

University of Groningen

# Third Places during COVID-19: Investigating the Effects of Third Place Inaccessibility on Psychological Well-Being

Paul Janson  
Human Geography and Planning  
Supervisor: Tess Osborne  
10 July 2020

## Abstract

Since the first description of the concept of 'third places' in "The Great Good Place (Oldenburg, 1989), research has consistently verified their importance as facilitators of informal social interaction (e.g. Hickman, 2012). However, the value of such interactions for the individual remains largely undiscussed. This study took advantage of the temporal closure of third places during social distancing measures in Germany to examine the importance of third places for psychological well-being. In qualitative interviews, respondents were asked about how the presence and subsequent absence of third places has influenced afflicted relationships and well-being. Findings were subsequently re-connected to Oldenburg's (1989) theory. Despite the temporal closure of third places having consistently resulted in the collapse of casual social ties and weakening of personal benefits, perceived effects on psychological well-being were minimal. The findings can partly be explained by the perpetual maintenance of close social ties and the altered lifestyle during social distancing measures. Despite additional research being required to properly define the value that resides within such places, this research recognises their role as an important component for the efficient navigation through normal daily life.

Keywords: third place; Oldenburg, psychological well-being, computer-mediated communication, COVID-19

## Table of Contents

|  |    |
|--|----|
| Abstract .....   | 2  |
| Introduction.....  | 4  |
| Background.....  | 4  |
| Research Problem .....                                     | 4  |
| Structure.....   | 5  |
| Theoretical Framework .....                                | 5  |
| Third Places and Social Ties.....                          | 5  |
| Third Places and Psychological Well-Being .....            | 6  |
| Computer-Mediated Communication and Personal Benefits..... | 7  |
| Methodology .....  | 8  |
| Results .....  | 9  |
| Third places and Social Ties.....                          | 9  |
| Third Places and Psychological Well-Being .....            | 10 |
| Computer-Mediated Communication and Personal Benefits..... | 12 |
| Discussion.....  | 13 |
| Conclusion .....   | 14 |
| Limitations.....   | 14 |
| Recommendations .....                                      | 14 |
| Summary .....  | 15 |
| References.....  | 16 |
| Appendix.....  | 19 |
| Appendix A .....   | 19 |
| Appendix B .....   | 21 |

# Introduction

## Background

In December 2019, an outbreak of the novel coronavirus COVID-19 was recorded in the city of Wuhan, China (Raibhandari et al., 2020). The virus rapidly spread to other countries, with the first European cases being reported in January 2020 (WHO, 2020). To stop transmissions and limit the spread of the virus, European countries implemented a set of regulations, intended to reduce direct inter-human contact, including social distancing and quarantine measurements. The nature and the extent of applied regulations differed between countries, although nearly all countries imposed the temporal closure of non-essential businesses, such as cafés, bars, restaurants, theatres, barber shops, and sports centres (DW, 2020).

Restricting access to these semi-public, semi-private places has temporarily eliminated a core setting of public life. Besides facilitating social encounters and public discussion amongst strangers, they also provide an essential location for the maintenance of already established social relations. The role of said places as facilitators of social interaction was first discussed in 1989 by Ray Oldenburg in his book 'The Great Good Place'. Next to home and the workplace, these so-called 'third places' constitute the last of three geographical realms, whose balancing Oldenburg terms as essential for daily life "to be relaxed and fulfilling" (Oldenburg, 1989).

Despite his work not being empirically informed, his notion of third places acting as core settings for informal social interaction has gained both scholarly and popular attention (Williams & Hipp, 2019). In the decades since the publishing of 'The Great Good Place' (1989) most research has focused on the social aspect of third place theory, testing for its validity or building upon its core concepts, for example by investigating to which extent third places truly facilitate social interaction (Hickman, 2012), which specific physical characteristics of third places are most responsible for said social interaction (Mehta & Bosson, 2009), and whether the interaction in a particular venue deems it suitable to be termed a third place (Lin et al., 2015). While many studies establish a connection between third places and sociability, the value of third place-interactions remains largely undiscussed. Williams and Hipp (2019) appear to be the first in recognizing this deficiency, yet they limit their research to communal values of said interactions, in the form of community cohesion. Ultimately, however, it is the value that individuals draw from third place-interactions, which determines whether they will visit such places again. Oldenburg (1989) himself identified four benefits that he believed to be granted to any individual, to regularly attend a third place, however, up until this point no study has taken it upon itself to test these for their validity. With the true value of third place-interactions never having been tested, one remains in wonder why so much effort has been placed, and is continued to be placed, in testing for those dynamics in the first place. How much do we actually benefit from third place-interactions and is it worth striving for them?

Amid the tragedy and hardship that the COVID-19 pandemic has imposed on many people's lives, shutdown measurements have presented a rare opportunity to investigate a unique societal situation that can provide insights into this question. The physical closure of third places, during data collection, does not only allow for the verification of Oldenburg's theory on the importance of third places in cultivating social relationships, but more importantly allows for the collection of empirical insights on the effect of third places on the well-being of individuals.

## Research Problem

This study aims to establish an empirically grounded connection between third places and psychological well-being (PWB). This will be done by investigating for variations in PWB being before and during the closure of third places, as a result of social distancing measures. To increase clarity and

comprehensibility of the following argumentation, the study is divided into three main parts that are being consistently referred to throughout this paper.

Oldenburg (1989) clarifies that all his established benefits are being facilitated by the particular social relationships maintained within third places. Therefore, to create a clear connection between third places and well-being, it is necessary to first determine how much these benefit-creating-relationships are restricted to the spatial dimension of the third place. Findings will illustrate whether personal benefits could also be attained in any other social setting. Once, the relevance of third places for these factors is established, as its second part, this study turns to investigate whether Oldenburg's (1989) benefits are truly experienced by respondents and to which extent their absence has the capacity to influence PWB. Lastly, recognising the growing interest of sociological research in 'virtual third places', it will be examined how computer-mediated communication (CMC) platforms were used to substitute for closed third places, and to what extent those were able to influence PWB.

The central objective of creating a connection between third places and psychological well-being was translated into the following main research question: *How does the inaccessibility of third places, as a result of social distancing measures, influence psychological well-being?*. The foregoing importance of third place relationships, and the subsequent potential mitigation of well-being effects through CMC usage are encapsulated in the two sub-questions: "What is the importance of third places on third place-relationships? & "To what extent can computer-mediated communications maintain the benefits from third places?".

## Structure

With most research on third place theory carefully adhering to the definitions that are being used in Oldenburg's (1989) original work "The Great Good Place", this study first establishes a general understanding of third places according to Oldenburg, while placing special emphasis on the nature of third place-relationships and the four personal benefits. To justify the assumption that third places can influence PWB, all claims made in relation to Oldenburg's personal benefits will be connected to relevant studies on well-being. Lastly, the growing academic trend of examining CMC platforms as potential 'virtual third places' will be briefly presented and elaborated on by portraying its effect on PWB. Thereafter, the empirical findings will be introduced and subsequently discussed in relation to the theory. In the conclusion, limitations and key implications for future research will be presented, and the research questions will be answered.

## Theoretical Framework

### Third Places and Social Ties

The concept of third places was first described by Ray Oldenburg when comparing the public life of American suburbs in the late 20th century, to that of European cities. Like so many of his contemporary colleagues, he observed a steep decline of public life within his country; a development for which he made the decline of amenities that accommodate social interaction responsible for.

Oldenburg termed these special, and in the American case strongly underrepresented places, third places; the third geographical realm of social cohesion, beyond the places of home and work. The word acts as an umbrella term for any public place "that host[s] the regular, voluntary, informal, and happily anticipated gatherings of individuals" (Oldenburg, 1989). The broadness of Oldenburg's definition leaves, and was most likely intended for, a great variety of places to be seen as third places: cafes, bars, beauty salons, bookstores, and video rentals are all regularly used to exemplify this concept (Oldenburg, 1989; Banerjee, 2007). But instead of dedicating one amenity as a third place to everybody, the concept acts more as a symbolic place-understanding, being subjective to each person.

Amidst this great diversity of appearances, third places unite in their ability to accommodate a great number of social relationships. Oldenburg claims that the decline of social ties amongst suburban Americans can be directly linked to the lack of third places. Whilst close friendships are often exempted from any place-bound limitations, the majority of social relationships can only be maintained within the safe boundaries of these particular places. Oldenburg, like other well-established sociologists such as Richard Sennett (1977) and Jane Jacobs (1961), believe that people only like to engage in regular social activities with others when they are guaranteed some protection from each other. Or as Oldenburg puts it: “An individual can only maintain many friends, a rich variety among them, and opportunity to engage many of them daily, if people do not get uncomfortably tangled in another’s lives”. Third places provide exactly this level of personal protection and consequently, their presence is vital for the cultivation of more casual social relationships. Applying these insights to this study’s first sub-question, the closure of third places due to social distancing measures is expected to greatly disrupt the contact to all third place-relationships.

### Third Places and Psychological Well-Being

Oldenburg (1989) then elaborates that by allowing for the maintenance of a large social network and its concurrent encounter, third places grant its visitor several personal benefits. Throughout his book he remains relatively vague on how individuals precisely profit from these benefits; however, their influence is implied to be restricted to a person’s emotional state and feelings. In his own words, Oldenburg (1989) summarizes all benefits to “both delight and sustain the individual”. The described combination of positive emotional states, such as happiness, and the efficient functioning of individual life closely corresponds with the concept of psychological well-being (PWB) (Deci & Ryan, 2008). As Huppert (2009) outlined quite efficiently, “Psychological well-being is about lives going well. It is the combination of feeling good and functioning effectively”. Considering their overlapping areas of influence, PWB will henceforth be used as an indicator for the presence of Oldenburg’s (1989) benefits, while simultaneously providing a suitable gateway to an array of academic literature that can be used to support Oldenburg’s claims. Notably, the satisfaction in life and positive affect are both also crucial components to the concept of subjective well-being (SWB). The deliberate decision of refraining from using SWB as an indicator for Oldenburg’s (1989) benefits was motivated by two main reasons. First, a crucial component of SWB comprises the understanding that well-being is perceived differently by individuals (Diener, 1984); an approach, surely important, but indifferent to this study’s pursuit to verify third place benefits. Secondly, SWB measures generally include a complete assessment of most aspects of a person’s life, including marriage status and physical health (Andrews & Withey, 1974); both components that, by being placed outside the influence of third place dynamics, would disrupt any effects of the investigated benefits. PWB hence provides the most suitable and comprehensible concept to describe the effect of third place benefits; nonetheless, its working mechanisms remain complex. Well-known studies on PWB, such as the WHO-5 (Topp et al., 2015), attend to this complexity by either developing scales to measure PWB, or assembling all dimensions that may influence it (Ryff, 1989). It is crucial to clarify that both approaches exceed the objective of this qualitative study, as its aim is not to measure or identify, but merely to verify any effect of third place benefits on PWB (Oldenburg, 1989).

Each of Oldenburg’s (1989) four benefits (*Friends by the Set*, *Spiritual Tonic*, *Perspective*, *Novelty*) has the potential to influence a person’s psychological wellbeing, as will be seen in the following studies. The first benefit, termed ‘*Friends by the Set*’, relates to the particular kind, that are third place-friendships (Oldenburg, 1989). In social studies it has long been established that social ties have positive effects on psychological well-being (Barnett & Gotlib, 1988). Most research on the correlation of social ties and health has approached social ties from an egocentric perspective, that is by investigating the structure and function of social networks that closely surround the participant

(Kawachi & Berkman, 2001). Close social ties, such as parents, partners, and friends, have consistently been proven to positively influence psychological wellbeing, for instance by providing the perceived availability of functional support that is thought to buffer negative effects of stressful situations (Berkman & Glass, 2000). Individual egocentric ties, however, are not detached, but themselves embedded in a wider network of weak ties and macrosocial exchange (Lin et al., 1999; Boissevain, 1974). The notion of an extended zone of connectedness relates well to the concept of social capital. The concept received new public recognition with Putman's (2000) book 'Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community', in which he, very similar to Oldenburg (1989), describes the decline of public life and community networks in America since the 1950s. Putman (2000) terms 'social capital' as "the connections among individuals' social networks and the norms of reciprocity and trustworthiness that arise from them." Complementary to close egocentric ties, these casual connections provide a sense of belongingness within a larger social community, a feeling which sociological theorists have consistently argued to be relevant for the enrichment of psychological well-being (Durkheim, 1951; Faris & Durnham, 1939).

