# Die Chance in der Krise

## Neue und sinnstiftende Erfahrungen in der Zeit der Corona-Massnahmen

Liebe Leserin

Lieber Leser

Wir hatten den Verdacht, dass diese Corona-Krise und ihre Folgen nicht nur schlechte Auswirkungen haben und haben im Umfeld der Beratungsstelle danach gefragt. Dies ist eine anonymisierte und nach Themen sortierte Auswertung der zahlreich eingegangenen Rückmeldungen. Herzlichen Dank für jede einzelne! Es liegt an uns allen, wieviel wir von diesen guten Erfahrungen in die Nach-Corona-Zeit hinüberretten wollen… Engagieren wir uns dafür!

Herzlich, Andrea Gross

# Persönliche Freiheit erleben

* Frei von persönlichen Terminen
* Frei von Kinder-Fahrdienst-Stress
* Nicht auf die Uhr sehen müssen
* Unerwartetes erleben

# Natur geniessen

* Den Tag in Feld und Wald verbringen
* Bewusst an der frischen Luft sein
* Vogelgezwitscher auf dem Balkon geniessen
* Froh sein über den Frühling und das gute Wetter

# Zeit für Familie und Freunde

* Zeit mit dem Partner/der Partnerin, Zeit mit der ganzen Familie verbringen
* Zeit der Geschwister miteinander
* Die Tage mit den (kleinen) Kindern verbringen können
* WG-Erlebnis mit den (wieder) zuhause lebenden erwachsenen Kindern
* Mit FreundInnen spazieren gehen
* Gemeinsames Kochen und regelmässige Familientische
* Stundenlange Telefonate mit FreundInnen und Verwandten
* Gesellschaftsspiele spielen
* Neue freundschaftliche Erfahrungen

# Zuhause sein

* Mittags zuhause essen und sein
* Zuhause arbeiten und lernen
* Kontakt zu den Nachbarn haben
* Den eigenen Garten schätzen und nutzen

# Verbundenheit spüren

* Sich vernetzt fühlen
* Menschen grüssen sich wieder

# Spiritualität leben

* Stille in den Kirchen- und Andachtsräumen erleben
* Andachten und Gottesdienste in kleiner Gemeinschaft zuhause feiern
* Zeit für geistliche Lesung und Betrachtung
* Neue intensive Seelsorgeerfahrungen
* Neue Lebenserfahrungen
* Seelsorgliche Dauerpräsenz ohne Stress erfahren
* Sehr nah an den Menschen und ihren Fragen/Sorgen sein
* Hoffnung erfahren
* In der Krise auch Stärke erleben
* Zeit haben, um zu begreifen

# Berufliche Neuerfahrungen

* Kreativität erleben und entdecken
* Neue berufliche Ideen entwickeln

# (Neue) Würdigungen

* Schätzen von Schule und Orten der Kinderbetreuung
* Erkennen, dass auf das digitale Netz Verlass ist
* Würdigung der sozialen Medien: Whatsapp, Facebook, Skype und Co
* Die eigene privilegierte Situation erkennen und schätzen