

Mit dem Impfskeptiker an der Festtafel

3G-CovidCheck bei privaten Weihnachtsfeiern droht ganze Familien zu spalten - der Psychologe Sacha Bachim gibt Rat

Von Jean-Philippe Schmit

Luxemburg. Im vergangenen Jahr sind die Weihnachtsfeiern praktisch ganz ausgefallen oder sind in den virtuellen Raum verlegt. Wer in diesem Jahr Weihnachten nicht wieder im ganz kleinen Familienkreis feiern will, der kann die private Versammlung zu Hause „im Rahmen des 3G-Systems“ organisieren, rät die Santé.

Trotz Impfung ist die Gefahr von Übertragungen nicht gebannt. Seit der Rentrée sind die Inzidenzzahlen stetig gestiegen. Die Zahl der aktiven Infektionen ist im Moment so hoch wie seit einem Jahr nicht mehr. Die aktuell vorherrschende Virusvariante ist dazu noch ansteckender als jene der vergangenen Weihnachten.

Virus unter Ungeimpften

„In der Woche vom 6. bis 12. Dezember bleibt der Familienkreis (37,8 Prozent) die häufigste Ansteckungsquelle“, heißt es vonseiten der Santé. Im neuen Jahr könnte dieser Anteil noch höher ausfallen, denn während der Ferien haben viele erst die Möglichkeit, anderen Familienmitgliedern einen Besuch abzustatten. Das Virus kann diese Gelegenheit nutzen, um sich weiter auszubreiten. Private Feiern mit weniger als zehn Personen sind zudem fast die einzige Situation, bei der es bisher keine Maskenpflicht, keinen Covid-Check und keine Testpflicht gibt.

Wenn nun für die Weihnachtsfeiern die Familien wieder zusammenkommen, ist die kritische Masse schnell erreicht. „Wenn Sie mehr als zehn Personen zu ihrer Privatveranstaltung einladen wollen – ohne die Maskenpflicht und die Einhaltung eines Mindestabstands von zwei Metern einhalten zu müssen – sollten Sie sich für das 3G-Covid-Check-System entscheiden“, rät die Santé: „In diesem Fall muss das System nicht sichtbar ausgehängt werden.“

In der Praxis bedeutet dies, dass jedes Familienmitglied, das älter als zwölf Jahre ist, ein gültiges Zertifikat vorlegen muss, ehe es zum Aperitif darf. Um Missverständnisse vorzubeugen, sollte man als Organisator einer privaten Feier seine Gäste schon bei der Einladung auf den CovidCheck hinweisen. Das leuchtet ein.

Verantwortung des Gastgebers

„Da es im Privaten die 3G-Regel gibt, muss man eigentlich gar nicht wissen, wer alles geimpft ist oder nicht“, meint Sacha Bachim, freiberuflicher Psychotherapeut, Psychologe und Mitarbeiter der Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale. Es reiche aus, wenn die CovidCheck-App grünes Licht anzeigt. Bachim rät davon ab, jeden Gast nach dem Impfstatus zu fragen.

In der Regel sollte der Organisator bei seinen Gästen auf Verständnis stoßen, wenn er auf die vorgegebenen Maßnahmen hinweist. Corona spaltet jedoch nicht nur die Gesellschaft, der Riss geht auch durch Familien. Was also tun, wenn es einen Onkel gibt, der sich partout nicht impfen oder testen lassen will? Eigentlich dürfte die-

se Person nicht mit am Tisch sitzen. „Objektiv betrachtet bedeutet es schon eine Gefahr, eine solche Person einzuladen“, meint Sacha Bachim. Wenn man ohne Masken über längere Zeit auf engem Raum zusammensitzt, hat das Virus eine ideale Gelegenheit, sich auszubreiten – wenn es denn „mit am Tisch sitzen sollte“. Der Psychologe weist zudem auf die Verantwortung des Gastgebers hin, die anderen Gäste vor solchen Gefahren zu schützen.

Unter dem aktuellen System kann der impfunwillige Onkel also nicht kommen, wenn er sich nicht testen lassen will. Um diese Aus-



An Weihnachten kann man das Thema Corona beiseite lassen, meint der Psychologe und Psychotherapeut Sacha Bachim. Dies verhindert, dass Diskussionen um das Thema zu Streit führen und trägt zu einem friedlichen Fest bei.

Foto: Shutterstock



● Man braucht den Impfstatus seiner Gäste nicht zu kennen.

Sacha Bachim,
Psychotherapeut

ladung möglichst schonend zu übermitteln, sollte man auf die aktuelle gesetzliche Lage hinweisen. „Es sollte deutlich gemacht werden, dass man diese Entscheidung nicht selbst getroffen hat“, erklärt Sacha Bachim. „Bezüglich der Verantwortung soll man auf die aktuelle Gesetzlage verweisen.“ Vielleicht entscheidet sich der Onkel ja doch noch, sich testen zu lassen.

