

Die Vorweihnachtszeit ist für viele die stressigste Zeit im Jahr. Warum eigentlich? Jeder hätte schließlich die freie Wahl, wie er diese Zeit für sich gestaltet.

1 WEIHNACHTSBRÄUCHE

a Was bezeichnet welchen Weihnachtsbrauch? Ordnen Sie zu. Ein Bild gehört nicht in die Weihnachtszeit. Welches wohl?

Adventskranz • Sternsinger • Weihnachtsbaum • Nikolausstiefel • Martinsumzug • Christkindlmarkt



(A)



(B)



(C)



(D)



(E)



(F)

b Welche Speisen und Getränke sind im deutschsprachigen Raum in vielen Haushalten typisch für die Weihnachtszeit? Kreuzen Sie an.



(A)



(B)



(C)



(D)



(E)



(F)

bemalte Eier

Plätzchen

Glühwein

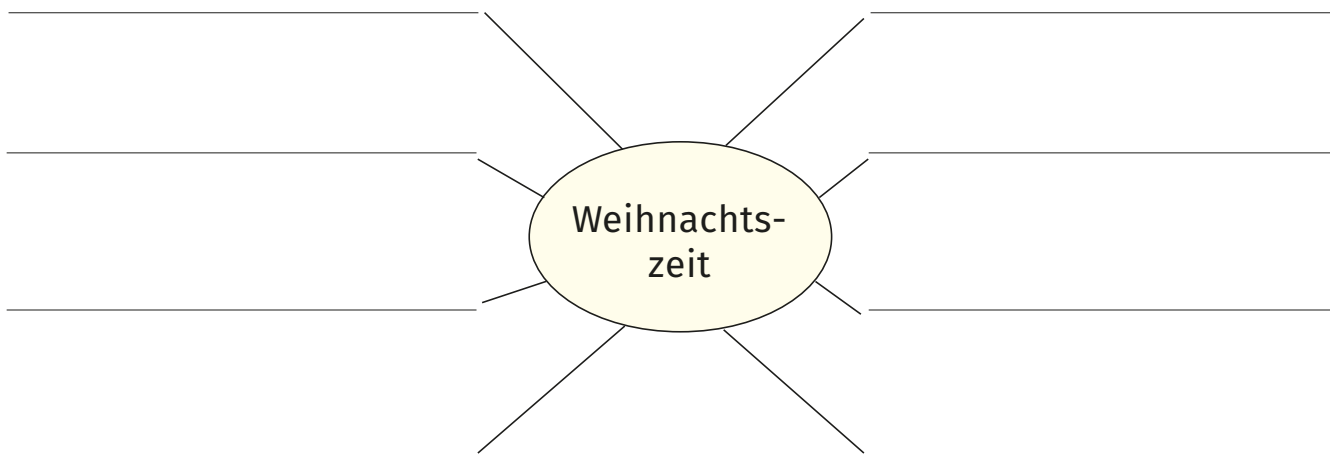
Fleischfondue

Karpfen

Lebkuchen

ü1a: A © Gettyimages/OJO Images/Tom Merton; B © Thinkstock/iStock/picalotta; C © Thinkstock/iStock/Lianem; D © Irina Schmidt - stock.adobe.com;  
 E © Thinkstock/iStock/fermate; F © Thinkstock/iStock/Studio-Annika; Ü1b: A © Thinkstock/iStock/juefraphoto; B © PantherMedia/Bojdar Beremski;  
 C © iStock/rozmarina; D © Thinkstock/iStock/spline\_x; E © Thinkstock/Zoonar/D.Zinnik; F © beats\_ - stock.adobe.com

c Was verbinden Sie mit der Weihnachtszeit? Überlegen Sie gemeinsam.



d Feiert man in Ihrem Heimatland Weihnachten? In Ihrer Familie? Falls ja, welche Bräuche sind an Weihnachten selbst und in der Vorweihnachtszeit üblich? Falls in Ihrem Heimatland Weihnachten nicht gefeiert wird, gibt es ein Fest, dessen Intention ähnlich ist? Erzählen Sie.

