



**Geschenke:
Ist weniger
mehr?**
www.migmagch/
geschenke

Familie

Schädliche Schenkerei

An Kindergeburtstagen gehört es in vielen Familien dazu, auch die Gäste zu beschenken. Das ist nicht nötig.

Gemeinsame Erlebnisse sind wichtiger als materielle «Gebsel».

Text: Claudia Langenegger

Die putzigen Papiertüten sind schön beschriftet mit dem Namen der Kinder, die heute zu Matteo (5) an den Geburtstag kommen. Darin stecken Feenpflaster, Schokolade in Glitzerpapier, ein Prinzessinnenbleistift und Gummi.

«Das alles kriegen die Kinder mit nach Hause», erklärt Matteos Mami stolz. «Was denn, so viel?», denkt sich Helene, eine andere Mutter, sagt jedoch nichts. Sie hält diese Schenkerei für übertrieben. Aber auch sie macht mit. Ihr Bub soll nicht als Einziger an seinem Geburi nichts geben und dann dumm dastehen.

«So geht es vielen Eltern», sagt Margrit Lenz (61), Familiencoach des Vereins Mein/Unser Beruf Eltern in Wil SG. «Sie wollen nicht hintenanstehen und passen sich an, weil sie es dem Kind recht machen wollen», sagt die Beraterin.

Mut zum Immateriellen

Brachten Kinder einst nach Schnitzeljagd, Schatzsuche oder gemeinsamem Basteln etwas von Geburtstagsfesten mit nach Hause, ist heute ein «Gebsel» – das Gegenstück zum Mitbringsel – gang und gäbe. «Der Ursprung liegt wohl darin, dass man die Kinder immer wieder glücklich machen will», erklärt Lenz.

Gekaufte Gebsel sind jedoch nicht nachhaltig. «Ein Geschenk, das Teil eines Erlebnisses ist, hat viel mehr Wert.» Fühlen sich Eltern unter Druck, können sie auf das Gebsel aber auch verzichten – es braucht einfach Mut zur Abgrenzung. «Tritt man mit einer solchen inneren Haltung auf, ist dies für das eigene Kind keine Herausfor-

derung», sagt Lenz. Um einen solchen Paradigmenwechsel zu vollziehen, braucht es allerdings Kraft, Zeit und Geduld – was vielen Eltern fehlt.

Ist ein Gastkind enttäuscht, weil es kein Geschenk erhält, kann man es mit einer Zwischenfrage abholen: «Du warst bei uns. Das war doch ein schöner Nachmittag – oder nicht?» So begleite man es auf eine neue Ebene, meint Lenz.

Viele Eltern haben den Anspruch, ihr Kind niemals zu enttäuschen: Es soll einen geebneten Weg gehen können und immer und überall gut ankommen. Das ist falsch. **Mit etwas Intuition, Fantasie und Kreativität beschenkt man die Kinder viel reicher.** Eltern können die Leitung und Führung übernehmen. Das gibt ihnen Selbstvertrauen – und den Kindern mehr Halt. **MM**



*Zu viele Geschenke!
So kommt keine Freude
mehr auf.*

Tipps

Schluss mit dem Schenkstress!

Sich bewusst machen, **welche Werte** man vertreten will – und was die eigene Haltung ist.

Geschenke kaschieren oft Unsicherheit. Sich dem Schenkstress auszusetzen, kann auf **mangelndes Selbstwertgefühl** hinweisen. Fragen Sie sich: Wie sieht das bei mir aus?

Zu seiner Einstellung stehen und sich bewusst sein: Es braucht Mut, um eine **eigene Meinung** zu vertreten.

Ein Erlebnis schenken: **kreativ sein**, gemeinsam basteln, Lieder dichten und singen – oder ein Theaterstück vorbereiten und aufführen.