Simultaneously, social networks, especially tightly knit ones, were shown to potentially also have damaging effects on mental health; a process mainly caused by the repressive nature of social regulations that govern many communities (Brown & Harris, 1978). The ability of third places to provide a place that keeps social networks disentangled enough for its visitors to maintain relationships that are not subject to such oppressive effects is explained by the benefit '*Spiritual Tonic*' (Oldenburg, 1989).

The third of Oldenburg's (1989) benefits, termed '*Perspective*', can be understood as the good times and positive outlook on life that reign the inside of any third place. Oldenburg mainly affirms this pleasurable atmosphere by referring to the great extent of humour and laughter that exists within. In their study on the effect of humour on PWB, Bennett and Lengacher (2007) establish that the activity of laughter has proven to decrease the production of stress-hormones.

Finally, the last benefit to be described is that of '*Novelty*', which applies to all positive effects related to the exposure of third place-visitors to new perceptions and stimuli. Such novel impulses are often experienced through the ability of third places to encourage and foster spontaneous interactions between strangers. A study by Epley and Schroeder (2014) showed that talking to a stranger whilst commuting by train had positive effects on the respondent's well-being.

All of the discussed studies aim to support the notion that these four benefits, enabled by the concentration of many weak social ties within third places, have the potential to positively influence psychological well-being. Following their findings, the main research question of this study is expected to reveal a perceivable decline in psychological well-being, as a result to the non-accessibility of third places.

## Computer-Mediated Communication and Personal Benefits

The introduction of social distancing measures to limit the spread of COVID-19 has fundamentally changed the dynamics of social interaction. Amidst the need for isolation, computer-mediated communications (CMC) have exposed themselves as a popular alternative, not only to sustain work-related interactions, but also to maintain more informal relationships, such as to friends and family. In social science research, CMC technologies have long been recognised to be capable of cultivating diverse social relationships (Walther, 1992; Parks & Roberts, 1998). The absence of any reference to CMC technologies in Oldenburg's (1989) original work, which was published several years before widespread internet usage, has led many subsequent studies to investigate the potential of CMC to execute functions previously reserved to third places (Kendall, 2002; Schuler, 1996). Research on such 'virtual third places' is mainly limited to the examination of how much CMC environments share the same key characteristics as physical third places (Schuler, 1996). In light of the specific situation of

social distancing measures and the abrupt closure of most third places, this study is not concerned with CMC’s ability to create entirely new third places, but rather with its capacity to continue social interaction of an already existing third place community. Furthermore, it will be investigated to what extent the previously discussed benefits can be attained in CMC environments. Previous research that investigated the use of CMC for social purposes found it to have no significant effects on well-being. However, respondents consistently indicated to perceive CMC as inferior compared to face-to-face interactions (Schiffrin et al., 2010). Therefore, when discussing the expectations regarding this study’s final research question, limited to no benefits are predicted to be transferred via CMC platforms.

The precise relationships of all discussed factors are visualised in Figure 1. Based on the literature (Oldenburg, 1989), the segregation of physical third places disrupts the ability of third place relationships to facilitate personal benefits, thus negatively affecting PSW. CMC is tested for its capability of bypassing the need for any physical third place in obtaining the discussed benefits.

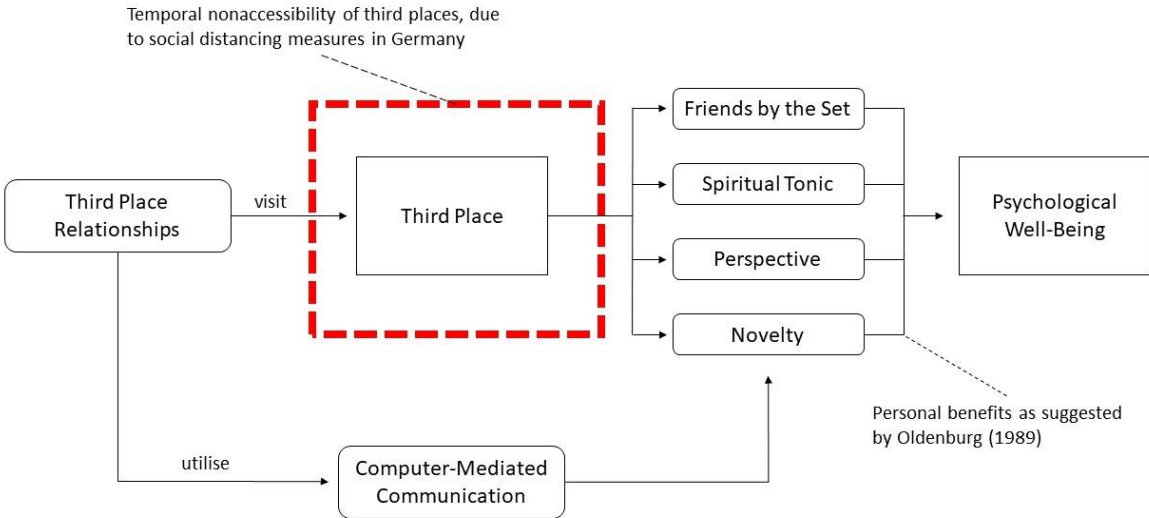


Figure 1: Conceptual Model

### Methodology

As this study aims to verify and elaborate on Oldenburg's (1989) theory on the importance of third places, it follows the structure of deductive empirical research (O'Reilly, 2009). Primary qualitative data collection was conducted, in the form of 12 semi-structured and in-depth interviews.

The decision for a qualitative, instead of a quantitative research design, was mainly motivated by the convoluted nature of many of the discussed concepts. First, the subjective understanding of third places was expected to complicate many respondent’s recognition of what their personal place would be. Furthermore, the presence of COVID-19 and alternations of personal life due to shutdown measures were predicted to influence respondent’s psychological well-being in a variety of ways. Precise re-questioning and elaboration was deemed necessary to distinguish those effects on well-being that could be attributed to the inaccessibility of third places alone.

To allow for a more meaningful comparison of the results, it was guaranteed that all respondents were subject to the same shutdown measures. This was achieved by only interviewing respondents living in Germany. Data collection was conducted in the time frame of 14. April – 25. April 2020. During that time, regulations that were of crucial importance for this research included:



- Citizens are required to reduce contact to outside of one's home to an absolute minimum
- In public, a minimum distance of 1,5 meters must be adhered to
- Presence in public is only allowed with one additional person that is not part of same household
- All businesses except for food supply, pharmacies, petrol stations, banks, posts, wash salons, hardware stores, animal need stores and wholesale stores, must be closed
- Educational institutions such as schools and universities, as well as religious institutions must be closed

Regulations concerning the closure of non-essential businesses were introduced on the 16 March 2020, meaning that most respondents had been denied access to their third place for at least one month (Die Bundesregierung, 2020a; 2020b).

Purposive sampling was applied, intended to attain a diverse sample, representative of multiple facets of society (Lavrakas, 2008). Ultimately, the research group consisted of 4 male and 8 female interviewees, ranging from age 20 to 61. To comply with shutdown measures, interviews were conducted digitally, using Skype. Recognizing the importance of language in shaping meaning and power (Alvesson & Deetz, 2000), all interviews were conducted in the respondent's, and researcher's native language, German. Besides allowing interviewees to "fully express themselves", establish "good rapport", and guarantee "cultural understanding" (Tsang, 1998, p511), this approach was furthermore intended to reduce power implications between researcher and respondent (Marshan-Piekkari & Reis, 2004).

To investigate the effect caused by the inaccessibility of third places on psychological well-being, respondents were first asked about the way visiting their third places normally affected their psychological well-being. Subsequently, they were questioned about how its closure has influenced their well-being (see Appendix A). By selecting individual respondents and comparing their answers, a realistic picture of the influence of third places on PWB can be created. To mitigate the risk of acquiescence biases (Cronbach, 1946), respondents were not informed about the nature of all four personal benefits as discussed by Oldenburg (1989). Instead, applicable factors within their answers were sought out and subsequently connected to the corresponding personal benefit (Oldenburg, 1989).

All interviews were video-recorded and transcribed (see Appendix B). The qualitative analysis software Atlas.ti was used to aid in the data interpretation process. Deductive codes were based on the themes discussed by Oldenburg (1989) himself to allow for a more focused and clear analysis. Considering the highly personal nature of information on social relationships and psychological well-being, strong attention was placed into ensuring the anonymity of informants. Pseudonyms were used, and respondents were in detail informed about the nature and objective of the study, which they agreed to in form of an oral consent form.

## Results

### Third places and Social Ties

Understanding the extent to which social ties are bound to third places forms an essential part of this study. If Oldenburg's (1989) personal benefits prove to be facilitated by place-bound third place-relationships, then any perceivable effects on PWB can be related back to the geographical third place itself. Hence, great importance was placed on understanding the nature of relationships exercised in

third places. Generally, all respondents stated to maintain both close and casual social relationships within, a situation also described by Oldenburg (1989):

*Karen: "With close friends, with good friends, with acquaintances. It's a pretty colourful mixture. I have some friends that I would never meet outside a club" (2020, p.74).*

The quality of friendships determined whether relationships were limited to third places or not. While close relations were also exercised in other places, weaker ties were often bound to the spatial boundaries of the respective third place. This distinction is further supported by several respondents stating that, as place bound, casual friendships became more intimate, they moved beyond the realm of the third place and began to meet in other locations, such as their own home, as well.

To the question whether she would have any friends that she only meets within her third place, Holly stated: "[...] initially that's how it was. But since about two years we are also meeting privately" (2020, p.44).

The introduction of social distancing measures drastically altered the social dynamics that had existed within all investigated third places. Based on the interviews, it is a consistent finding that third place relationships that have been exercised outside of the respective third place before COVID-19 regulations, were more likely to also remain in contact once the third place was closed. Many respondents directly relate this distinction to the quality of social ties. Karen, who was previously shown to maintain relationships of different intensities in her third place, stated:

*"I am still seeing everybody from my close circle of friends. [...] All my good friends I still text every now and then or send a voice note and ask how they are doing and what they are up to. [...] But the ones I really only see there (the third place) I have lost all contact to" (2020, p.78).*

The loss of relationships, which previously were solely maintained in the third place, in response to its closure, affirms Oldenburg's (1989) theory on the strict place-dependency of many social ties. The geographical location of the third place hence appears to be highly vital for the maintenance of such casual social connections. Despite direct contact decreasing in all cases, third place relationships of higher quality were often maintained over phone or text. Again, a direct correlation between the quality of relationship and tendency to remain in contact during corona measures, was described in multiple cases.

### Third Places and Psychological Well-Being

Factors that can be related to all four benefits were mentioned by respondents. One of the most discussed benefits of third places was the feeling of belongingness as described by "*Friends by the Set*". Jim, for example, stated to appreciate the awareness of being part of a community that his third place provided him:

*"Everybody knows the procedures and it's just fun. It functions as a community. And that's good" (2020, p.66).*

When asked about how the temporal closure of his bar has influenced his psychological well-being, he stated:

*"The group has shrunken, and many have expressed the desire to meet up with a few more people again and attain such a dynamic. Being only 4 or 5, you don't quite achieve that" (2020, p.67).*

The constellation of being in the presence of many others was regularly connected with a second benefit that is characteristic to third places: the humorous atmosphere that is described by 'Perspective'. When comparing meeting with one person in a park versus being in a larger group, Kelly explains:

*"The group is obviously getting more talkative and active. And maybe we are also laughing a bit more" (2020, p.86).*

She mentions the same factor when describing what she is missing now, when meeting many people in parks is permitted:

*"It's just fun [that is missing] which I find really, really sad" (2020, p.88).*

Finally, the encounter of new people that third places encourage (*Novelty*), and the privilege of remaining unattached to most third place-relationships (*Spiritual Tonic*), were both mentioned regularly when discussing third place benefits prior to social distancing measures. However, both were referred to noticeably less frequent when discussing aspects that were missed upon the closure of third places. Getting in contact with strangers constitutes a significant benefit to Jim when visiting his favourite bar:

*"Another thing I like about bars as a meeting place is that one also interacts with other people. So, not just the own homies [...]" (2020, p.64).*

When revising a random encounter, in which he had asked a stranger for a lighter, Jim recognised his pleasure about two benefits, which the bar's closure had ultimately taken from him. Both respectively fall into the realm of 'Novelty' and 'Spiritual Tonic'.

