



Nun ist es Zeit einen Blick auf unsere Zukunft zu werfen

Einblick mit Ausblick und plötzlich grüsst Corona...

Plötzlich und unerwartet war sie da, die Ausnahmesituation. Eine Tatsache, die viel Geduld und Anpassung erfordert aber gleichzeitig Ungewissheit, Unsicherheit und Angst mit sich bringt. Von heute auf morgen Gewohnheiten, Alltagsmechanismen, soziale Kontakte, und Haushaltsfonds umzuorganisieren und gleichzeitig darauf zu achten, die eigenen Bedürfnisse nicht zu kurz kommen zu lassen und Struktur in den Alltag zu bringen stand nun auf der Tagesordnung.

Einfacher geschrieben als getan, schließlich ist jeder Mensch unterschiedlich, schließlich hat jeder Mensch andere Ausgangslagen und schließlich geht dementsprechend auch jede/r unterschiedlich mit dieser Situation um. Dennoch konnten insgesamt ähnliche Tendenzen im Verhalten der Menschen wahrgenommen werden: Einige erledigen vorsichtshalber Großeinkäufe, andere suchen und teilen möglichst viel Informationen über die Thematik, wiederum andere betonen positive Auswirkungen wie die gewonnene Zeit, die einhergehende Entschleunigung und die Erholung der Natur. Manche finden Beschäftigung in der Beobachtung ihrer Mitmenschen und kontrollieren ob die vorgegebenen Anweisungen auch im eigenen sichtbaren Umkreis eingehalten werden und mehrere werden aus Eigeninitiative durch angebotene Hilfeleistungen aktiv.

Fliehen – kämpfen – sich totstellen

Fakt ist, um zu überleben braucht jeder Mensch Sicherheit und genau dieses Sicherheitsgefühl wird vom Menschen auf unterschiedliche Art und Weise geschaffen. Sich plötzlich und unerwartet in einer Ausnahmesituation zu befinden erzeugt Stress – Stress, mit dem Körper und Geist zurecht zu kommen versuchen. Reaktionen um auf empfundene Gefahrensituationen zu reagieren sind dabei bekanntlich Fliehen, Kämpfen oder sich „tot Stellen“ bzw. Erstarren. Auch diese Tendenzen wurden, mit ein wenig Vorstellungsvermögen, in der Gesellschaft sichtbar: so zogen sich beispielsweise zunächst einzelne in eigene Berghütten, Ferienhäusern o.Ä. zurück, andere widmeten sich geschwind allfälligen Arbeiten und wiederum andere rannten drei Mal um das eigene Haus um vom Alltagszustand – wenn auch nur zeitbegrenzt – zu entkommen. Einige erleben die Einschränkungen womöglich wie ein Kampf – „Verordnung vs. meine Freiheit“ – und begannen Pläne zu schmieden, eben diese Einschränkungen zu umgehen um den gewohnten Alltag beibehalten zu können. Andere begaben sich auf die eigene Spur der Wahrheit, indem unzählige Verschwörungstheorien genauestens unter die Lupe genommen wurden.

Viele sind dabei, für die eigene Zukunft, den eigenen Betrieb, den eigenen Job, die eigenen Kinder und, nicht zu vergessen, das eigene Leben zu kämpfen. Manche wiederum scheinen, wie im Winterschlaf, die ungewöhnliche Situation immer noch nicht wahrhaben zu wollen. Natürlich sind dies nur einige überspitzt geschilderte Beispiele von Beobachtungen, Verhaltensweisen von denen es noch unzählige in den unterschiedlichsten Ausprägungen gibt. Verständlich, denn Körper und Geist stellen sich bei Vielen auf Überlebensmodus um, sind und waren wir doch in einer Situation, wie nie zuvor.

Ausblick

Nun aber, ist die Situation nicht mehr neu, knapp zwei Monate leben wir in ihr und mit ihr, der eine so – die andere anders. Nun aber ist es an der Zeit, den Überlebensmodus weiterzudenken, einen Ausblick aus dieser Krise für sich zu gestalten. Erstmals scheint es, dass die ganze Welt unmittelbar betroffen im selben Boot sitzt, eine Krise, die alle – wenn auch auf unterschiedlichsten Ebenen, spürbar miterleben. Dieses Gefühl, gemeinsam über die eigenen (Staats) Grenzen hinaus, ähnliche Herausforderungen bewältigen zu müssen, kann auch eine Chance sein, sich Lücken einzugestehen und bestehende Mechanismen und Systeme nachhaltig und effizient gemeinsam weiterzudenken und weiterzuentwickeln. Vermehrt wird Bilanz gezogen rund um das eigene Wohlbefinden, was dieses eigentlich ausmacht, wer dieses erhöht, was es erniedrigt und was es bedarf, diesem im Leben zu erhalten bzw. auszubauen. Erkenntnisse werden zunehmend geschöpft, wie beispielsweise sich für die Dinge, auf die man sich nun am meisten freut, im zukünftigen Alltag bewusster Zeit zu nehmen und sich vielleicht sogar manch andere Gewohnheiten, die in der eingeschränkten Zeit entdeckt wurden, beizubehalten und nicht zuletzt Privilegien in Zukunft wertzuschätzen.