Familienstreit an Weihnachten

Wenn nun die geimpften, genesenen und getesteten Familienmitglieder alle an einem Tisch sitzen, besteht immer noch das Risiko für Streitigkeiten – dies gilt besonders für Weihnachten unter Coronabedingungen. Der Psychologe ist sich nicht sicher, ob man das Thema Corona während der Weihnachtsfeier überhaupt ansprechen sollte.

Man könne sich gemeinsam darauf einigen, sich bei diesem The-

ma eine Auszeit zu erlauben. „In den vergangenen zwei Jahren wurden wir fast jeden Tag mit Covid konfrontiert, da kann man sich schon eine Pause gönnen“, rät Sacha Bachim. Eine ganz andere Frage sei jedoch, ob dies überhaupt möglich sei. „Es ist schwer, nicht darüber zu reden“, gibt er zu.

Über die Frage, ob das Fenster nun offen oder geschlossen sein soll, erhitzten sich auch viele Gemüter. Zu diesen Zeiten hat selbst diese banale Handlung einen Bezug zu Corona. „Falls das Thema dann doch angesprochen wird, besteht das Risiko, dass es zu Konfrontationen zwischen einzelnen Familienmitgliedern kommt“, sagt Sacha Bachim.

Das Weihnachtsfest sei auch nicht unbedingt der Ort für Statistiken und Fakten zu Corona. Vor allem gelte es zu verhindern, ein impfkritisches Familienmitglied zu konfrontativ von dem schützen-

● Es fällt schwer, nicht über Corona zu reden.

Sacha Bachim, Psychotherapeut

den Pieks überzeugen zu wollen. „Jetzt überrede ich diesen Impfgegner!“, das gelte es zu vermeiden. Die Erfolgsmöglichkeiten seien ohnehin sehr klein, das Konfliktpotenzial hingegen sehr groß.

„Anstatt die Angelegenheit auf der Sachebene zu besprechen, ist es besser, auf die emotionale Ebene umzuschalten“, rät Sacha Bachim. Die Allermeisten, die sich nicht impfen lassen wollen, würden dies aus Angst tun. „Das sind reale Gefühle, für die man Verständnis zeigen sollte“, sagt der Psychologe. „Die Impfbefürworter fürchten sich ja schließlich auch.“

Er schlägt vor, die Gründe, die hinter den jeweiligen Entscheidungen stehen, zu erklären. Dabei gilt es, die Beweggründe des Gegenübers zu verstehen. Man solle viele Fragen stellen und seine eigenen Erfahrungen teilen. „Man weiß nie, wie das nachwirkt“, betont Sacha Bachim. Mit Verständnis erreiche man mehr als mit Vorwürfen wie „Alles Blödsinn, was du sagst“.

An Weihnachten soll die Gelegenheit genutzt werden, um sich eine Pause von Corona zu gönnen. Es gibt andere Themen als das Pro und Contra zur Coronaimpfung oder des CovidChecks. Weihnachten war immer schon die Gelegenheit, sich zu freuen, dass jeder da ist. Denn auch das skeptische Familienmitglied bleibt ein Familienmitglied.

Tipps für ein sicheres Weihnachten

Auch wenn CovidCheck grünes Licht anzeigt, gilt es weiterhin, einige Hinweise zu beachten. Weihnachten unter Coronabedingungen unterscheidet sich deutlich von den normalen Gewohnheiten.

Das beginnt schon bei den Vorbereitungen. Die Weihnachtseinkäufe sollten in möglichst wenigen Geschäften besorgt werden. Märkte im Freien sind zu bevorzugen.

An Weihnachten 2019 war es kein Problem, hustend und mit laufender Nase bei der Familie aufzutauchen. Heute sollte man bei Erkältungssymptomen zu Hause bleiben. Bei der Begrüßung gilt es auch, auf Umarmun-

gen und Küsschen zu verzichten – auch, wenn es schwerfällt. Stattdessen kann man den Corona-Grüß anwenden. Wenn der CovidCheck bei jedem Gast grün aufgeleuchtet hat, darf die Maske ab. Dann gilt es dennoch, auch zu lüften. Experten raten, die Fenster alle 20 Minuten während fünf Minuten zu öffnen.

Anstelle die ganze Familie an einem Tag zu versammeln, könnte man geneigt sein, die Feier über mehrere Tage mit jeweils anderen Gästen auszutragen. Dies ist zwar konform zu den Coronaregeln, es ist dennoch ein Sicherheitsrisiko, das es zu vermeiden gilt. j-ps