*"It was a very nice feeling to have talked to a stranger. After seeing the same faces for like two weeks without any variation. And then such a short interaction. [...] something like this happens, at least for me, quite often in a bar" (Jim, 2020, p.66).*

Despite most respondents describing a decline of personal benefits, due to the closure of their third place, most stated this loss had no substantial negative effect on their PWB.

Another frequently mentioned factor that directly relates to Oldenburg's (1989) work is that of 'Stress Reduction'. Despite not being listed in the list of personal benefits, he was certainly aware of this factor's existence, as he frequently mentioned it in his book (1989). While being frequently mentioned when discussing benefits that were normally experienced where visiting their third place, very few respondents seemed to have missed this factor since the place's closure. One respondent even stated to be more relaxed now, amidst social distancing measures, than before.

*"I was rarely as stress-less as I am now" (Karen, 2020, p.76).*

Two additional factors that, in contrast to the previously mentioned benefits, were stated to in fact have a significant effect on PWB, are both little connected to the concept of third places. Instead, they relate to the unique living situation of social distancing. For the purpose of this study, the factors will

be termed “*Mental Support*” and “*Return to Normal*”. Several interviewees stated their PWB to be positively affected by the proximity of close friends and family members and the mental support they provided.

*“Luckily, I have family. I am not alone at home and I am a lot more included, also regarding what is happening here” (Holly, 2020, p.46).*

The described provision of perceived mental support by close social ties confirms the importance of egocentric social ties for PWB (Berkman & Glass, 2009). Although not surprising, egocentric approaches were not expected to play a meaningful role in this research, as most third place benefits were allocated to the presence of the opposing, casual social ties, which third places help to cultivate (Oldenburg, 1989).

As a second emergent factor, few respondents explained that the certainty of things eventually returning to normal, helped them in dealing with the losing of certain third place benefits. Their mood was quickly improved when looking into the future scenario, where places had opened again.

*“When I am thinking [...] I would like to do something really fun, then I always have to remind myself, okay it's just a period, it will return to normal, and it's going to be like before” (Karen, 2020, p.79).*

### Computer-Mediated Communication and Personal Benefits

Almost all respondents stated to use CMC platforms to stay in contact with social relations that were previously maintained in third places. As already discussed, when evaluating the different kinds of friendships exercised in third places, the quality of relationship was a deciding factor in establishing whether CMC contact would be preserved or not. Generally, one-on-one communication via texting or calling was only exercised with close social relationships.

Besides private conversations, about half of all respondents stated to have attempted to recreate the general structure of their closed third place by using video-based CMC platforms, such as Skype and Google Meet. The frequency of these group calls greatly varied between respondents, ranging from one-time attempts to regular [meetings every two days].

Several aspects that were mentioned, when asked about their opinion these ‘virtual third places’, can be connected back to Oldenburg’s (1989) personal benefits. For most, group calls provided the only opportunity to interact with a larger group, since social distancing measures were implemented. Hence, group conversations also re-established contact to lose social ties, which normally would not have been personally contacted. However, several interviewees stated that despite such larger group meetings, a real community feeling remained absent.

*“Sure, you can talk about certain topics, but this community feeling of all being in the same place and to develop something together, that's missing” (Holly, 2020, p.46).*

Many respondents stated group calls to have been more fun than just talking to one person. One interview confessed to have been quite surprised about how much they had laughed during the call, hence indicating that the benefit of ‘perspective’ could be conveyed via CMC (Oldenburg, 1989). All respondents, however, agreed that the amount of fun was still inferior to that of real third place meetings. An aspect that could not be substituted by CMC platforms and was consistently mentioned is that of the missing physical contact. Many stated to miss real physical proximity during their calls, such as hugs and handshakes.

An interesting trend to be observed was that groups who integrated a factor that was normally part of their third place-experience into their virtual communication conversation, appeared to be more satisfied with the overall quality of their meeting. Examples of this include respondents who, during their online meeting, drank wine (wine bar) or played competitive online games against one another (volleyball field).

*“We were sitting on the sofa, laptop in front of us, wine in our hands, and after two and a half hours we were pretty, pretty... Yeah that was funny [laughs]” (Holly, 2020, p.42).*

Correspondingly, interviewees to not adapt their online meetings, complained about certain aspects of their third place missing (dancing, smoky rooms, climbing). Finally, the majority of respondents, who recreated their third place-environment virtually, expressed their content in having seen their third place-relationships again. Simultaneously, however, all also stated the online meetings to be inferior compared to the experiences in their actual third place; a finding that was expected based on existing studies (Schiffrin et al., 2010).

## Discussion

Despite all benefits being recognised to have affected respondent’s emotional state before and during social distancing measures, ultimately, most respondents had not experienced any substantial negative influence on their PWB. Various explanations to this contradiction can be found in the interviews and, in consideration of the diverse nature of both benefits and explanatory factors, it seems most advisable to investigate them independently. First, despite existing studies supporting the claim that the decline in social capital (*Friends by the Set*) would also result in a drop in PWB (Durkeim, 1951), the perpetual maintenance of close relationships, such as friends and family, was consistently stated to compensate for this. Apart from one respondent (who stated to have called her boyfriend multiple times a day) all lived in the company of others. These close relationships helped to relieve stress and were even stated to perform “therapeutic” functions (Jim, 2020, P.67); aspects that constitute well-established findings in the study of egocentric social ties (Berkman & Glass, 2000). In the context of this study, the persistence of close social ties appeared to have stronger, positive effect on PSW, than the negative effects caused by the loss of social capital. The negative effects of declining social capital might have been further mitigated by the fact that, for many respondents, the majority of third place-relationships were of high enough quality to also meet elsewhere. In the end, social capital of many respondents did not decrease that much.

Regardless of their ability to provide perceived mental support and the like, close social ties should not have been able to continue the facilitation of the other three benefits (*Perspective, Novelty, Spiritual Tonic*) or compensate for their loss; especially as the nature of close, intimate relationships directly contradicts the notion of ‘Novelty’ and ‘Spiritual Tonic’ (Oldenburg, 1989). Once more, insights gained from the interviews provide an effective explanation to this disaccord. The closure of third places is not to be seen in a vacuum, as social distancing measures had substantial effects on multiple other areas of personal life. People stopped working, daily routines changed, and some actually started to feel more relaxed. One respondent stated that for her, having less fun due to the closure of her third place, was being equalised by simultaneously experiencing less stress, as well. This particular example of humorous activities being seen as a direct counter to stress, can actually be regarded to further entrench Oldenburg’s notion that the easy-going atmosphere in third places is essential for the endurance of the normally stressful daily life (Oldenburg, 1989). Other missing benefits that might not have been compensated by a more relaxed lifestyle, were mitigated by the perceived certainty of the situation returning to normal in the near future.

Finally, it was investigated whether the usage of CMC platforms could be made responsible for the smaller than expected effects on psychological well-being. Selected benefits, such as 'Perspective' could be partly recreated, especially when incorporating other familiar factors into the virtual third place. This finding correlates with the research of Soukup (2006), who stated that, for virtual third places to provide the same benefits, the CMC context must be "situated within an identifiable cultural milieu". For most respondents, however, feelings have never been as beneficial as in the psychical third place; another aspect that had already been discussed in the literature (Schiffrin et al., 2010). Considering the prevalent criticism concerning the non-transferability of many benefits, it appears unfounded to give CMC platforms any credit for the underwhelming effects on psychological well-being.

In conclusion, the fact that many respondents recognised the loss of personal benefits, despite not strongly impacting their PWB, suggests the usual importance of said benefits, through constituting a suitable compensation for many of life's daily struggles. Considering many third-place relationships were of high enough quality to be maintained elsewhere, while benefits remained absent, the existence of discussed benefits can most likely be related to the atmosphere that reigns most third places. This notion is supported by the fact that most CMC meetings could not generate the same level of benefits as their physical counterpart, despite being conducted with the entire third place-group. The present analysis discloses Oldenburg's (1989) benefits to be truly bound to the geographical institution of third places, rather than just its social composition. This finding solidifies the importance of the physical aspect of third places.

## Conclusion

### Limitations

Contrary to the initial assumption that social distancing measures would provide a suitable opportunity to evaluate the importance of third places, this analysis revealed the unique situation provided by COVID-19 to substantially aggravate the examination of personal effects that were caused by the closure of third places. Consequently, great care must be taken when intending to apply the here presented findings to third places within a normal societal context. Additionally, it must be noted that respondents have only been exposed to these particular conditions for a limited period of time (about 1 month). Health implications might grow as the period of inaccessibility increases. In this regard, it would be interesting to examine whether the sociological notion of self-protection during social interaction, becomes more applicable the longer social contact is limited to close relationships (e.g. Oldenburg, 1989). Lastly, this study took a very simplistic approach to the recognition of effects on PWB by mainly relying on the respondent's subjective self-assessment.

### Recommendations

With this study having established the general presence and effects of Oldenburg's (1989) personal benefits, future research should strive for a more detailed understanding of their influence on PWB. For this, a systematic approach regarding the measurement of PWB is necessary. Existent generic scales such as the WHO-5 (Topp et al., 2015) provide a suitable method to evaluate well-being variations, while also enabling a comparison between studies. Corresponding to the limitations that were caused by social distancing measures, future studies, where respondents are denied access to their respective third place, whilst the rest of daily life remains unchanged, could be conducted. Any recorded effect on third place benefits can then be contrasted against this study's findings. This approach not only elaborates on the understanding of third place benefits but would furthermore grant useful insights on how social distancing measures themselves influence PWB. Finally, this study solely focused on the benefits of third places that apply to individuals, while entirely neglecting any

third place benefits that may be applicable to communities or society as a whole. While several studies exist that have examined communal values of third places (Williams & Hipp 2019), none so far has taken it upon itself to investigate both communal and individual values at the same time. Only when both dimensions are researched collectively, can the true importance of third places be determined.

## Summary

Social distancing measures have drastically altered the daily life of many, often illustrating the underlying value of ordinary things that were previously rarely contemplated about. This study utilised this unique situation to develop a comprehensive study on the importance of third places for individuals. Hence, it elaborates on the bulk of third place research that established third places to perform an important social function, by testing for the notion's validity in a situation of inaccessibility, while additionally investigating the specific nature of friendships that are bound to such places. Furthermore, this is the first study to examine the value of third place interactions for individuals, by investigating their effects on PWB.

Returning to the research questions, it can be stated that third places have proven to be essential for the cultivation of casual social relationships, thereby verifying Oldenburg's (1989) original claim. Simultaneously, findings suggest a generally higher proportion of close relationships to be maintained in third places, as initially expected. Despite many respondents recording a lack of Oldenburg's (1989) benefits, PWB was little influenced by the inaccessibility of third places; a finding that can partly be explained by the perpetual presence of close social ties and the particularity of the research context. Finally, CMC platforms were consistently used to continue third place interactions. Although third place-relationships could be maintained for the period of research, CMC showed to possess little competence in transferring measurable personal benefits to the individual.

Ultimately, it is difficult to draw definite conclusions on the effect of third places on PWB, hence further research needs to be conducted. Nevertheless, third places were established to provide its visitors with a variety of unique factors that help them in sustainably navigating through daily life. Denying access to third places, due to social distancing measures, has ultimately demonstrated the true value that physically engaging in public life bestows on every single of its participants.



