen, um ein guter „Gast“ zu sein.“

Wenn man schon mal im Kreis steht, kann man neben der aktuellen Verfassung („Wie geht es dir?“) auch anderes besprechen. Hier ein paar Fragen, die für Check-ins hilfreich sein können (Quelle: www.thecircleway.net, „Resource Bundle: Check-Ins“, weihnachtlich angepasst):

- Wir wissen alle, dass die Adventszeit oder auch Weihnachtszeit zuweilen stressig sein kann. Wie bist Du heute hier? Wo ist heute dein Kopf und wo dein Herz?
- Was hat dir in letzter Zeit Freude bereitet?
- Was ist dir in der Adventszeit begegnet oder was hast Du erlebt, das dir Hoffnung gegeben hat?

Circle Way-Praktiker Tenneson Woolf sagt: „Das Ergebnis eines Check-in-Kreises ist die Wiederbegegnung eines Ökosystems mit sich selbst.“ Eine Gruppe ist mehr als eine Organisation – sie ist ein Organismus, ein Ökosystem, das mehr ist als die Summe seiner Teile. Das Wiederentdecken von Verbindungen, Gemeinsamkeiten und sogenannten Zufällen hilft uns, zu vertrauen, uns zu öffnen und authentischer zu sein. „Können wir denn jetzt den Sekt trinken?“ fragt Oma Lisbeth. „Ja, wir können meine Liebste! Es wird grandios!“ Alles, was ab jetzt passiert, überlassen wir der weihnachtlichen Magie. Nach dem Check-in wird es wahrscheinlich anders als sonst.

Übrigens: Ein Treffen daheim kann auch bewusst abgerundet werden. Der „Check-out“ (muss man immer noch nicht so nennen) gibt dem Nervensystem das Signal: „Hier geht etwas zu Ende.“ Im Privaten passiert dies oft mit Umarmungen und einem „Auf Wiedersehen!“. Für weihnachtliche Treffen im Kreise der Lieben kann ein Abschlusskreis hilfreich sein, der die Gemeinschaft abrundet. „Lisbeth, kannst

Du mal kurz die Flasche wegstellen? Komm doch mal her, ja? ... Ja, wir wollen uns nochmal kurz zusammenstellen.“ Als Gastgeberin spreche ich vielleicht einen Dank aus und könnte anschließen mit ...

- Was möchtest du von heute feiern?
- Wofür bist du dankbar?
- Worauf freust du dich jetzt?

So können sich die Lieben rundum und wertschätzend verabschieden. Das weihnachtliche Treffen bekam einen Hauch von „Circle“ und ist für und mit allen Sinnen vollendet.



Prinzip 3: Versuche, die Herzen der Menschen zu berühren!

Weihnachten und Geschenke gehören zusammen wie Punsch und Keksdose, wie Facilitation und ein stimmiger Ablauf. Als Facilitatoren haben wir ein Motto: „**Wenn es nicht die Herzen der Menschen berührt, dann ist alles nichts**“. Sobald wir eine Erfahrung machen, die uns ans Herz geht, bleibt etwas. Nachhaltig. Menschen erinnern sich an das, was ihnen wirklich Freude bereitet hat.

Geschenke sind eine Möglichkeit, die Herzen der Menschen zu berühren. Das Schenken selbst ist eine unterschätzte Kunst. Es wirkt auf den Beschenkten ebenso wie auf den Schenkenden, denn ein Geschenk kann mehr sein als nur eine freundliche Geste oder eine gesellschaftliche Pflicht. Es aktiviert in uns Schaltkreise, die eng mit unseren Emotionen und Beziehungen verknüpft sind. Schenken spricht unser Belohnungssystem an und ruft Freude hervor, besonders dann, wenn wir unerwartet etwas geschenkt bekommen und mit echter Wertschätzung schenken. Studien zeigen, dass das Geben in uns oft ein stärkeres Belohnungsgefühl auslöst als das bloße Empfangen – was vielleicht erklärt, warum sich so viele für das Wichteln im Büro freiwillig melden, obwohl das Risiko für noch mehr bunte Socken hoch ist.

Facilitatives Schenken: (Man muss nicht alles facilitativ nennen, aber in einer facilitativen Weihnachtsfibel bietet es sich an) Wie wäre es, wenn wir uns entscheiden, das Schenken ohne Pflichtgefühl und mit echter Freude anzugehen? Wir könnten uns fragen: Wie kann ich das Herz des anderen mit meinem Geschenk wirklich berühren? Geschenke, die diese kleine, überraschende Freude im Beschenkten auslösen, machen Weihnachten unvergesslich.