Kasmi Sabrina, Sozial- und Sexualpädagogin
Mitarbeiterin Forum Prävention



JUGEND IN ACTION

Kochen für die Familie

Einige Mitglieder des Hauptausschusses von Südtirols Katholischer Jugend hatten schon in den ersten Tagen der Ausgangssperre den Wunsch, ein Angebot für Jugendliche zu schaffen.

„Man hatte in den ersten Tagen der Ausgangssperre das Gefühl, dass viele Menschen und vor allem auch Jugendliche nach einem sinnvollen Zeitvertreib suchen“, erklärt Simon Klotzner, 1. Landesleiter von Südtirols Katholischer Jugend. Bald entstand daraus die Idee: Kochen für die Familie. Jeden Tag, vom 13. März bis zum 3. Mai, wurden ganz einfache Rezepte gepostet, welche dann für die ganze Familie nachgekocht werden konnten. Nicht nur von Mitgliedern des Hauptausschusses wurde während dem Kochen zu Hause fleißig fotografiert und das Rezept notiert. Bald wurden auch von anderen Jugendlichen Rezepte zum Posten eingeschickt. Das Ergebnis kann sich wirklich sehen lassen. „Vielen Dank an alle die mitgemacht haben“, bedankt sich Simon Klotzner und meint weiter: „Hoffentlich hattet ihr genauso viel Spaß beim Nachkochen und Backen wie ich. Möglicherweise hat der ein oder andere ein neues Interessensfeld für sich entdeckt und persönlich einiges dazulernen können.“



Die Rezepte waren vielseitig, abwechslungsreich, kreativ und lecker



GOODnews

> WhatsApp-Andacht

Am Montag, **4. Mai** von 19.00 bis 19.30 Uhr findet die nächste WhatsApp-Andacht statt. Dieses Mal in Form einer Maiandacht. Anmeldung unter 335/128 7882

BUCHTIPP

Ich bin Vincent und ich habe keine Angst

Vincent ist ein echter Survival-Profi. Er weiß, wie man in der Wildnis überlebt und wie wichtig es ist, auf jede Katastrophe vorbereitet zu sein. Doch wie er die bevorstehende Klassenreise überleben soll, das weiß Vincent nicht. Schließlich wird er dort Tag und Nacht seinen Mitschülern ausgesetzt sein, die jede Gelegenheit ausnützen, um ihn zu schikanieren. Gemeinheiten, Hänseleien und Gewalt erwarten den Elfmännchen jeden Tag in der Schule.

Wie soll das erst auf der Klassenreise werden? Vincent tut das, was man bei einer herannahenden Katastrophe eben tut: Er bereitet sich vor, trainiert gewissenhaft, um sich im Ernstfall zu wehren und packt ein Survival-Kit.

Mitten in seinen Vorbereitungen kommt eine neue Schülerin in die Klasse, Jaqueline, „die Jacke“. Sie ist nicht nur selbstbewusst und cool, sondern lässt sich von den anderen nicht beirren und freundet sich mit Vincent an.

Seine sanfte ruhige Art und seine ungewöhnlichen Interessen scheinen sie zu faszinieren. Doch auf der Klassenreise kann auch „die Jacke“ Vincent nicht helfen und so bleibt dem Jungen eines Nachts nur eine letzter Schritt, um sich vor den anderen in Sicherheit zu bringen: Die Flucht in den Wald...



*Ich bin Vincent und ich habe keine Angst,
von Enne Koens, Gerstenberg, 2019
ISBN 978-3-8369-5679-6
192 Seiten, ab 9 Jahren*

Rezensionen von Brigitte Kustatscher

Südtiroler > Kulturinstitut
> JuKiBuZ

IMPRESSUM

Südtirols Katholische Jugend
Silvius-Magnago-Platz 7 | 39100 Bozen
Tel. 0471 970 890 · redaktion@skj.bz.it
www.facebook.com/SKJnews
Redaktion: Heidi Gamper
Gestaltung der Seite: Jana Köbe

www.skj.bz.it



WIR SAGEN DANKE!