## References

- Alvesson, M. & Deetz, S. (2000). *Doing critical management research*. London: Sage.
- Andrews, F.M., & Withey, S.B. (1974). Developing measures of perceived life quality: Results from several national surveys. *Social Indicators Research*, 1, 1-26.
- Barnett, P.A. & Gotlib, I.H. (1988). Psychosocial functioning and depression: distinguishing among antecedents, concomitants, and consequences. *Psychological Bulletin*, 104(1), 97–126.
- Bennett, M.P. & Lengacher, C. (2007). Humor and laughter may influence health: 3. Laughter and health outcomes. *Evid Based Complement Alternat Med*, 5(1), 37-40.
- Berkman, L.F. & Glass, T. (2000). Social integration, social networks, social support, and health. In: Berkman LF, Kawachi I. *Social Epidemiology*. New York: Oxford University Press; 137–173.
- Boissevain, J. (1974). *Friends of Friends*. New York: St. Martin's Press.
- Brown, G.W. & Harris, T.O. (1978). *Social Origins of Depression: a Study of Psychiatric Disorder in Women*. London: Tavistock.
- Cronbach, L.J. (1946). Response sets and test validity. *Educational and Psychological Measurement*, 6(4), 475–494.
- Deci, E.L., Ryan, R.M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- Die Bundesregierung. (2020a). Vereinbarung zwischen der Bundesregierung und den Regierungschefinnen und Regierungschefs der Bundesländer angesichts der Corona-Epidemie in Deutschland. Retrieved on June 29, 2020 from <https://www.bundesregierung.de/breg-de/aktuelles/vereinbarung-zwischen-der-bundesregierung-und-den-regierungschefinnen-und-regierungschefs-der-bundeslaender-angesichts-der-corona-epidemie-in-deutschland-1730934>.
- Die Bundesregierung. (2020b). Was bedeuten die neuen Leitlinien?. Retrieved on June 29, 2020 from <https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus/faqs-neue-leitlinien-1733416>.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Durkheim, E. (1951). *Suicide*. New York: Free Press; (Originally published 1897.)
- DW (2020). Coronavirus: What are the lockdown measures across Europe?. Retrieved on June 15, 2020 from <https://www.dw.com/en/coronavirus-what-are-the-lockdown-measures-across-europe/a-52905137>. Bonn: Deutsche Welle.
- Epley, N. & Schroeder, J. (2014). Mistakenly Seeking Solitude. *Journal of Experimental Psychology: General*, 143(5), 1980-1999.



- Faris, R.E.L. & Dunham, H.W. (1939). *Mental Disorders in Urban Areas*. New York: Hafner.
- Gross, E., Juvonen, J. & Gable, S. (2002). Internet use and well-being in adolescence. *Journal of Social Issues*, 58, 75–90.
- Hickman, P. (2013). “Third places” and social interaction in deprived neighbourhoods in Great Britain. *Journal of Housing and the Build Environment*, 28, 221-236.
- Huppert, F.A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1, 137-164.
- Jacobs, J. (1961). *The death and life of great American cities*. New York: Random House.
- Kawachi, I. & Berkman, L.F. (2001). Social ties and mental health. *Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 78(3).
- Kendall, L. (2002) *Hanging Out in the Virtual Pub*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Lavrakas, P.J. (2008). *Encyclopaedia of survey research methods*. 1<sup>st</sup> Edition. California: Sage.
- Lin, N., Ye, X. & Ensel, W.M. (1999). Social support and depressed mood: a structural analysis. *J Health Soc Behav.*, 40, 344–359.
- Marschan-Piekkari, R. & Reis, C. (2004). Language and languages in cross-cultural interviewing, in Marschan-Piekkari, R. & Welch, C. (2004) *Handbook of Qualitative Research Methods for International Business*, Cheltenham: Edward Elgar.
- Mehta, V. & Bosson, J.K. (2009). Third places and the social life of streets. *Environment and Behavior*, 42(6), 779-805.
- O’Reilly, K. (2009). *Key concepts in ethnography*. 1<sup>st</sup> Edition. California: Sage.
- Oldenburg, R. (1989). *The great good place: Cafes, coffee shops, community centres, beauty parlors, general stores, bars, hangouts, and how they get through the day*. New York. Paragon House.
- Parks, M.R. & Roberts, L.D. (1998). ‘Making Moosic’: The development of personal relationships on line and a comparison to their off-line counterparts. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(4), 517-537.
- Raibhandari, B., Phuyal, Shrestha, B. & Thapa, M. (2020). Air medical evaluation of Nepalese citizen during pandemic of COVID-19 from Wuhan to Nepal. *J. Nepal Med. Assoc. JNMA*, 58 (222).
- Ryff, C.D. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55.
- Schiffirin, H., Edelman, A., Falkenstern, M. & Stewart, C. (2010). The Associations among Computer-Mediated Communication, Relationships, and Well-being. *Cyberpsychology, Behaviour, and Social Networking*, 13(3) .

Schuler, D. (1996) *New Community Networks*. New York: ACM Press.

Sennett, R. (1977). *The fall of public man*. New York: Alfred A. Knopf.

Soukup, C. (2006). Computer-mediated communication as a virtual third place: building Oldenburg's great good places on the world wide web. *New media & society*, 8(3), 421-440.

Topp, C.W., Ostergaard, S.D., Sondergaard, S. & Bech, P. (2015). The WHO-5 well-being index: A systematic review of the literature. *Psychother Psychosom*, 84, 167-176.

Tsang, E.W.K. (1998). Mind your identity when conducting cross-national research. *Organisational Studies*, 19(3), 511-515.

Van den Eijnden, R., Meerkerk, G., Vermulst, A., Spijkerman, R. & Engels, R.C.M.E. (2008). Online communication, compulsive Internet use, and psychosocial well-being among adolescents: a longitudinal study. *Developmental Psychology*, 44, 655–65.

Walther, J.B. (1992). Interpersonal effects in computer-mediated interaction: A relational perspective. *Communication Research*, 19(1), 52-90.

WHO (2020). 2019-nCoV outbreak: first cases confirmed in Europe. Retrieved on June 18, 2020 from <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/news/news/2020/01/2019-ncov-outbreak-first-cases-confirmed-in-europe>. Copenhagen. World Health Organisation Regional Office for Europe.

Williams, S.A. & Hipp, J.R. (2019). How great and how good?: Third places, neighbor interaction, and cohesion in the neighbourhood context. *Social Science Research*, 77, 68-78.

# Appendix

## Appendix A

### Interview Structure

#### Einführung

- Konset abgeben als Einverständniserklärung
- Interview für meine eigentliche Bachelorthese an der University of Groningen
- Keine der Informationen die du mir vermittelst werden an eine Drittperson weitergegeben
- Ich verwende Synonyme für deinen Namen, daher bleibt deine Identität anonym
- Verdeutliche zunächst dass der Befragte zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Interviews das Recht hat eine Frage nicht zu beantworten oder das Interview komplett abzubrechen
- Bist du mit all diesen Maßnahmen einverstanden?
  
- Manche Fragen benötigen nur relativ kurze Antworten aber generell wäre es sehr hilfreich für mich wenn du stets so ausgiebig wie möglich antwortest. Erzähle mir ruhig Geschichten
- Zunächst benötige ich grundlegende Information über Alter und wie lange du schon in deiner jetzigen Nachbarschaft gewohnt hast
  - Im Dezember 2019 trat ein neuartiges coronavirus namens SARS-COV-2 zum ersten mal in der Stadt Wuhan auf welches sich in den kommenden Monaten äußerst schnell in der restlichen Welt verbreitet hat. Mittlerweile sind mindestens 185 Länder betroffen.
  - Der Virus resultiert in der Atemwegserkrankung covid-19 welcher im Extremfall tödliche Folgen haben kann. Europäische Länder sind von der Erkrankung besonders hart getroffen, weshalb viele Regierungen drastische Maßnahmen ergriffen haben um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. In Deutschland gelten nun schon seit einigen Wochen Kontaktbeschränkung. Zusätzlich sind etliche Institutionen wie Schulen, Kitas und auch Universitäten geschlossen. Bis auf einige wenigen Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen und weitere zentrale Einrichtungen, bleiben alle anderen Geschäfte geschlossen
  - Ziemlich extreme Situation, die unser eigenes Leben recht stark einschränken kann
- Kannst du mir kurz erklären wie du deine Tage unter Selb isolation verbringst
- Wie genau bleibst du mit deinen Freunden in Kontakt? (draußen/digital)

#### Hauptteil

- Es ist relativ schwierig momentan regelmäßig mit Freunden in Kontakt zu bleiben
- Zusätzlich sind Orte wie Cafes, Bars, Restaurants, Museen, Shops wo man sich oft mit Freunden trifft geschlossen
  
- Kannst du mir von einem Ort erzählen in dem du dich regelmäßig mit Freunden von dir triffst
- Was für ein Ort ist es genau?
- Wie oft besuchst du ihn?
- Was für Menschen triffst du dort normalerweise? (enge Freunde, normale Freunde, Bekannte, Stammgäste)
- Wie wichtig würdest du sagen, ist dieser bestimmte Ort für die Pflege dieser Freundschaften?

- Warum denkst du ist es genau dieser Ort? Was macht ihn so besonders für dich? Ist er besonders oder hast viele andere ähnliche Orte?
- Stellen wir uns vor du befindest dich gerade in diesem Ort mit besagten Freund/en, was macht ihr meistens so?
- Wie verbring ihr eure Zeit?
- Was ist die Natur der Unterhaltungen?
- Ich bin besonders daran interessiert, wie soziale Beziehungen und Dialog das eigene Wohlbefinden beeinflussen können. Wie würdest du beschreiben dass deine Treffen mit diesen bestimmten Leuten deine eigene mentale Gesundheit beeinflusst? (reduzierter Stress?)
  - Ich würde jetzt gerne wieder zurück kommen auf die Folgen der Einschränkungen des öffentlichen Lebens, welche auferlegt wurden um die Verbreitung des Coronavirus zu verlangsamen
- Inwiefern hat die Schließung besagten Ortes deine Beziehung zu den vorher besprochenen Personen beeinflusst?
- Fehlen dir bestimmte Aspekte/Dienste in deiner jetzigen Situation, die dir nicht mehr übermittelt werden können?
- Was für einen Einfluss hat die Abwesenheit besagter Orte auf deine mentale Gesundheit?
  - Das ist alles höchst problematisch und schwierig
  - Aber wir haben ja heutzutage die Möglichkeit unsere Bekannten über digitale Plattformen wie Skype und Houseparty zu sehen und zu treffen
- Wie regelmäßig hast du in letzter Zeit solche Dienste benutzt und mit was für Leuten hast du dich unterhalten?
- Wie fühlst du dich nach so einer Konversation?
- Werden bestimmte Gefühle und Gemütszustände ausgelöst welche nicht in den dritten Orten erreicht werden?
- Was nicht, was ist der unterschied zwischen dem dritten Ort und Skype? Was fehlt?

#### Ende

- Bevor wir das Interview beenden würde ich dich gerne noch fragen: Was wird die erste Sache sein die du machst sobald alle Limitationen wieder aufgehoben sind?
- Du hast hoffentlich bis jetzt eine relativ gute Idee über mein Studienthema bekommen. Gibt es noch irgendetwas das du denkst könnte wichtig sein für meine Arbeit, etwas was du noch hinzufügen möchtest?

Vielen dank!!

## Appendix B

### Angela Transcript

A [00:00:02] Jetzt ist die Verbindung schlecht. Aber jetzt ist es wieder ok. Und jetzt ist angezeigt, du zeichnest den Anruf auf.

P [00:00:11] Genau, der wird dann in den Chat geschickt, wenn wir fertig sind, den kannst du dann auch angucken, wenn du willst.

A [00:00:16] Okay.

P [00:00:16] Perfekt. Also vorher noch kurz müsste ich das sogenannte Konsentform mit dir abarbeiten. Eigentlich würde ich dir eine Art Einverständniserklärung persönlich geben. Aber das geht ja jetzt nicht, weil ich das alles online machen muss. Deswegen würde ich dir einfach die Information kurz geben zu meiner Arbeit, dann sagst du ja, damit bin ich einverstanden, und dann ist es abgehakt.