## 2 WEIHNACHTSZEIT

a Einige Schlagworte fallen in der Weihnachtszeit immer wieder. Was bedeuten Sie? Ordnen Sie die Synonyme den Wörtern zu.

Fähigkeit der Wahrnehmung, Ziel und Zweck, Bedeutung • liebevolle Aufmerksamkeit, Beachtung •  
sich erinnern, sich bewusst werden, nachdenken • Vermarktung

A Zuwendung \_\_\_\_\_

B sich besinnen \_\_\_\_\_

C Kommerzialisierung \_\_\_\_\_

D Sinn \_\_\_\_\_

b Lesen Sie den Text. Wie sieht die ideale Vorweihnachtszeit aus – und wie oftmals die Realität? Notieren Sie Stichpunkte.

Der Advent – eigentlich eine Zeit, um zur Ruhe zu kommen, sich nach innen zu wenden, sich zu besinnen und im Geist auf das Weihnachtsfest vorzubereiten. Viele Deutsche zum Beispiel mögen die Vorweihnachtszeit sehr, empfinden sie aber auch als die stressigste Zeit des Jahres, haben Umfragen gezeigt. Die Gründe dafür sind individuell unterschiedlich. Dazu kann zählen, dass man auf diesen einen Termin hinarbeitet, der sich auf keinen Fall verschieben lässt. Das macht Druck, noch dazu, weil viele Menschen große Erwartungen haben, wenn es um das Weihnachtsfest geht – es soll besonders schön und perfekt werden, alles soll gelingen – ein Ideal, an das uns nicht nur die Werbung an jeder Ecke erinnert. Ist er dann da, der große Tag, bemerkt so mancher erschöpft, dass er nach dem ganzen Vorbereitungsstress gar nicht recht in Stimmung ist für Heiligabend.

Warum machen wir uns diesen Stress vor Weihnachten? In der Arbeit herrscht oft so etwas wie „Endzeitstimmung“, schließlich rückt mit Weihnachten auch Silvester näher, also fährt man den Einsatz nochmal hoch, um vor Jahresende besonders viel zu schaffen, gerade so, als wäre danach für immer Schluss. Im Advent stehen zahlreiche Ereignisse an – jedes für sich eigentlich schön –, die ab einer bestimmten Menge dann aber doch anstrengend werden: Weihnachtsfeiern in der Firma und im Verein, in der Krippe, im Kindergarten und der Schule, Glühwein trinken auf dem Weihnachtsmarkt, Essenseinladungen mit Freunden ... Dabei hat man doch sonst noch so viel zu erledigen! Das Weihnachtsessen soll etwas Besonderes werden, also heißt es rechtzeitig planen und Bestellungen bei Metzger, Bäcker & Co. abgeben. Wer an Weihnachten zu Verwandten oder Freunden reisen will, muss das ebenfalls organisieren ... Und dann ist da selbstverständlich noch ein ganz großes Thema: das Geschenke-Einkaufen.

Der deutsche Einzelhandel beispielsweise rechnet für das Weihnachtsgeschäft 2018 mit einem Umsatz von ca. 100 Milliarden Euro. Im Durchschnitt rund 280 Euro will jeder Bundesbürger 2018 für Geschenke ausgeben, so eine Umfrage. Zugleich stört viele die zunehmende „Kommerzialisierung“ des Weihnachtsfestes. Dabei haben Geschenke schon immer zu Weihnachten gehört. Doch früher war allein der Einkauf schon ein Erlebnis, das einen gewissen Weihnachtszauber vermittelte. Heute findet er häufig am Computer statt, praktisch und effektiv, aber doch auch kühl und ohne unsere Sinne anzusprechen. Außerdem zieht der Handel die Vorweihnachtszeit inzwischen so in die Länge, dass sogar das ein oder andere Kind froh ist, wenn es auch mal wieder um etwas anderes geht.