Ein kleiner Exkurs für den Büro-Alltag: Apropos Wertschätzung! Studien haben gezeigt, dass unerwartete Gesten der Anerkennung – nicht der Bonus, sondern die echte Anerkennung oder Aufmerksamkeit – im Arbeitsalltag oft einen stärkeren und länger anhaltenden Effekt haben als Boni. Schenken, ob in Form von Worten oder Gesten, hat das Potenzial, das Wohlbefinden nachhaltig zu steigern und unsere sozialen Verbindungen zu stärken.



Prinzip 4: Lade ein zum Geschichten erzählen

Oftmals laden wir im Rahmen von Facilitation ein, Geschichten zu erzählen. Das hat viele gute Gründe: Positive Geschichten setzen das innere Leben in Bewegung. Sie transportieren Wahrheiten und Möglichkeiten, sie regen die Fantasie und Kreativität an, sie trösten und motivieren, sie besänftigen und zeigen neue Wege, sie laden ein, Werte auszudrücken, zu erforschen und anzupassen, sie beleben den menschlichen Geist und machen neugierig. Kurz: Geschichten sind auch für Weihnachten unverzichtbar.

Gerade an Weihnachten, wenn sich Menschen treffen, die das ganze Jahr über vielleicht wenig Berührungspunkte haben, kann eine humorvolle oder herzerwärmende Anekdote die perfekte Brücke sein. Geschichten wirken wie ein magischer Klebstoff: Sie bringen uns zum Lachen, zum Staunen und manchmal sogar zum Stirnrunzeln – aber in jedem Fall zum Miteinander!

- Wie wäre es mit einer Runde: „Weißt du noch...?“.
Erinnert euch an frühere Weihnachtsfeste und erzählt Geschichten, die immer wieder für herhaftes Lachen sorgen. Jede Familie hat ihre kleinen Katastrophen und Pannen. Der Truthahn, der beim ersten Versuch explodierte, oder das Geschenk, das unabsichtlich beim falschen Familienmitglied landete. Diese „legendären“ Geschichten sind oft die am meisten erzählten und sorgen dafür, dass sich alle entspannen und zusammen lachen können.

Geschichten berühren und holen mit ein wenig Glück auch zurückhaltende Gäste aus der winterlichen Distanz. Momente des Jahres teilen, die berührt oder glücklich gemacht haben, sorgen für eine Nähe, die über das bloße „Wie war dein Jahr?“ hinausgeht.

- Wie wäre es mit einer Runde: Eine „Sternstunde des Jahres“ oder ein kleiner Weihnachtsmoment, der einfach gut war.
Alle sind eingeladen, einen besonderen Moment des Jahres zu erzählen, der ihm oder ihr wichtig war. Das kann das neue Lieblingshobby sein, eine Reise, ein Erfolgserlebnis oder auch eine kleine Geste, die Freude gemacht hat. Diese Geschichten laden dazu ein, über persönliche Erlebnisse zu sprechen. Solche Erzählungen schaffen ein Gemeinschaftsgefühl und die passende Atmosphäre, um auch das neue Jahr inspiriert zu starten.

Storytelling (Geschichten teilen) ist nicht nur zuhören, sondern kann auch ein gemeinsames Erlebnis sein. Eine Geschichte entsteht durch schöpferische Zusammenarbeit. Beim Erzählen ist die Fantasie aller gefragt. Es entsteht eine gemeinsame Geschichte, bei der alle ihre Sichtweisen oder Erinnerungen beisteuern. Und plötzlich ist das Fest nicht nur eine Erinnerung an Vergangenes, sondern auch eine kreative und lebendige Runde, in der neue Ideen und Anekdoten entstehen.

- Wie wäre es mit einer Runde, die mit dem Satz beginnt: „Unsere Familie feiert Weihnachten...“
Alle dürfen genau einen Satz ergänzen. Großartig, so kommt ans Kerzenlicht, was allen als erstes einfällt. Eine ganz neue Weihnachtsgeschichte entfaltet sich.