A [00:00:41] Ok ich bin gespannt.

P [00:00:41] Es ist nur ganz kurz und geht nur darum, dass, wie gesagt, das Interview Teil meiner Bachelor These ist an der Universität zu Groningen. Keine Information, die du mir vermittelt, werden an eine Drittpersonen weitergegeben. Ich verwende Synonyme, also du bleibst anonym. Und du hast natürlich zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Interviews die Möglichkeit, eine Frage nicht zu beantworten, falls es die unangenehm ist oder das Interview komplett zu beenden, falls das so kommen sollte. Also bin ich mit allem einverstanden?

A [00:01:08] Ja, ich bin mit allem einverstanden.

P [00:01:11] Perfekt. Das muss einfach mal so aus dem Weg geräumt werden. Und dann wäre es natürlich nice, wenn du auf meine Fragen so ausführlich wie möglich antworten könntest. Also je mehr, desto besser. Gut, dann lasst uns loslegen. Erste Frage ganz kurz, könntest du mir dein Alter sagen und wie lange du jetzt schon in deiner jetzigen Adresse lebst?

A [00:01:40] Ich bin 62. Und hier in Marienfelde lebe ich seit 22 Jahren.

P [00:01:51] Alles klar. Schon lange, echt. 22. Was ich sonst noch so kurz als Einführung gebracht hatte. Da muss ich aber nicht mehr viel zu sagen. Die ganze Corona Situation, ich meine Okey, seit Dezember 2019 hat sich das Virus von China aus verbreitet. Mittlerweile ist die Lage in Europa auch recht extrem, und deswegen haben sich viele Regierungen drastische Maßnahmen ausgedacht und ergriffen, um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. In Deutschland verhängen jetzt schon seit einigen Wochen Kontaktbeschränkungen, und viele Institutionen wie Schulen, KITAS, Universitäten sind geschlossen. Bis auf einige Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen sind auch die meisten Geschäfte und Shops geschlossen. Kannst du mir ganz kurz sagen, wie du deine Tage so in dieser Corona Situation verbringst?

A [00:02:51] Ich habe den Eindruck, dass ich ab heute vielleicht doch ein bisschen in einer anderen Phase bin, oder seit dem Wochenende. Ich bin im Homeoffice seit dem 15. oder 16. März. Leider digital nicht so super aufgestellt, hab zwar einen Dienstlaptop und ein Diensthandy, aber ich kam an

meine Daten nicht dran. Und ich empfinde auch nach wie vor Videokonferenzen als amputierte Kommunikation. Weil, du siehst halt immer nur die Person die spricht. Dann siehst du das Gesicht und die ganze Gestik und Mimik und alles, was die anderen Leute gucken und wie die so reagieren, da merke ich auch, das sind Kanäle mit denen ich auch immer kommuniziert habe, Informationen aufgenommen habe und so weiter. Was ich als ausgesprochen anstrengend fand, die ersten Wochen auch war auch, dass ich parallel so viele Dinge machen musste im Homeoffice, Veranstaltungen vorbereiten mit meinem Team. Und ich habe eigentlich nur Überstunden gemacht. Und dann habe ich gemerkt, dass es mir ganz schön aufs Gemüt geschlagen ist, weil diese anderen schönen Routinen wie Kaffee trinken gehen oder mal da draußen sitzen, Leute gucken und so weiter, das war ja alles weg. Und was sicherlich auch nochmal eine Rolle gespielt hat, dass am vierten Tag meines Homeoffices hat mich meine Kollegin angerufen, hat gesagt, sie hatte jetzt einen Coronatest gemacht, sie hätte Symptome. Daraufhin hat sich das bestätigt. Daraufhin hatte ich dann auch schon einen Anruf vom Gesundheitsamt. Aber ich bin dann mit dem Herrn vom Gesundheitsamt so verblieben, dass ich ein verantwortungsbewußter Mensch bin und ich darf also die Wohnung verlassen und ich kann einkaufen gehen und das fand ich ja schon sehr smart.

P [00:05:15] Ah krass, dass sie sich dann auch gleich automatisch an dich gewendet haben.

A [00:05:20] Ja ja. Also sie musste ihre Kontaktpersonen alle angeben. Freitag hat sie nen Test gemacht, Samstag Bescheid gekriegt, und Sonntag hat das Gesundheitsamt angerufen. Und die Message ging von Brandenburg, die ist in Königs Wusterhausen wohnt die da in der Nähe. Und dann hier eben an das Gesundheitsamt.

P [00:05:41] Du hast ja schon gerade erwähnt, dass viele soziale Bereiche des Lebens eingeschränkt sind, wie Cafés, Bars, Restaurants. Kannst du mir denn von irgendeinem Ort erzählen, den du persönlich oft benutzt, um Leute zu treffen. Gibt es so einen Ort wo du regelmäßig hingehst?

A [00:05:59] Na ja, ich sag mal das sind so Gegenden. Das ist so Schöneberg, Kreuzberg oder auch da wo ich arbeite am Merkischen Ufer, dann da am Ufer entlang. Also so auch diese Spontane. Und das einzige, was ich mache, ist halt mich zu sogenannten Distanz Spaziergängen zu treffen. Inzwischen habe ich ja auch hier die Eisdielen. Da gehe ich regelmäßig Kaffee trinken, andere essen Eis. Ich muss aber sagen, ich konnte es schon vorher nicht ab und jetzt kann ich es noch weniger ab. Ich finde das Pups langweilig.

P [00:06:44] Aber wenn wir uns jetzt mal die Situation angucken würden. Davor, gab es denn da irgendein spezifisches Geschäft sozusagen, ein spezifisches Café? Es muss auch kein Café sein, sondern es könnte auch ein Museum sein oder irgendeine Art Institution.

A [00:07:03] Nee das ist so der Mix. Ich habe so zwei, drei Orte in Kreuzberg, das ist so in der Nähe von der Markthalle und was ich eben auch gerne gemacht habe, ich wusste das gar nicht, ich habe das durch Corona erst erfahren, dass ich einmal regelmäßig morgens um acht Dienstags zum Sport gegangen bin. Das ist weggefallen. Die Trainerin hat zwar ihre YouTube Videos reingestellt. Da hab ich erst mal gemerkt, wie wichtig mir das ist. Zumal ich das überhaupt nicht auf die Reihe gekriegt habe, das auf irgendeine Art und Weise in meinen Alltag einzubauen. Ja und diese spontanen Sachen. Direkt nen Ort fällt mir eigentlich nicht ein, weil ich so in gesamt Berlin unterwegs bin, auch in Adlershof und Alt-Moabit. Ich bin da jetzt nicht so festgelegt.

P [00:07:58] Okay, aber es kann ja gut sein, dass du jetzt nicht einen spezifischen Ort hast, den du oft aufsuchst, sondern, wie gesagt, die große Anzahl an Möglichkeiten ausnutzt, die es hier in Berlin gibt. Aber um dich jetzt genau sozial mit Leuten zu treffen, da gibt es ja bestimmt schon gewisse Arten von Orten, dann wie gesagt. Also du läufst dann rum um dich mit Freunden zu Treffen oder suchst ein Cafe auf?

A [00:08:26] Ja das Cafe. Oder ich habe mich mit einer Person, wir haben auch so bestimmte Stadtteile erkundet, spaziergangmäßig und dann eben ein Cafe aufgesucht. Dann habe ich wieder andere Freunde, mit denen man schön essen war in Kreuzberg. Meine letzte Erinnerung und das war sehr schön. In dem Essrestaurant 'Mädchen ohne Abitur'. Das ist vielleicht ein bisschen diskriminierend, aber schmeckt mega lecker.

P [00:09:11] Was waren das für Leute, speziell, mit rumzulaufen? Waren das enge Freunde gewesen oder Bekanntschaften?

A [00:09:17] Naja mit denen wir essen waren das sind Leute tatsächlich, genau, Bastian ist ja jetzt 24 Jahre alt und ist in die Krippe gekommen, da war er ein Jahr, und da hat er Caspar kennengelernt. Caspar ist genauso alt wie er. Wir haben uns gut mit seinen Eltern verstanden und Caspar und Bastian wurden Freunde. Und wir haben ja, als Bastian zwei war sind wir hier hergezogen. Aber wir haben den Bastian immer noch in seine alte Kita gebracht und die waren weiter befreundet. Und dann haben wir die Kinder auch immer zusammengebracht und wir hatten auch unseren Spaß und das sind diese Eltern.

P [00:10:13] Also schon recht gute Freunde auf jeden Fall. Ich meine ihr kennt euch dann ja schon seit ner Weile jetzt.

A [00:10:18] Ja.

P [00:10:18] Also nehme ich an, dass ihr euch auch ab und zu bei euch zuhause trifft? Das sind jetzt nicht Freundschaften die nur außerhalb gepflegt werden, in Cafés. Sondern man kennt sich auch schon gut genug mittlerweile, um zusammen mal Abendessen zu haben?

A [00:10:42] Na jetzt nicht, nee.

P [00:10:42] Nee alles vor Corona jetzt sozusagen.

A [00:10:42] Ja wobei es so ist, dass wir eigentlich immer sehr gerne nach Kreuzberg fahren. Weil Marienfelde einfach, ich finde es nett hier zu leben aber der Burner ist es jetzt nicht. Ich sage immer es ist wo so eine Ferienwohnung hier. Und Kreuzberg finde ich spannend, und wir gehen dann auch zu denen nach Hause- Und gehen dann auch da nochmal in eine andere Kneipe. Und die haben auch nicht so einen Bock hier her zu kommen. Und ich bin ja auch keine Star Köchin.

P [00:11:17] Ach echt?

A [00:11:18] Nein, bin ich nicht. Ich glaube die waren ein paar Mal da, wenn die Kinder, um Caspar zu bringen oder abzuholen.

P [00:11:27] Nicht nur auf diese einen Freunde bezogen, sondern generell, wie oft würdest du sagen, dass du dich in der Stadt triffst mit Freunden? So wöchentlich, monatlich?

A [00:11:43] Na wöchentlich... also mit oder ohne Familie.

P [00:11:52] Nö sagen wir mal ohne Familie?

A [00:12:02] Bestimmt zwei bis drei mal.

P [00:12:02] Und dann jedes mal andere Orte?

A [00:12:02] Ja.

P [00:12:02] Was denkst du, warum hast du keinen Stammplatz? Hast du dir nie Gedanken darüber gemacht, dass du?

A [00:12:09] Nee habe ich ehrlich gesagt nicht. Vielleicht, weil ich interessiert bin, anderes kennenzulernen. Vielleicht, wir sind ja oft umgezogen. Und ja, ich finde es halt eintönig wenn man sich immer an der gleichen Stelle trifft. Das finde ich nicht interessant. Und zumal ja auch, manche Orte, da ist es ein bisschen ruhiger, wenn du das mal haben willst. Manche Orte, da sind unterschiedlichste Leute. An welchen Orten schmeckt der Kaffee besonders gut, schmeckt das wieder gut. Ja man geht halt...

P [00:12:55] ... wie man sich fühlt. Unterschiedliche Orte, um unterschiedliche Gemütszustände unterstützen zu können.

A [00:13:01] Ja genau!

P [00:13:01] Was, über den Gemütszustand zu reden, was macht es denn so mit dir, wenn du die Zeit findest um dich mit Freunden zu treffen, Kaffee zu trinken? Wie fühlst du dich? Was hat das für ein Effekt auf dein mentales Wohlbefinden?

A [00:13:23] Eigentlich immer ein sehr gutes. Ich sage jetzt mal, die Stufen 0 bis 10 und ich sage mal wenn das perfekt mit meiner Stimmung alles passt, dann kann das zwischen 8 und 10 sein. Aber es ist auf jeden Fall immer über 6, 7. So in der Art.

P [00:13:48] Es ist gut, dass du mir so eine Wertestellung gleich gegeben hast.

A [00:13:48] Ja es ist sehr unterschiedlich. Und es kommt auch drauf an mit welchen Leuten ich mich treffe. Ich treffe mich zum Beispiel mit, einem Patenkind, die ist 32 oder 33 Jahre alt. Die ist ein ganz besondere Mensch. Und wenn wir uns treffen, dass lassen wir uns auch, dann können wir uns so gehen lassen. Und dann fühlt sich das manchmal wie zwei, drei Stunden Urlaub an.

