

# Erster Ausblick

Keine Regeln mehr, wir lassen buchstäblich die Masken fallen. Aber wie reagieren wir auf eine Zeit, in der nicht mehr die Pandemie unser Leben bestimmt? Ein Gedankenexperiment.

**Es** wird ein unglaublich befreiendes Gefühl sein“, so Dominik Batthyány, Psychotherapeut in Wien und Leiter des Instituts für Verhaltenssüchte an der Sigmund Freud Uni über das Leben ohne Corona-Regeln. Wir können wieder einem Alltag nachgehen, der viele Möglichkeiten bietet. Über ein Jahr stand quasi unser soziales Leben still. „Dann haben wir wieder die Chance, neue Kontakte zu knüpfen“, so Batthyány. Der Wissenschaftler gibt aber zu bedenken, dass die wiedergewonnene Freiheit auch zu Überforderung und Stress

führen kann. Viele stellen sich dann die Frage: Was soll ich jetzt nachholen? Sein Tipp: „Sich selbst und andere nicht überfordern. Alles langsam angehen.“

Ein weiterer Blick in die Post-Corona-Zeit: Die Abstinenz von Partys, Lokal-Besuchen und Umarmungen von Freunden führte zu einer Wertschätzung von Ereignissen, die wir vor der Pandemie als selbstverständlich gesehen haben. Nach der Pandemie werden wir uns bewusster für unsere Freizeitbeschäftigung entscheiden.

Mittlerweile ist der Griff zur Maske schon so selbstverständlich wie das tägliche

Zähneputzen. Werden wir uns ohne Mund-Nasen-Schutz nackt fühlen? „Nein, das glaube ich nicht! Erst durch die Hygienemaßnahmen haben wir gelernt, wie wichtig Mimik und unsere Stimme sind“, so der Psychotherapeut. Ist unser ganzes Gesicht zu sehen, können wir Emotionen der anderen wieder besser wahrnehmen. Derzeit lesen wir ein Lächeln nur über die Augen ab.

## Reflexartiger Abstand von hustenden Leuten

„Masken werden uns aber in bestimmten Situationen dennoch begleiten“, prognostiziert Batthyány. Er kann sich einen Mund-Nasen-Schutz sehr wohl in der Grippezeit und bei Arztbesuchen oder in öffentlichen Verkehrsmitteln vorstellen. „Durch Corona haben wir gelernt, dass wir dadurch nicht nur uns selbst schützen, sondern vor allem andere.“

Einen Reflex werden wir allerdings nicht so schnell ablegen, nämlich die Sensibilisierung auf das Husten. Monatelang wurden wir auf die Symptome einer Covid-Erkrankung aufmerksam gemacht. Auch nach Corona werden wir darauf reagieren und vielleicht von hustenden Menschen Abstand nehmen.

Auf das Gedankenexperiment nicht so sehr einlassen kann sich hingegen Freizeitforscher Peter Zellmann: „Die Normalität von 2019 wird es noch lange nicht ge-



Foto: Malena Brenek

Einzelne Tage im Homeoffice werden weiterhin beliebt sein

# auf Zeit nach Corona



Ein Konzert in Pandemie-Zeiten oben links am 27. März in Barcelona. – Und oben rechts: Wird es jemals wieder so wie vorher?

ben.“ Er kann sich zwar einen Boom bei Kulturveranstaltungen vorstellen, aber auch hier wird Corona noch lange zu spüren sein. Die Einschätzung des Wissenschafters: „Weniger Sitzplätze in Grippezeiten, ein geordnetes System bei der Garderobe, um Drängeleien zu vermeiden.“ Weiters sieht Zellmann die Fortsetzung von Virustests. „Diese Entwicklung kann man durchwegs positiv sehen, wenn so verhindert wird, dass unsere Mitmenschen angesteckt werden.“

Außerdem verweist der Leiter des Instituts für Freizeit- und Tourismusforschung auf die vielen Investitionen, die Unternehmen leisten mussten, um die

Maßnahmen richtig auszuführen. „Viele Umrüstungen werden erhalten bleiben!“

Homeoffice wäre so ein Beispiel. Erst durch Corona konnten manche Angestellte beweisen, dass sie genauso oder sogar produktiver sind,

wenn sie von zu Hause aus arbeiten. Auch die Chefs sind von der Telearbeit überzeugt. 63 Prozent der Führungskräfte schätzen laut einer EY-Studie die Produktivität der Mitarbeiter im Homeoffice gleich hoch ein wie beim

Arbeiten im Betrieb. 16 Prozent gehen sogar von einer gesteigerten Leistung aus.

Jetzt bleibt zu hoffen, dass dieses Gedankenexperiment bald zur Realität wird, um die Corona-Erlösung genießen zu können. Kathi Pirker

**Wenn es keine Regeln mehr gibt und quasi der Deckel vom Druckkochtopf genommen wird, werden die Menschen kulturelle Angebote stürmen, aber das pendelt sich dann wieder ein.**

Peter Zellmann, Freizeitforscher



Foto: Martin Jöchl

**Durch die Pandemie haben wir gelernt, dass es bei Krankheiten nicht nur ums Gesundwerden geht, sondern dass niemand angesteckt wird.**

Dominik Batthyány, Psychotherapeut



Foto: Lukas Ilgner