

Samstag, 8 Mai 2021

Liebes Tagebuch,

ich weiß nicht ob ich lachen oder weinen soll. Heute durfte ich mir sogar zweimal anhören, dass wir durch den Lockdown, „ja viel mehr Freizeit hätten“ und es nicht verständlich sei, wieso wir für bestimmte Dinge keine Zeit mehr haben.

Dieses nicht vorhandene Verständnis für Menschen meines Alters nervt mich. Natürlich gibt es auch Positives aber egal ob mental oder körperlich, alles ist für mich anstrengender und langweiliger als vor der Pandemie. Vor allem die Motivation zum Sport oder zum Lernen haben bei mir sehr gelitten. Die Routine macht mich wahnsinnig. Sogar das Treffen mit Freunden ist für mich nicht mehr so wie vor der Zeit ohne den Virus. Man kann weder ins Kino gehen noch kann man sich ins Restaurant setzen. Außerdem ist es immer dasselbe, es findet keine Abwechslung mehr statt. Durch Corona gingen bei mir sogar aus den verschiedensten Gründen Freundschaften auseinander und veränderten sich einfach. Zusätzlich hat der virtuelle Alltag, es meiner mentalen Gesundheit nicht unbedingt einfacher gemacht. Ob nun online Stunden am Laptop oder Social-Media in der „Freizeit“, am liebsten würde ich manchmal alle meine elektronischen Geräte einfach aus dem Fenster werfen. Der andauernde Druck neue Nachrichten zu lesen und online zu sein ist nervig. Sogar Social-Media macht mir keinen Spaß mehr. Stunden lang Videos und Fotos anzusehen oder zu posten ist toxisch und macht süchtig. Ich hatte es eine Zeit lang nicht mehr unter Kontrolle. Ich musste alle 10 Minuten meine Apps abchecken und hatte teilweise echt eine zu hohe Screen Time. Da von außen keine Ablenkung mehr kam, wie zum Beispiel feiern zu gehen, hatte ich nichts Besseres zu tun und dachte, mir geht es besser, wenn ich meine Zeit online verbringe. Traurig alleine in meinem Zimmer, während ich auf Benachrichtigungen und Bestätigung von außen wartete. Also nein, unsere Freizeit fühlt sich nicht sehr spaßig an und nein wir haben dadurch nicht „mehr Zeit“ für andere Dinge. Aber toll, dass wir seit einem Jahr an den Einschränkungen leiden um jene zu schützen, die uns anschließend solche Sprüche an den Kopf werfen. Das finde ICH nicht verständlich.



PS: Dieser Tagebucheintrag stammt von einer weltoffenen, extrovertierten und grundsätzlichen fröhlichen Person 😊