P [00:14:23] Entspannung, sozusagen?

A [00:14:30] Ja, aber nochmal so ziemlich speziell. Und das kann ich jetzt nicht immer ab, aber ist in Ordnung. Und deswegen sage ich ja, es kommt immer drauf an, was es für Leute sind. Ja, also es kommt drauf an.



P [00:14:50] Ich studiere jetzt ja Geografie, das weißt du ja, deswegen versuche ich da immer, die geografische Dimension genau zu verstehen. Beides ist wichtig für mich, die Freundschaften, die über die Orte entstehen. Und du meinst jetzt, viele dieser Freundschaften sind auch unterschiedlich, mit manchen redest du mehr, mit anderen ist es mehr entspannt. Würdest du sagen, dass die Orte diese Natur der Beziehung ein bisschen reflektieren?

A [00:15:27] Ja, das könnte ich so bestätigen. Ich sage jetzt einfach, zum Beispiel wenn ich mich mit Miriam treffe, zu diesen zwei, drei Stunden Urlaub, da sind wir oft in der Natur unterwegs. Miriam mag das und ich mag das auch, und dann sind wir irgendwo am Ufer oder in irgendeinem Park und so weiter, und da könnte ich mich aber nie mit diesen anderen Freunden treffen, also die Eltern von Caspar. Das passt überhaupt nicht. Und Lothar ist ja auch immer dabei und da passt das auch nicht. da trifft man sich einfach in der Kneipe. Zu denen könntest du auch nicht sagen, guck mal dieses schön bunt gefärbte Blatt. Du guckst auf ganz andere Dinge, nimmst andere Dinge wahr. Doch, das kann man schon so sagen. Das ist schon eng verknüpft, und bei manchen gibt es vielleicht auch ne Kombi. Aber ich sage mal, was das Intensive betrifft, es ist wirklich mit Orten verknüpft. Das kann ich bestätigen.

P [00:16:35] Menschen benötigen Variabilität, um viele unterschiedliche Interessen sozusagen auszufüllen. Jetzt, wo die ganzen Orte geschlossen sind oder die Cafés, Bars, in welcher Weise hat dies denn deine Beziehungen zu diesen Leuten beeinflusst?

A [00:16:59] Man trifft sich weniger. Es ist eben auch aufwendiger, man überlegt wie man da hinkommt und so weiter. Ich sage jetzt mal so, besagte Miriam, die hatte vor zehn Tagen Geburtstag, da haben wir etwas gemacht, was ja eigentlich nicht ganz richtig erlaub war. Da haben wir uns getroffen, also ich bin nach Schöneeweide gefahren. Und da ist halt in der Mitte von der Straße ein großer Grünstreifen, und dann haben wir uns da getroffen, ich habe bei ihr geklingelt, dann ist sie runtergekommen, mit einem Tablett, Kaffee und Kuchen. Und dann haben wir uns auf diese Parkbank gesetzt. Eine recht uns eine links, und dann haben wir versucht ein bisschen Geburtstag zu feiern. Aber es ist ja dann nichts Halbes und nichts Ganzes. Da kommt dann auch so ein netter Mitbürger irgendwann, und sagt, ja nur 20 Minuten, und ich bedanke mich dann. Und das andere ist eben ja, du läufst halt mit 1,5 Meter Abstand nebeneinander her. Also es ist nicht natürlich und du hast ständig das Regelwerk im Kopf.

P [00:18:28] Und andere Freundschaften? Gibt's irgendwelche wo du dich wirklich gar nicht mehr mit denen triffst? Leute, mit denen du vorher zum Beispiel in eine Bar gegangen bist regelmäßig, oder dich in einem Cafe getroffen hast?

A [00:18:41] Ja, ja, ja. Ich muss auch sagen, dass hat auch damit was zu tun, dass ich nicht mehr so viel Lust habe zu telefonieren, und so. Oder sich eben nur mit diesem Medium in Verbindung zu setzen, weil es mir echt reicht vom Homeoffice. Wenn du da am Tag zwei Konferenzen gehabt hast, es stinkt dich dermaßen an, ewig auf der rein verbalen Ebene miteinander zu kommunizieren. Es nervt. Und ansonsten kannst du spaziergänge machen.

P [00:19:19] Es tut mir leid, dich jetzt trotzdem zusätzlich nochmal über Skype interviewen zu müssen.

A [00:19:20] Nein, das ist doch etwas ganz anderes. Ich habe am Sonntag auch mit Terra wieder geskyped, in der Schweiz. Also das ist was ganz anderes.

P [00:19:28] Alles klar. Was ich jetzt interessant finden würde, du meinstest ja die Miriam, ihr lauft ab und zu auch einmal durch einen Park, sozusagen. Und das klingt jetzt nicht, als ob eure Beziehung wirklich an einen spezifischen Ort gebunden wäre. Und ihr trefft euch ja auch unter Corona immer noch. Denkst du, dass die Freundschaften, die mehr gebunden sind an Orte wie Bars, Cafés, dass es sein könnte, dass dadurch, dass diese Orte nicht mehr verfügbar sind, jetzt halt auch eure Beziehung nicht mehr so stark gepflegt wird, wie die zu Miriam zum Beispiel. Oder liegt es einfach daran, wie eng du mit Miriam bist und wie eng du zu diesen anderen Menschen bist?

A [00:20:10] Nee, das hängt in jedem Fall damit zusammen. Weil, wenn du dich in einer Bar triffst oder im Café oder sonst was, das kann dann ein Treffen sein von einer Stunde. Du triffst dich ja nicht nur mit der Person, sondern du besuchst ja auch sehr gezielt diesen Ort. Das mache ich jetzt mit Miriam natürlich auch oder mit den anderen, dass wir gezielt dann da spazieren gehen oder da. In Johannisthal oder in Adlershof oder in Mitte an der Spree. Aber letztendlich, wenn die Beziehungen tiefer sind, dann musst du dir was überlegen. Zum Beispiel auch das Beispiel mit Bastian. Wir sind bei Bastian zu Hause in Alt-Moabit, weil er kommt auch hierher mit seiner Freundin. Und da ist eben auch was passiert und so, und da sind wir uns sehr nahe gekommen, und damit war die Sache erledigt. Da haben wir jetzt nicht mehr gesagt, wir sind in zwei unterschiedlichen Haushalten. Das mache ich aber auch nur bei Personen, von denen ich weiß, dass die eben auch drauf achten 1,5 Meter Abstand etcetera.

P [00:21:34] Wobei Bastian ja jetzt auch dein Sohn ist.

A [00:21:42] Ja aber bei Robin ist es nicht so. Wenn wir uns mit Robin und Anja und unsere Enkelin Emilia treffen, dann gibt es keine Umarmung und so. Nix.

P [00:22:02] Denkst du, dass die fehlende Möglichkeit, wie gesagt, du triffst dich auch viel in der Natur, und bist jetzt nicht so angewiesen auf diese Orte. Aber der Fakt allein, dass du trotzdem diese Orte nicht mehr aufsuchen kannst, denkst du das hat jetzt wiederum Effekte auf dein mentales Wohlbefinden? Ich habe dich vorher gefragt, ob du denkst, dass es generell was mit dir macht. Jetzt bist du ja in einer Situation, wo du nicht mehr darauf Zugriff hast, spürst du da irgendwas?

A [00:22:32] Ja, also ich kann bestimmte Dinge einfach nicht mehr ausleben.

P [00:22:40] Wie zum Beispiel?

A [00:22:41] Naja, eben frei, spontan, oder auch meinentwegen drei Tage vorher, sich zu verabreden. Das hat schon dazu geführt, dass ich selber, ich nenne es jetzt einfach mal Antriebslos wurde. Beispielsweise mein Balkon, ich habe glaube ich zwei, dreimal versucht, in irgendeinen Blumenladen oder was weiß ich, irgendwo hier Blumen für den Balkon zu kaufen. Ich hatte keinen Bock und ich hatte keine Idee. Und ich könnte ja hier tausend Sachen machen zuhause. Es ist ja nicht so, hier gibt es viel, was man ausmisten kann und so weiter. Das geht an mir vorbei. Ich kann mich dazu nicht motivieren. Also mir fehlt Energie einfach.

P [00:23:36] Und du denkst, du hättest diese Energie gefunden, wenn du dich weiterhin mit Leuten treffen könntest?

A [00:23:40] Ja. Auf jeden Fall, wenn ich mich treffen könnte. Und vor allen Dingen, wenn ich auch arbeitsmäßig einen Arbeitsweg habe. Also ich fahre morgens hin und dann fahre ich zurück. Und dann wenn ich weg fahre, dann ist in 90 Prozent der Fälle auch wirklich abgeschaltet. Manchmal gibt es vielleicht schwierige Situationen, dann arbeite ich vielleicht nochmal weiter, weil es mich beschäftigt und so weiter. Und jetzt fließt das alles ineinander über. So und wenn das ineinander überfließt, dann hast du keine richtige... Naja Privatsphäre hast du schon, aber das ist nicht die Privatsphäre, die mit einem großen Maß an Selbstbestimmung auch verbunden ist. Die ist ja völlig eingeschränkt, diese Selbstbestimmung und man muss sich halt danach richten.

P [00:24:36] Was mir oft erzählt wurde, war dass diese Orte wie Cafés, Bars, wo man sich echt nur mit Freunden trifft, um eine gute Zeit zu haben. Diese Orte sind dann sozusagen nur lediglich mit einer guten Laune verbunden. Also du gehst halt hin, und wenn es dir nicht mehr Spaß macht, gehst du halt wieder.

A [00:24:58] Ah nee, gute Laune habe ich sonst auch. Ich kann auch gute Laune in der BVG haben, also das ist jetzt nicht darauf angewiesen. Ich kann auch schlechte Laune haben. Aber es ist natürlich schon so, dass ich, also außer ich ärgere mich da über irgendwas, oder ich bringe schon schlechte Laune mit. Aber das sind nicht die Träger. Also auf keinen Fall.

P [00:25:25] Alles klar, interessant. Sonst kannst du mir, hattest du jemals überlegt, mit Leuten, mit denen du dich jetzt nicht triffst, die du vorher getroffen hattest um in Bars zu gehen, was auch immer, mit denen zu telefonieren, zu skypen, um den Kontakt weiterhin am Leben zu halten?

A [00:25:42] Nee. Einfach, weil ich aus der Erfahrung vom Homeoffice merke, das ist nicht die Form von Kontakt, die ich haben möchte. Also im Homeoffices ist es ja auch so, wir hatten heute halt auch, wir hatten montags immer Besprechung im Büro gehabt, und das war immer, nicht, dass ich da immer große Lust drauf gehabt hätte, aber man hat die Leute gesehen. Man hat mitbekommen, so ein bisschen dies oder jenes und so weiter. Das fällt ja alles weg. Ich kriege nur 50, 60, 70 Prozent von den anderen Personen mit. Weil das andere ausgeklammert ist. Ich denke, wenn es jemand ist, den ich schon ganz lange kenne, vielleicht eine Person die ich auch lange nicht gesehen habe. Es gibt ja auch so Personen, die hast du ein Jahr lang nicht gesehen, dann siehst du die und dann hast du das Gefühl wir haben uns erst vor ein paar Tagen gesehen. Da ist es kein Problem zu telefonieren. Aber macht eigentlich auch nicht Spaß. Ich bin immer noch sauer.

P [00:27:03] Sauer?

A [00:27:09] Ja das macht mich schon wütend. Also das muss ich schon sagen, ich bin auf diese Pandemie schon sauer. Also wenn ich mir vorstelle, jetzt nächstes Wochenende wären wir nach Frankfurt gefahren um den 50. zu feiern. Und was wir alles vor hatten.

