

Krise und Chance – «wir können Corona»

Was bis vor kurzem noch unmöglich schien, ist mit der Corona-Krise wahr geworden; die meisten von uns haben das noch nie erlebt / erleben müssen:

Notrecht, Mobilmachung, Stillstand, Einschränkungen, Verzicht und eine Vielzahl von einschneidenden Massnahmen über alle gesellschaftlich tragenden Säulen hinweg.

Allmählich kehren wir nun zur relativen Normalität zurück, zaghaft oder vereinzelt sogar mutigen Schrittes. Auf jeden Fall liegt eine belastende Zeit mit enormen Herausforderungen hinter uns: wirtschaftliche Folgen mit einer grossen Zunahme von Arbeitslosigkeit und Armut, mehr häusliche Gewalt und Erfahrungen von Machtmissbrauch, Not und Einsamkeit, Destabilisierungen, wo das Auge hinreicht.

Mit der schrittweisen Rückkehr zu einem andersartigen Alltag werfen wir nun einen ersten Blick dahin, wo nach jeder existenziellen Krise, weil sie schüttelt und erschüttert, auch das Unverhoffte oder Bemerkenswerte liegt, und fragen uns: Wo steht denn noch ein Stein auf dem anderen und wo nicht (mehr)?

So haben wir:

- erfahren, dass nichts selbstverständlich ist
- erlebt, was es bedeutet, in seinen Rechten eingeschränkt zu sein
- gespürt, was wirklich zählt
- gemerkt, wie viele Dinge wir gar nicht wirklich brauchen
- gedankt, weil durch den unermüdlichen Einsatz von Menschen aus allen Disziplinen unsere Gesundheitsversorgung jederzeit gewährleistet war
- herausgefunden, wie viel Solidarität und Kreativität möglich sind und wie sie uns nähren/bereichern
- gestaunt, wie leere Strassen, blauer Himmel und klare Luft gut tun
- wiederentdeckt, wie schön das Frühlingserwachen und Spaziergänge im Wald sind
- gehört, dass der Himalaya wieder sichtbar ist und die Delfine nach Italien zurückgekehrt sind

Wir alle haben unsere persönlichen und familiären Einzelgeschichten, sie füllen Körbe, Rucksäcke voller neuer Einsichten, Fähigkeiten, Erkenntnissen, Pralinen und Perlen.

Beeindruckend im Rahmen unserer Beratungstätigkeit waren die vielen, oft überraschenden und berührenden Rückmeldungen unserer Klienten und Klientinnen. Als Beispiel möchten wir folgende Erfahrungen aus der elbe – Paarberatung mit ihnen teilen:

- «Das hätten wir nicht für möglich gehalten, aber es ist uns in all den Wochen viel besser ergangen als angedacht. Ja, wir mussten uns gut organisieren, mit home schooling, home office und den Kindern zuhause, aber es war schön, sich unter Tags zu sehen,



zusammen zu Mittag zu essen, mehr von den Kindern zu erfahren / zu erleben, sich zu unterstützen und abwechseln zu können. Wir konnten erfahren, wie jede/R in seinem Alltag das Beste gibt und leistet und mehr Wertschätzung und Respekt füreinander finden. Es waren gute Wochen.»

- «Wir haben die besten Wochen seit zwei Jahren erlebt, interessanterweise, es ist endlich Leichtigkeit aufgekommen; ich war weniger gestresst abends, und habe gemerkt, dass ich ganz glücklich bin mit meinem Leben und auch nicht unbedingt die Karriereleiter hochklettern will. In Zukunft werden wir beide eine 80% Anstellung anstreben, damit uns Zeit bleibt für Hobbies, Gemeinsamkeiten und Familie. Alles war entspannter, ruhiger, angenehmer bei uns. Auch mal eine unverhoffte Berührung oder sich zusammen hinlegen und ausruhen können, wunderbare Geschenke.»

Auch das gehört zum elbe – Alltag. Da, wo Bewältigungs- und Entwicklungsprozesse gelingen, können Krisen sich von der Gefahr zur Chance entwickeln.

Mai 2020 / Paola Ganyi