Geschichten sind nicht nur der unsichtbare Faden, der einen Abend zu einem unvergesslichen Erlebnis werden lässt. Geschichten erzählen und Erinnerungen teilen hilft zudem noch, Alzheimer vorzubeugen und das Gehirn bis ins hohe Alter fit zu halten. Das liegt daran, dass das Erzählen von Geschichten viele Bereiche unseres Gehirns aktiviert und stärkt – und das wirkt wie ein Training für unsere grauen Zellen. Zugegeben, das interessiert die Älteren wahrscheinlich mehr als die Jungen, aber es lohnt sich, früh zu beginnen und Geschichten zu einem unverzichtbaren Teil von Weihnachten zu machen.



Prinzip 5: Begründe Konflikte!

Konflikte sind unvermeidlich – besonders zu Weihnachten, wenn die Erwartungen hoch und die Gemüter mitunter bereits geladen sind. Eine kleine Bemerkung kann dann schnell zu einem Streit führen. Ein Konflikt steht dann plötzlich „elefantös“ im Raum und scheint alles zu dominieren. Genau an dieser Stelle kann man sich entscheiden: Will man den Konflikt ignorieren, vertagen, beruhigen oder schüren?

Wer kennt das nicht? Onkel Thomas, der sofort mit seinem berühmten Monolog über Politik beginnt, den er jedes Jahr führt, egal wer zuhört. Und dann gibt es da Cousin Linus, der nach zehn Minuten Tischgespräch trocken fragt, ob die „Redefreiheit“ nur für Thomas gilt. Ignorieren, vertagen, beruhigen oder schüren?

Keine der Optionen ist „besser“ als die andere!

Es geht vielmehr darum, bewusster mit diesen Möglichkeiten umzugehen:

Wir können sie bewusst ignorieren gemäß dem, zugegebenermaßen derben Sprichwort: „Man muss nicht nach jedem Haufen Sch... greifen, der an einem vorbeischwimmt!“

Wir können Konflikte auch vertagen, wenn es die Situation erfordert oder nahelegt. Der bekannte Weihnachtsfrieden von 1914 berichtet, wie britische und deutsche Truppen in einer inoffiziellen Waffenruhe nicht nur gemeinsam Fußball spielten, sondern auch Geschenke tauschten und Lieder sangen.

Wir können Konflikte beruhigen, wenn das vermeintliche Ziel in keinem guten Verhältnis zu den Kosten steht.

Doch manchmal geht es nicht: Wenn zum Beispiel die Schwiegermutter fest davon überzeugt ist, dass ihr Kartoffelsalat der einzige wahre Kartoffelsalat ist und das „verrückte Experiment“ mit dem veganen Auflauf von Tante Barbara einfach nicht funktioniert. Doch anstatt zu schweigen oder lauthals zum weihnachtlichen Toast auf Tante Trudi anzuheben, könnte man die Situation auch nutzen. Denn Konflikte wollen immer etwas und was das ist, kann man (auch zu Weihnachten) unerschrocken herausfinden!

Wir können Konflikte schüren, wenn dadurch zum Beispiel eine alte Ordnung überwunden und Neues entstehen kann.

Wo könnte ich im weihnachtlichen Konfliktfall hinschauen?
Fragen zur Selbstreflexion.

- 1. Blick auf die Sache:** Worum geht es eigentlich? Ist es wirklich der Kartoffelsalat oder das Gefühl, dass bewährte und auch neue Beiträge zum Weihnachts-Buffet übersehen werden?
- 2. Blick auf das Soziale:** Wie sind Onkel Thomas und Cousin Linus miteinander? Immerhin bezieht sich der Eine auf den Anderen. Wäre da Spielraum für Dialog?
- 3. Blick auf die Zeit:** Geht es nur um den Moment oder um alte, wiederkehrende Diskussionen, wie „Du wolltest schon immer alles anders machen“? Gibt es ein Ziel, wie „Am liebsten würde ich...!“ Dies könnte man erkunden!

Unser Fazit: Oft werden Konflikte geduldet, verschwiegen oder überhört. Doch Hand aufs Herz. „Freundliche Klarheit vor (fried)höflicher Harmonie“ kann ein Beitrag für ein unverstelltes, lebendiges und dann auch offenherziges Weihnachten sein. Statt Konflikte zu verdrängen, sich von ihnen lähmen oder mit Haut und Haar von ihnen vereinnahmen zu lassen, gibt es diesen dritten Weg: Hinschauen und Annehmen – mit Neugier, nicht mit Verärgerung. Die weihnachtliche Zeit bietet damit die perfekte Gelegenheit, sogar langanhaltende Konflikte-Systeme besser kennenzulernen. Dann kann man informierter entscheiden, ob es sich lohnt zu ignorieren, zu vertagen, zu beruhigen oder zu schüren!