P [00:27:34] Ah jetzt hatte ich gerade ne Frage wieder im Kopf. Jetzt habe ich es vergessen. Ach ja genau. Die Freundschaften, die du jetzt gerade nicht mehr unbedingt mit Telefonaten am Leben hältst, siehst du das als wirklich gefährlich bezüglich der Freundschaft an? Oder denkst du, nee die wissen genau, warum wir jetzt gerade keinen Kontakt haben. Die Situation ist für alle gerade ein bisschen schwierig. Sobald die ganze Corona Situation wieder vorbei ist, werden wir ohne Probleme wieder da anknüpfen können, wo wir uns verlassen haben?

A [00:28:12] Ja denke ich schon. Ich bin da eigentlich optimistisch. Nee ich bin da optimistisch, ich denke schon, dass man da wieder anknüpfen kann. Nur manchmal frage ich mich, wann das alles überhaupt möglich sein wird? Ich meine vermute ich auch keinen Bock mich zu treffen. Ich meine Mundschutz ist ja eine Art von Vermummung, von daher.

P [00:28:47] So als kurze Abschlussfrage, was wäre denn die erste Sache, die du tun würdest, sobald die ganzen Regulation wieder aufgehoben werden? Falls es denn so ein Tag geben sollte, an dem die Regierung beschließt, alles ist wieder erlaubt.

A [00:28:59] Wie sehe mein erster Tag aus. Ich glaube, ich wäre kreuz und quer unterwegs. Ich würde halt auch versuchen, mich mit vielen Leuten zu treffen an dem Tag. Vielleicht wäre es auch ganz anders, dass ich sage, dass ich jemanden überredete, mit mir ans Meer zu fahren, an die Ostsee. Ich werde nur draußen. Ich wäre nur draußen.

P [00:29:36] Und ich meine draußen sein momentan geht ja eigentlich auch nicht. Es ist ja auch nicht erlaubt. Ich höre halt von vielen Menschen, die dann halt doch rausgehen. Die können dann nur nicht zu den Cafés, Bars, zu den Geschäften. Aber draußen bewegen tun sie sich trotzdem. Aber das machst du nicht? Nee?

A [00:29:51] Nee, das reizt mich nicht. Also wie gesagt, ich gehe schon hier mal dann, weil ich denke, ich muss mich bewegen. Aber für mich ist dieses Rausgehen als Mittel zum Zweck, damit ich mal einen Fuß vor den anderen setze. Es macht mir keinen Spaß.

P [00:30:09] Aber nehmen wir mal an, ganz hypothetisch, dass es erlaubt, sich draußen mit Freunden zu treffen. Nur die Geschäfte bleiben geschlossen. Die Freundschaften wie Miriam, aber sagen wir auch die Freundschaften, mit denen du normalerweise in Bars gehst nur, denkst du, du würdest dich mit diesen Freundschafts treffen, um draußen spazieren zu gehen? Oder würdest du sagen, nee, da passt eigentlich nur die Umgebung dazu, zu dieser Freundschaft?

A [00:30:38] Na ja, die gesamte Straßenumgebung. Also es muss Leben auf der Straße sein. Also es muss Leben auf der Straße sein und sonst..

P [00:30:45] Und wenn das der Fall wäre, dann würdest du das aber machen auch?

A [00:30:57] Joa. Da wäre ich draußen. Ich glaube für ein paar Tage oder so, immer mal wieder. Da würde ich mir sofort Urlaub nehmen und ich wäre unterwegs. Das muss ich wirklich sagen. Gut aber das wird ja nicht eintreten und es geht halt auch darum, sich da auch ein bisschen von frei zu machen. Obwohl, nachdem was ich gestern mit meiner Cousine da nochmal besprochen hatte, die dann meinte, naja man würde jetzt mal untersuchen, welche Nachwirkungen das hat, wenn du mal, diesen CORVID-19 gehabt hast.

P [00:32:07] Ich meine, ich habe auch gelesen, dass jetzt darüber diskutiert wird, ob der Virus, wenn man einmal krank gewesen ist, ob dich das immun macht oder nicht. Aber ich glaube, dem soll nicht der Fall sein.

A [00:32:19] Nee, es geht um Nachfolgeerkrankungen. Also es geht darum, dass die Leute die Symptome hatten, also mit den verschiedenen Schweregraden die es gibt, dass man die halt weiterhin zehn Jahre lang beobachtet, ob sich das darauf auswirkt, ob sie prozentual mehr Herz-

Kreislauf-Erkrankungen haben, prozentual mehr Lungenerkrankungen oder Schlaganfällen. Und das einzige das ich weiß von jemanden, ist dass diejenigen, die wirklich mit Lungenentzündungen und so weiter im Krankenhaus gewesen sind. Die machen dann CTs, dass dann die Lunge anders aussieht als bei anderen Lungenerkrankungen. Also es ist einfach ein anderes Genusungsbild. Also die werden ja als geheilt entlassen, aber es ist ein anderes Bild. Das soll so sein. Andererseits denke ich mir, so ist das Leben und das gehört auch einfach mit dazu. Jetzt wird man mit der Nase halt direkt drauf gestoßen. Und ich meine wir haben natürlich das Glück wie die Made im Speck zu leben, finde ich.

P [00:33:43] Ich denke auch, dass wir da noch, also ich meine die ganze Situation ist recht gefährlich und extrem, aber wir haben da wirklich noch das Glück, glaube ich, dem hinsichtlich sehr privilegiert zu sein. Wir müssen uns nicht um Mietkosten kümmern, die vielleicht nicht bezahlt werden können, oder Jobs, denen nicht nachgegangen werden können. Ich habe da auch schon ganz andere Storys gehört. Um das Interview kurz abzuschließen. Ich meine, du hast jetzt ein relativ gutes Verständnis über das Thema, worüber ich schreiben werde. Es geht um, wie gesagt, diese dritten Orte heißen sie und wie sie Freundschaften beeinflussen können und wie diese dann wiederum das eigene Wohlbefinden beeinflussen. Gibt's denn da in der Hinsicht noch irgendetwas, was du denkst, was mich interessieren könnte, was du gerne erwähnen wollen würdest?

A [00:34:42] Nein, eigentlich nicht. Also ich merke halt, dass so für mich andere Orte wichtig sind. Wichtiger sind für mich dort die Menschen. Wenn ich jetzt an den Sport denke, ich hätte nie gedacht, dass für mich der Ort als Treffpunkt wichtig ist, um diese Menschen zu treffen, um da mit ihnen den Sport zu machen. Es ist das, was mir total fehlt, obwohl ich mit denen überhaupt gar keinen Kontakt habe. Das sind keine Freunde oder so. Und das ist für mich dann auch das echte Zusammensein, das echte Leben und alles, was ich digital erfahre. Also mit dir skype oder auch Telefonie oder was weiß ich. Da fehlt mir einfach etwas.

P [00:35:30] Aber es ist schwierig zu verstehen, was genau diese fehlende Komponente ist.

A [00:35:37] Ja, naja, für mich ist es so, dass meine Kommunikation speist, sich eben aus unterschiedlichen Sinneskanäle sag ich jetzt mal. Also nicht nur das Verbale, also nicht nur die Kodierung durch die Wörter, jetzt sehe ich dich noch, sondern es sind die Gerüche. Es ist das Ambiente drumherum, lass es auch, sagen wir mal, es gibt ja zum Beispiel ein Restaurant, da war ich jetzt schon lange nicht mehr, die haben eine ganz tolle Sitzbank, weil die so toll bearbeitet ist. Das Holz ist schön. Ja also das sind alles so Elemente, die ich aufnehme, ja und das fehlt mir halt. Und auch, wenn ich unterwegs bin, ich bin da auch visuell sehr stark unterwegs. Und es ist halt einfach immer eindimensional, was mit eine Kamera eingefangen wird und es ist halt auch bestimmt durch die Person, die halt durch den Sucher guckt. Das ist eine sehr eingeschränkte Kommunikation, weil eben ein, zwei Sinneskanäle besetzt werden. Ich sehe das halt biologisch. So erkläre ich mir das.

P [00:37:02] Ok perfekt. Dann beende ich die Aufzeichnung mal jetzt schnell.

### **Dwight Transcript**

P [00:00:01] Alles klar. Jetzt geht's los! Bevor ich anfrage dich irgendwelche Fragen zu fragen, müsste ich kurz das Konsentform durcharbeiten. Das wäre eine Art Papier, was ich dir normalerweise einfach physikalisch geben würde. Das würdest du dir durchlesen, es beinhaltet Informationen darüber, über was ich meine Forschung treibe. Dann sagst du zum Schluss, ja hiermit bin ich einverstanden. Das können wir jetzt aber nur digital machen, deswegen werde ich dir das jetzt aber

nur einmal vorlesen, kurz. Und du sagst dann, ob es in Ordnung für dich ist oder nicht. Also es geht eigentlich nur darum, wie gesagt, das Interview ist jetzt Teil meiner eigenen Bachelorthese an der Universität Groningen. Keine der Informationen, die du mir vermittelt, werden an irgendeine Drittperson weitergegeben. Ich verwende ein Synonym für deinen Namen, also deine Identität bleibt auch anonym. Und falls du irgendwann innerhalb des Interviews mal keine Lust haben solltest, eine Frage zu beantworten, falls es dir unangenehm ist, falls du das ganze Interview abbrechen möchtest, dann ist das natürlich auch kein Problem. Bist du mit all dem einverstanden?

D [00:01:05] Ja.

P [00:01:05] Ok. Dann noch vorne weg, wäre es sehr hilfreich, wenn du auf die Fragen so ausführlich wie möglich antworten würdest. Erzähle mir ruhig irgendwelche Geschichten, falls dir etwas dazu einfällt. Ok, allererste Frage vorneweg, kannst mir kurz dein Alter sagen und wie lange du jetzt schon in der Gegend wohnst, in der du momentan wohnst.

D [00:01:33] Ich bin 39 und wohne seit 2011 hier in Sindelfingen.

P [00:01:38] Alles klar, super! Und dann als kurze Einführung ich muss dazu wahrscheinlich nicht mehr so viel sagen, ich meine über die ganze Corona Situation bist du dir bewusst. Europa hat es besonders hart getroffen. Deswegen haben viele europäische Regierungen recht drastische Maßnahmen ergriffen, um die Ausbreitung zu verlangsamen. In Deutschland erhängen schon seit einigen Wochen Kontaktbeschränkungen. Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten sind geschlossen. Bis auf wenige Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen bleiben auch die meisten Geschäfte geschlossen. Kannst du mir erzählen, wie du deine Tage so unter der Corona Situation verbringst?

D [00:02:25] Die Wochentage wenn ich arbeiten muss, verbringe ich so, dass ich morgens aufstehe zwischen sechs und sieben. Dann arbeite ich meistens eine bis zwei Stunden irgendwo dazwischen. Dann kümmere ich mich um mein Sohn, bis circa elf Uhr. Dann setze ich den vor ein Hörspiel, weil dem wird schnell langweilig. Und dann koche ich was. Dann essen wir. Und dann gehe ich runter und meine Frau kommt dann hoch und kümmert sich um unseren Sohn, bis circa 18 Uhr. Dann machen wir Abendessen. Dann machen wir mit dem Kleinen, noch je nachdem wie das Wetter gerade ist irgendwelche Aktionen draußen; Fahrradfahren. Und gegen halb acht, acht geht dann die Zu-Bett-Geh-Phase los. Das heißt, ich lese ihm zwischen ein und drei Geschichten aus einem beliebigen Buch vor, danach ziehe ich ihm seinen Schlafanzug an, und dann bringe ich ihn in sein Bett, und gegen Viertel vor neun bin ich dann fertig mit der Prozedur. Dann kann ich nochmal ne Stunde was arbeiten. Es kann aber auch passieren, dass ich mich einfach nicht vor dem Fernseher setze mit meiner Frau, oder ein Glas Wein trinke. Je nachdem.

P [00:04:03] Perfekt. Das war ja doch recht detailliert dann. Was diese ganzen Geschäfte angeht, die jetzt, wie gesagt, geschlossen sind, Restaurants, Bars, Cafés, Shops, Museen. Oft verwendet man diese Orte speziell, um mit Freunden, Bekanntschaften in Kontakt zu bleiben, sich dort zu treffen. Kannst du mir denn von einem Ort erzählen, du hast ja schon was erwähnt gehabt, einen Ort wo du dich regelmäßig mit Freunden triffst?

