

Corona und die Psyche

Beitrag von „Catania“ vom 9. März 2021 15:36

Ich lebe z.Z. von meiner Familie (mit Kindern) getrennt, weil ich wg. dem Seiteneinstieg in ein anderes (entferntes) Bundesland gewechselt bin. Ich selbst habe an der Schule fast ausschließlich Vertretungsunterricht und während des Lockdowns dadurch zufällig deutlich weniger zu tun. Von daher kann ich mich wirklich nicht beschweren.

Ich bin auch weder der Party- oder "ständig-Leute-treffen"-Typ. Die geschlossenen Geschäfte etc. lassen mich eigentlich ziemlich kalt. Was mir jetzt im Frühjahr fehlt, ist, dass man sich im Sonnenschein nicht auch mal in ein Café setzen kann.

Mein persönliches Problem ist, dass ich zunehmend (im Moment geht es, war schon schlimmer) mit totaler Einsamkeit zu kämpfen habe. Meine Familie ist nicht da und sehe ich auch fast nur während Ferienzeiten, und hier in der neuen Stadt kenne ich (bis auf Arbeitskollegen) niemanden und lerne leider auch niemanden kennen. Obwohl ich es versuche. Übers Internet. Irgendwie. Funktioniert nicht wirklich.

Mein Mann hat mir eine Smartwatch geschenkt und ich habe mir angewöhnt, möglichst täglich Spaziergänge zu machen (Danke an die Uhr mit den immer wieder netten Motivationsmitteilungen 😊😊). Aber ich bin es soooooo leid, immer alleine da draußen herum zu laufen. Ich möchte mich einfach gerne mal unterhalten, und hab niemanden dafür. 😞