Und wer weiß – die eigentliche Überraschung könnte genau darin liegen, einfach mal anders als all die Jahre mit dem vermeintlichen Sprengstoff umzugehen!
Gerne weihnachtlich, liebevoll im Ton und zugleich klar in der Sache. Was jedoch bei allen Varianten immer geht: einfach mal Verständnis ausdrücken für die Schwere oder Schwierigkeit einer Situation, in der sich jemand befindet. Und jetzt ein Toast auf Tante Trudi!

*wie unsere liebe Kollegin Andrea sagt.



Prinzip 6: Achte auf die (Engels-)Flügel!

Zu Weihnachten, wenn Familie und Freunde zusammenkommen, lohnt es sich, die Würde und Einzigartigkeit jedes Einzelnen bewusst zu sehen – besonders in stresigen Momenten. Wenn es in deinem Herzen eng wird oder der Trubel überhandnimmt, erinnere dich: „Die Würde des Menschen ist unantastbar... (sie ist) Grundlage jeder menschlichen Gemeinschaft, des Friedens und der Gerechtigkeit in der Welt.“ (Grundgesetz, Artikel 1).

Selbst wenn Großmutter Herta mit ihrem auffälligen Outfit beinahe den Weihnachtsbaum und den halben Tisch umwirft, versucht sie in ihrer einzigartigen Art wertzuschätzen. Sie auf diese Weise zu sehen, wird nicht nur dich entlasten, sondern auch eine wohltuende Wirkung auf alle Anwesenden haben. Denn wie wir Menschen wahrnehmen, beeinflusst direkt, wie wir auf sie reagieren. „Ich kann die Flügel an dir sehen...!“ sagt Lena in dem Film von Kay Pollak „Wie im Himmel“ in einer Szene, in der sie und Daniel eine Wandbemalung mit Engeln betrachten.

Bei anderen, metaphorisch ausgedrückt, die (Engels-)Flügel zu sehen, ist ein radikaler Akt der (Menschen-)Liebe – er kann Beziehungen vertiefen, echte Begegnung ermöglichen und vermeintlich schwierige Situationen besänftigen. Die weihnachtliche Zeit bietet eine ideale Möglichkeit, diesen Blick zu üben und zu erleben, wie wohlwollende Präsenz die Atmosphäre verändern kann.

Die Flügel zu sehen und offen in einer Runde zu beschreiben im Sinne von „Deine Flügel sehe ich, wenn Du...“ verleiht einem Treffen unter Freunden oder in der Familie einen besonderen Glanz und stärkt echte Verbindungen. Es gilt: „Man ist fertig, wenn man sie an jedem sehen kann!“ (Lena).

Einander gute Absichten zu unterstellen, oder das Mantra „Alle tun ihr Bestes!“ kann helfen, die zum Teil trubeligen Tage gut zu überstehen. Engel sind zu diesen Zeiten jedenfalls viele unterwegs!



Und zum guten Schluss: „No Christmas Spirit, no Christmas.“

Weihnachten passiert vor allem dann, wenn alle mit an Bord gehen und mitmachen. Der Spirit kommt, wenn wir gemeinsam gestalten. Und das wünschen wir dir!

Möge dein Weihnachten mehr sein als ein bisschen Deko und Last-Minute-Geschenke. Wir wünschen dir gemeinsames Wollen, liebevolle Vorbereitungen, Geschenke, die die Herzen berühren, ein bisschen Chaos in der Küche, freundliche Klarheit oder Schweigen im richtigen Moment, eine Tante Lisbeth und ihre Vorliebe für Sekt, schöne Geschichten und dass Du viele (Engels-)Flügel sehen kannst.

Damit beenden wir unsere Auswahl an Facilitatorprinzipien für schönere Weihnachtsfeste. Wir sehen die Flügel bei allen von euch!

Alles Liebe und eine gute Zeit.
Die Kommunikationslotzen

Herausgeber

Kommunikationslotsen
Scholz & Vesper GmbH & Co. KG
Scheidhof 1
53804 Much
Fon:+49 2245 912800
info@kommunikationslotsen.de
www.kommunikationslotsen.de

Text

Holger Scholz und Roswitha Vesper

Illustrationen

Martin Haussmann und Barbara Höppner

© Scholz/Vesper, Kommunikationslotsen 2024

