

Ich nutze die Idee des „LeNa-CORONA-Tagebuchs“ als Gelegenheit, seit langer Zeit mal wieder einige Sätze zu Papier zu bringen:

30/3/20: Was einfach ist:

- Da ich mich größtenteils als Kontaktscheues Wesen sehe, ~~fällt mir~~ fallen mir die empfohlenen, je sogar auferlegten (!) Kontakt-einschränkungen eher leicht. Ich bin nicht jemand, der oft viele Menschen umarmt oder die Hand gibt & wer in letzter Zeit auch ~~nicht~~ ganz selten feiert.
- Mit meinen beiden Söhnen im Kontakt zu sein, ~~da ich~~ aufgrund und recht gut ihre Bedürfnisse zu erspüren, da ich aufgrund unseres familiären Konzepts in den letzten Jahren darin Übung habe.

31. März 2020: Was schwierig war (ist):

- Es fiel mir schwer, folgende Entscheidung zu treffen: Minimiere ich das Risiko, mich / andere zu infizieren, indem ich zu meinem Chef (am 16.3.) sage: „Phillip, es tut mir leid, da meine Frau zu „Risikozone“ gehört, komme ich jetzt nicht mehr zur Arbeit!“, oder meine Arbeitskraft für das nicht system- aber bestimmt trotzdem und für Phillip existenzrelevante Einzelhandelsunternehmen zu Verfügung zu stellen.

Ich entschied mich dafür & versuche nun seit 28.3. meinen von langer Hand geplanten und von meinem Chef trotz immens hoher Arbeitsbelastung / Auftragslage genehmigten Urlaub zu genießen und meiner Frau noch mehr „Home-office“-Stunden zu ermöglichen.

1.4.2020 (Nix habe)

- Realitätsrealisierung: Zwischenzeitlich zweifle ich immer mal, inwiefern diese „Corona-Krise“ tatsächlich aufgetreten ist, oder eine Kunde, diese Partei die Macht übernommen hat, ein terroristischer Anschlag mit Biowaffen stattfand, Nachrichtenpropaganda manipuliert – Stichwort: Verschwörungstheorien. Ich bin schon lange begeisterter Science-Fiction-Leser. Glücklicherweise blitzen diese Zweifel nur kurz auf.
- Mir kam es so vor, als hätte es in den letzten Jahren viele und meines Erachtens berechtigtes ^{WISSE} ^{KRITISCHE} Stimmen zum Thema Digitalisierung gegeben. Nun höre ich viel Begeisterung für die Möglichkeiten, die ~~zu~~ (ja auch zum Glück!) zur Verfügung stehen. Dabei könnte ich kotzen bei all den Angeboten zu Online-Schule, online Yoga, -Karate, -Shopping, -virtuellem Casofest und Telekonferenzen bis die Server rauchen. Ich will nicht am Bildschirm kleben! Wieder diese Science Fiction Vorbelastung. Trotzdem danke ich für weitergeleitete Links, womit ich zum nächsten Punkt komme:

Was hilft:

3.4.2020:

- Meiner Stimmungsbalance helf ein Link zum Essay

eines Zukunftsforschers, dem es m.E. gelang positive Aspekte dieser Krise herauszuarbeiten (ggf. Link einfügen). Ich verstand nicht alles, da der Text stellenweise recht abstrakt ist.

- Ich kann „zum Glück“ sagen, daß meine antriebslos-depressiv-müde Phase recht pünktlich zu Tag/Nacht-Gleiche ein Ende fand.

VOR-, GEGEN-
UNTERSTAND 1)