

Schulöffnungen - Corona - BW

Beitrag von „CDL“ vom 9. April 2021 19:55

Zitat von Klara5

Wenn ich hier im Forum lese, dann habe ich den Eindruck, dass die meisten von euch, die Situation so nehmen, wie sie kommt. Sicherlich der bessere Weg. Ich bin eher die Grüblerin.

Ach, ich glaube, wir alle können es total gut nachvollziehen, wenn jemandem mal in all dem die Decke auf den Kopf fällt. Ich schätze, solche Phasen durchlaufen wir alle immer mal wieder seit einem Jahr. Ich versuche tatsächlich, so weit als möglich die Situation so zu nehmen, wie sie kommt. Das kostet mich aber auch immer wieder Arbeit, um zu dieser Haltung zurückzufinden, die ich in all dem für den gesündesten Ansatz halte. Sonst machen die ständigen Wechsel und Veränderungen und Unabwärtsbarkeiten einen kirre- oder mich würden sie sonst kirre machen, wie ich merke, wenn ich mal Tage habe, während der ich nicht so gelassen bleiben kann. Ich bin durchaus auch eher Typ "Grüblerin", habe da aber schon so viele Themen für solche Grübelmomente, dass ich versuche Corona ganz ganz intensiv im Hier und Jetzt zu nehmen, wie es ist. Ich informiere mich dabei als Politikwissenschaftlerin ja eh (jetzt nur noch etwas intensiver) täglich mehrfach über aktuelle Entwicklungen, lese wissenschaftliche Veröffentlichungen, halte mich auf dem Laufenden, um eben meinen Grübelansätzen Fakten und Wissen zur Beruhigung entgegenzusetzen. Das hilft mir persönlich sehr, wenn es gerade mal wieder emotional turbulent wird. Ich versuche dabei zwar alle Fakten wahrzunehmen, in mir aber immer möglichst optimistisch zu bleiben. Ich glaube also fest daran, dass die uns avisierten Impfstofflieferungen kommen werden und wir bis Ende Q2 um die 50 Millionen voll durchgeimpft haben werden. Wenn es anders kommt, setze ich mich dann damit auseinander - jetzt benötige ich diesen Lichtstreif am Horizont, um weiter optimistisch bleiben zu können trotz steigender Zahlen.

Vielleicht gibt es ja für dich auch so einen "Lichtstreif am Horizont", an dem du dich etwas festhalten kannst mental, um nicht nur die ganzen schweren Gedanken aushalten zu müssen?

😊😊 Ansonsten: Nutz das Forum, schreib was dir durch den Kopf geht, stell deine Fragen, die dir etwas Entlastung bringen könnten, nutz das hier als Resonanzboden, um im Zweifelsfall zumindest eine ordentliche Portion Galgenhumor aufzubringen, wenn z.B. die KMK wie gestern mal wieder völlig nutzlos E-Smog produziert ohne Inhalte. Ich glaube, dieses gemeinsam darüber lachen, wenn einem zumindest zum Teil zum heulen zumute wäre angesichts des Unfugs den die KMs und MPs immer mal wieder produzieren hilft vielen von uns sehr.