Wieso machen wir das alles eigentlich mit? Schließlich haben wir die freie Wahl, wie wir die Vorweihnachtszeit für uns gestalten möchten. Jeder kann entscheiden, sich dieses Mal nicht stressen zu lassen. Das kann für jeden etwas anderes bedeuten, zum Beispiel, Geschenke früh genug auszusuchen, statt in letzter Minute eine Liste liebloser Dinge „abzuarbeiten“. Oder sich bewusst seinen Kindern zu widmen, um gemeinsam Plätzchen zu backen, Weihnachtsgeschichten zu lesen, einen Spaziergang zu machen, zu reden. Vielleicht Verwandte und Freunde zu besuchen, für die man sich selten Zeit nimmt oder sogar „fremden“ Menschen zu helfen, denen es nicht so gut geht, die krank sind, die sich gerade in dieser Zeit vielleicht besonders einsam fühlen ...

Zuletzt ist es dann doch die menschliche Zuwendung, die für die meisten von uns die größte Bedeutung hat. Natürlich freuen wir uns über tolle (materielle) Geschenke, doch wesentlich ist etwas anderes. Warum also nicht einfach mal Zeit und Zuwendung schenken? Das nimmt Druck aus dem vorweihnachtlichen Konsum-Stress und macht im besten Fall nicht nur dem Empfänger Freude, sondern auch uns selbst. Schön wäre das schon ... In diesem Sinne, frohe Weihnachten!



c Welche der Antworten a, b oder c ist korrekt? Kreuzen Sie an. Mehrere Antworten können richtig sein.

- |  |  |
|--|--|
| 1 Die meisten Deutschen ...  | 2 Die zunehmende Kommerzialisierung des Weihnachtsfests finden die meisten Deutschen ... |
| a <input type="checkbox"/> mögen die Weihnachtszeit.                                     | a <input type="checkbox"/> positiv.  |
| b <input type="checkbox"/> empfinden die Weihnachtszeit als stressig.                    | b <input type="checkbox"/> negativ.  |
| c <input type="checkbox"/> mögen die Weihnachtszeit überhaupt nicht.                     | c <input type="checkbox"/> unwichtig.  |
| 3 Die Weihnachtszeit ist für den Einzelhandel ...  | 4 Man könnte die Weihnachtszeit besinnlicher gestalten, indem man ...                    |
| a <input type="checkbox"/> nicht mehr und nicht weniger wichtig als der Rest des Jahres. | a <input type="checkbox"/> Geschenke früh aussucht.                                      |
| b <input type="checkbox"/> eher ruhig.   | b <input type="checkbox"/> Plätzchen backt.  |
| c <input type="checkbox"/> sehr wichtig.   | c <input type="checkbox"/> liest oder Freunde besucht.                                   |
| 5 Das ideale Geschenk zu Weihnachten wäre ...  | 6 Viele Menschen empfinden die Weihnachtszeit als stressig, weil ...                     |
| a <input type="checkbox"/> Schmuck.  | a <input type="checkbox"/> sich der Termin auf keinen Fall verschieben lässt.            |
| b <input type="checkbox"/> Zeit und Zuwendung.   | b <input type="checkbox"/> alles perfekt sein soll.                                      |
| c <input type="checkbox"/> etwas Selbstgemachtes.  | c <input type="checkbox"/> das Jahresende näher kommt.                                   |

#### 4 DIE IDEALE WEIHNACHTSZEIT

- a Wie sieht Ihre ideale Vorweihnachtszeit aus? Was tun Sie, was tun Sie nicht? Wie fühlen Sie sich? Notieren Sie Stichpunkte.
- b Entwerfen Sie einen Kurzvortrag (2 bis 3 Minuten) über Ihre ideale Weihnachtszeit. Präsentieren Sie den Vortrag im Kurs.



#### LÖSUNGEN

- 1a A Weihnachtsbaum B Nikolausstiefel C Christkindlmarkt D Martinsumzug E Adventskranz F Sternsinger  
Der Martinsumzug gehört nicht in die Weihnachtszeit, der Martinstag ist schon am 11. November.
- 1b Alle außer A.
- 2a A liebevolle Aufmerksamkeit, Beachtung B sich erinnern, sich bewusst werden, nachdenken C Vermarktung D Fähigkeit der Wahrnehmung, Ziel und Zweck, Bedeutung
- 2c 1 a, b 2 b 3 c 4 a, b, c 5 b 6 a, b, c