

Frage-und-Sage-Bogen zu Weihnachten

Liebe Großmutter, Mutter, Frau, Freundin, Schwester, Tochter, Enkelin,
lieber Großvater, Vater, Mann, Freund, Bruder, Sohn, Enkel,

schön, dass es Dich gibt.

**Fragen
Sagen**
www.fragensagen.com

Ein solches Jahr war erstmalig und herausfordernd für uns alle. Vielleicht war auch früher manchmal unser Weihnachtsfest herausfordernd. Weil es mir wichtig ist, dieses turbulente Jahr zu einem ruhigen Ausklang zu bringen, gebe ich Dir diesen Frage-und-Sage-Bogen – von mir ausgefüllt und auch als leeres Exemplar, das Du ausfüllen kannst, wenn Du möchtest. Ich freue mich, wenn wir uns in dieser äußerlich unruhigen Zeit im Familienkreis innerlich ruhig begegnen und uns dazu austauschen, was uns wichtig ist. Weil Du mir wichtig bist.

Was ich besonders an Dir schätze:

Was mich dieses Jahr besonders beschäftigt und bewegt hat:

Ein für mich besonders angenehmes Weihnachtsfest können wir an Folgendem erkennen („was Außenstehende sehen/hören könnten wenn sie zu Besuch wären“):

Von den klassischen Festelementen markiere ich links die mit einem oder mehreren + oder -, die ich mehr oder weniger mag. Rechts gebe ich Dir meine Einschätzung, welche Elemente Du (weniger) magst.

Meine Vorlieben + / -

*Meine Einschätzung
Deiner Vorlieben + / -*

Adventstreffen 1.-4. Advent
Tannenbaum aussuchen
Tannenbaum schmücken
Krippe
Kirchgang
Festessen
Singen
(Weihnachts-) Film gucken
Geschenke
Spenden als Geschenk
Erzählen
Im selben Zimmer lesen
Spielen

Frage-und-Sage-Bogen zu Weihnachten

Fragen
Sagen

www.fragensagen.com

Während ich gerade diesen Frage-und-Sage-Bogen ausfülle, bin ich (ich kreise die Gefühle ein):

amüsiert	angespannt	ärgerlich	aufgeregt	dankbar	entspannt
froh	nervös	neugierig	ruhig	traurig	vorfreudig

distanziert
(fühle nichts besonderes)

oder: diese Frage erscheint mir zu seltsam, daher habe ich sie übersprungen (oder es ist mir zu aufregend, darauf einzugehen)

Früher war ich vor unserem Weihnachtsfest häufig (ich kreise die Gefühle ein):

amüsiert	angespannt	ärgerlich	aufgeregt	dankbar	entspannt
froh	nervös	neugierig	ruhig	traurig	vorfreudig

distanziert
(fühle nichts besonderes)

oder: diese Frage erscheint mir zu seltsam, daher habe ich sie übersprungen (oder es ist mir zu aufregend, darauf einzugehen)

Dieses Jahr möchte ich unser Weihnachtsfest gerne so erleben (ich kreise die Gefühle ein):

aufgeregt	entspannt	froh	ruhig	wohlig
-----------	-----------	------	-------	--------

oder: diese Frage erscheint mir zu seltsam, daher habe ich sie übersprungen (oder es ist mir zu aufregend, darauf einzugehen)

Genau wie alle Familien haben wir uns über die Jahre bestimmte Verhaltens- und Reaktionsmuster angewöhnt. Ganz viele davon beruhen auf Bewertungen und Deutungen, die wir alle gegenseitig gemacht haben, oft ohne darüber zu sprechen. Ich weiß noch nicht so genau, wie das gehen wird, aber ich möchte Dir zu diesem Fest gerne mehr sagen, wie es mir geht, und Dich mehr fragen, wie es Dir geht. Das wird vielleicht etwas ungewohnt, vielleicht sogar sehr. Ganz bestimmt können wir so ein ganz besonderes Fest erleben. Weihnachten gilt als das Fest der Liebe. Die kann sich auf ganz vielen Wegen zeigen. Vielleicht können wir dieses Jahr den ersten Schritt eines dieser Wege von unseren Gemeinsamkeiten aus machen, und davon, was Dir und mir und uns in der Familie wichtig ist. Darf ich Dir beschreiben, was mir an uns am Wichtigsten ist? Beschreibst Du mir, was Dir an uns am Wichtigsten ist? Ich glaube, dass wir viele Gemeinsamkeiten haben, und bestimmt auch viele Unterschiede. Beides finde ich natürlich und in Ordnung. Was hältst Du davon, dass wir als ersten Schritt unsere Gemeinsamkeiten feiern ☺ ?