

# Jahresrückblick mal anders



Das Jahreshighlight ist die Silvester-Familien-Tradition

Quelle: Unsplash / Lia Den

Nie denken Menschen so viel über ihr Leben nach wie in den letzten Stunden eines Jahres. Eine meiner liebsten Silvester-Traditionen ist ein Jahresrückblick der anderen Art. Und der bereichert jedes Neujahrsfest!

Wenn man auf sein Jahr zurückblickt, kommen unterschiedliche Emotionen und Erinnerungen hoch. Bilder, die einem ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Aber eben auch der Nachgeschmack von Enttäuschung, Verlust oder Zerbruch. Es gehört zum Leben dazu, dass wir Höhen und Tiefen durchleben. Es ist gut, beides wahrzunehmen, nur manchmal neigen wir Menschen dazu, unseren Fokus mehr auf das zu legen, was schwer war. Diese emotionale Färbung legt sich dann auf ein ganzes Jahr und so wird der Rückblick bitter.

**Den schönen Momenten einen Ehrenplatz geben**

Ganz gleich, wie schwer dein Jahr gewesen ist, es hat bestimmt auch schöne Momente gegeben. Ruf dir diese zurück ins Gedächtnis. Schau dir die Fotos aus diesem Jahr an. Blättere deinen Terminkalender durch und notiere dir deine Highlights. Erinnere dich bewusst an die vielen kleinen Besonderheiten, die du dieses Jahr erleben durftest. Freue dich über das, was du Gutes erfahren hast.

## Eine neue Tradition einführen

In meiner Familie gab es eine Silvester-Tradition, die ich jedem nur wünschen kann. Sie bereichert nicht nur einen selbst, sondern macht ein Fest zu etwas Besonderem. Es ist die Tradition der drei Highlights.

Überlege dir, welche drei Momente die schönsten deines Jahres waren. Wofür bist du dankbar? Was erfüllt dich mit Freude, Stolz und Glück, wenn du daran zurückdenkst? Bitte die Menschen, mit denen du Silvester feierst, dass auch sie ihre drei Highlights gedanklich vorbereiten und mitbringen.

Wenn ihr dann zusammen sitzt und auf Mitternacht wartet, macht eine grosse Runde. Jeder, der mag, kann erzählen, wofür er in diesem Jahr dankbar ist. Das ist nicht nur total spannend, ergreifend und bewegend, es löst einen regelrechten Glücksrausch aus. Es tut so gut, den Fokus mal ausschliesslich auf das Positive zu richten. Eine halbe Stunde, in der man gemeinsam dankbar ist, macht so froh.

Lass das alte Jahr nicht schwermütig gehen, sondern lass es dankbar los. Wir wünschen dir, dass du auch 2026 gesegnet bist. Dass du dich getragen weisst. Und dass du viele wunderbare Momente erleben wirst.

*Dieser Beitrag erschien im Dezember 2018 auf [Jesus.ch](#).*

Zum Thema:

[Den Glauben entdecken](#)

[Silvester feiern: Bedeutung der traditionellen Feier](#)

[Solo leben: Die schönste Zeit im Jahr – diesmal wirklich](#)

Datum: 27.12.2025

Autor: Miriam Hinrichs

Quelle: [Jesus.ch](#)

Tags

[Familie](#)

[Feiertage](#)

[Kultur](#)

## Leben als Christ