D [00:04:29] Ich treffe mich regelmäßig in der Kletterhalle, mit Freunden. Ich habe aber auch im Sommer, gerade mit Freunden, schrägstrich Arbeitskollegen, öfter mal in der Stadt, auch in nem Restaurant oder so, getroffen, wo wir abends mal ein bisschen Zeit miteinander verbringen. Aber

regelmäßig wirklich, Montag, Freitag ist eigentlich Klettern, teilweise mit Freunden, teilweise mit Arbeitskollegen.

P [00:04:56] Dann erzähle mir mal ein bisschen mehr über diesen Kletterort. Was genau ist das für ein Ort? Du meinstest schon du gehst da ein, zweimal die Woche hin.

D [00:05:04] Es ist eine Kletterhalle, die gehört dem Deutschen Alpenverein. Das ist man normalerweise, aber wir wechseln auch ab und zu. In der Regel ist es in Stuttgart, Waldau, die Kletterhalle des Deutschen Alpenvereins. Im Prinzip läuft der Abend in der Regel dann so, dass Treffpunkt um acht ist. Die Kollegen sind teilweise single, das heißt, sie würden sich eigentlich gern früher treffen. Ich mache es aber so, dass ich erst mal von der Arbeit, also in regulären Nicht-Corona-Zeiten, komme, ich quasi von der Arbeit nach Hause, dann essen wir nochmal zusammen mit der Familie, dann verbringe ich ein bisschen Zeit mit dem Kleinen, und die Abendprozedur, also Vorlesen und ins Bett bringen, macht dann die Ariane. Und ich steige gegen halb acht ins Auto und fahre dann in die Kletterhalle und bin dann je nach Verkehrslage normalerweise gegen zehn nach acht umgezogen, in der Halle. Die Halle sieht so aus, man kommt da rein, da ist links ein Tresen, da kann man dann später auch noch ein Bier trinken, nachdem man geklettert ist.

P [00:06:16] Und das macht ihr dann auch regelmäßig? Ein Bierchen trinken?

D [00:06:17] Das machen wir regelmäßig dann auch. Da komme ich gleich noch dazu. Dann geht man, da musst du dich da anmelden und 5 Euro zahlen in meinem Fall. Dann geht man hoch in die Umkleide, zieht sich um, zieht seinen Klettergurt an und so weiter, geht runter, sucht seine Kumpels, oder die Truppe mit der man sich halt verabredet hat, und dann nimmt man sich einen raus. Den Abend verbringt man dann mit dem, weil normalerweise wechseln wir dann nicht noch extra durch. Es wird dann so bis um zehn, halb elf geklettert abends. Und danach geht man eben ein bisschen dehnen, ein paar Klimzüge machen oder so. Und dann geht man eben duschen und setzt sich unten noch hin und trinkt noch ein Bierchen. Und je nachdem ob das jetzt ein Montag oder ein Freitag ist geht dass dann gerne mal bis elf, halb zwölf, wo man dann da sitzt. Und danach dann wieder nach Hause, genau.

P [00:07:13] Sehr entspannt! Was genau sind das für Leute? Wie viele sind es? Und sind es wirklich enge Freundschaften von dir oder würdest du sagen das sind wirklich deine Kletterleute sozusagen? Also euer Kontakt beschränkt sich aufs Klettern.

D [00:07:27] Ja, also ich habe das ja angefangen, 2007 schon, da war das eine relativ große Truppe, und es waren sehr viele Leute, die auch alle bei Daimler arbeiten. Die haben alle dort in der Halle einen Kletterkurs gemacht und die Klettergeschichte hat ein bisschen angefangen in der Zeit. Viele Leute haben einen Kletterkurs gemacht und ausgewählte Leute, die der Kletterkurs-Betreiber der Klaus, die der gut fand, die hat er dann auch in diese Anschlussgruppe gelotst, und dann hat man so eine Gruppe gehabt, mit der man auch Ausfahrten machen konnte. Also dann nach Südfrankreich oder wo auch immer, wo man schön klettern kann draußen. Sowas hat er auch gerne organisiert, solche Geschichten. Und ich einfach mal hin ich bin an einem mutigen Abend und meinte, ich brauche mal eben eine Truppe, weil ich war ja allein in Stuttgart damals. Ich habe ja niemanden gekannt richtig. Ich brauche jemanden mit dem ich klettern kann und da haben die mich an diesen Klaus verwiesen...

P [00:08:48] Ich höre gerade nichts. Ich glaube, die Verbindung ist gerade ein bisschen hängen geblieben. Hörst du mich?

D [00:08:50] ...

P [00:08:50] So jetzt sehe ich dich wieder ein bisschen. Ich glaube die Verbindung war nicht so gut. Aber ich bin eigentlich direkt neben dem Router. Kannst du irgendwie, ist deine Verbindung ok?

D [00:09:42] Gut?

P [00:09:54] Ja ich glaub es ist ein bisschen besser. Aber es ist alles nicht wirklich ideal. Sag nochmal was kurz jetzt.

D [00:10:09] Hallo? Geht es so besser? Zumindest in dein video schonmal besser.

P [00:10:42] Ja, also ich verstehe dich jetzt besser wieder auch. Wollen wir das so mal probieren, geht das für dich?

D [00:10:55] Ja das geht.

P [00:10:55] Alles klar, super. Ok. Also die letzte Sache, die ich noch gehört hatte war, du bist dann zur Gruppe hin, weil du alleine warst in Stuttgart.

D [00:10:59] Genau. Die haben mich aufgenommen. Und dann haben wir relativ viel zusammen gemacht. Ich habe dann auch 2008 meine Frau da kennengelernt, und dann haben wir relativ viele Ausfahrten auch gemacht. Eigentlich jedes Frühjahr und jeden Herbst, waren wir unterwegs mit den Leuten. Genau, und heute ist es aber so, dass viele von denen inzwischen draußen sind. Es gab dann noch eine parallele Truppe, die von der Firma IBM dort war. Die haben aber bei IBM gearbeitet und sich darüber organisiert zum Klettern. Und da unserer beider Gruppen so ein bisschen geschrumpft sind, sind wir dann zusammengewachsen. Und jetzt ist es so eine gemischte Truppe aus Elementen von uns und Elementen von denen, und da kommen wieder private Kontakte hinzu. Eine irgendwie interessante Truppe.

P [00:11:54] Und triffst du dich mit manchen von diesen Menschen auch unabhängig vom Klettern?

D [00:11:58] Ja.

P [00:11:58] Was macht ihr dann so zusammen?

D [00:12:05] Entweder wir gehen einfach mal was trinken, abends, in Stuttgart irgendwo in einer Kneipe. Ich war auch schon mit vielen, von denen schon Silvester gefeiert oder Geburtstage gefeiert, und so. Oder wir waren im Urlaub zusammen.

P [00:12:18] Also man lädt sich auch ruhig zu Hause mal ein?

D [00:12:23] Ja, ja, ja. Unsere Kids spielen auch zusammen ab und zu, mit einem Pärchen.



P [00:12:27] Und was würdest du sagen? Wie wichtig wäre denn der Kletter Ort oder die ganze Aktivität des Kletterns für die Pflege eurer Freundschaft?

D [00:12:40] Ich glaube die erhält sich auch so. Es kommt jetzt auf die Leute an. Weil teilweise erhält sich so, teilweise ist es vielleicht noch ein bisschen sehr ans Klettern gebunden, das entwickelt sich gerade noch ein bisschen mehr. Da gibt es unterschiedliche Phasen einfach von Freundschaften. Also wir haben ein Pärchen, wo du einfach sagst, ok, die haben jetzt ein Kind der genauso alt ist wie unserer. Die treffen sich halt gern. Das wird auch weiterhin so gehen. Mit denen gehen wir auch jedes Jahr in den Urlaub. Andere, eher so die Single-Bereiche, deren Leben vielleicht ein bisschen anders strukturiert ist als unseres, mit denen treffe ich mich jetzt nicht so oft. Weil wir da auch schon lange in der Schweben haben, dass wir etwas machen wollen. Aber es ist ja alles auch nicht so einfach. Wir kommen ja auch nicht mehr so viel raus einfach, weil wir abends ja auch hier sein müssen.

P [00:13:30] Und ich meine unter der ganzen Corona Situation, ich nehme an, dass die Kletterhalle jetzt geschlossen ist?

D [00:13:32] Richtig.

P [00:13:33] Und wie hat das deine Freundschaften zu diesen Leuten beeinflusst? Ich meine, du meinst es gibt unterschiedliche Freundschaftsgruppen, mit manchen bist du echt gut befreundet und ihr macht auch abgesehen vom Klettern etwas zusammen. Aber andere halt wirklich nur zum Klettern. Also wie hat das Schließen der Kletterhalle beide deiner Freundschafts Gruppen so ein bisschen mehr Einfluss?

D [00:13:56] Wir treffen uns innerhalb dieser Klettergruppe noch einmal in der Woche zum Skypen, freitags, abends, normalerweise. Da treffen wir uns einmal in der Woche zum Skypen, das war interessanterweise auf Vorschlag von einem eher Jüngeren, also der ist so alt wie du, Anfang zwanzig, der hat das irgendwie initiiert. Ja also Mitte 20, der hat aber schon ein Kind (lacht).

P [00:14:32] Also doch nicht so ganz wie ich.

D [00:14:34] Aber der ist jetzt auch fertig mit der Arbeit, und der hat das irgendwie initiiert. Das fand ich spannend, irgendwie, dass das nicht einer von den Älteren gemacht hat, sondern er. Und dann treffen wir uns da und erzählen einfach ein bisschen. Wir haben ja auch andere Interessen außer Klettern noch. Und das ist ein Weg wie man das erhält. Mit den anderen ist man sowieso im engeren Kontakt über Telefon und WhatsApp und so weiter schreiben wir auch regelmäßig. Das ist jetzt kein Ersatz, aber der Kontakt bleibt erhalten.

P [00:15:16] Das finde ich interessant. Weil wie du schon meinst, die Kletterhalle, einerseits ist sie da um klettern zu gehen, aber gleichzeitig trifft man sich ja auch mit den Leuten um sich ein bisschen in Gesellschaft zu wissen. Und durchs skypen oder das andere Programm was ihr benutzt, könnt ihr euch sozusagen auch weiterhin zusammen unterhalten und habt den sozialen Aspekt. Aber inwiefern merkst du, dass da was fehlt? Würdest du sagen du kriegst sozusagen alle wichtigen Aspekte für dich durch das socialisen, auch durchs skypen? Oder ist es nicht das Gleiche, also fehlt da was, verglichen mit euren Unterhaltungen in der Kletterhalle ?

D [00:16:01] Also mal rein die Unterhaltungen angeht, würde ich sagen, geht es relativ gut. Durch die schlechte Übertragungsqualität hast du halt teilweise nicht in den Kontakt immer, und du kriegst ja

auch nicht ganz mit, adhoc, wie die Leute sich verhalten beim Sprechen. Das geht natürlich verloren. Und die Mimik und Gestik und wie sie dir antworten und wie sie da drauf sind, das geht ein Stück weit verloren. Weil sich auch jeder ein bisschen zusammenreißen, man lässt nicht einfach so... Freitagabends ist man ja öfters so ein bisschen gestresst von der Arbeit und so, und in der Kletterhalle wird da mehr Frust abgebaut, habe ich den Eindruck.

P [00:16:43] Durch die physikalische Note sozusagen, des Sports?

D [00:16:47] Genau. Ansonsten fehlt natürlich ein bisschen der physische Kontakt auch irgendwo, so eine Umarmung oder ein Händeschütteln oder Abschlagen oder sowas. Das fehlt alles ein Stück weit.

P [00:16:59] Aber die Natur der Unterhaltungen ist ähnlich würdest du sagen?

D [00:17:04] Ja, nicht ganz, weil klettern ist ja dadurch schön, dass man... Erstmal ist es immer sozial, weil du immer jemanden hast; unten wenn du dich gerade einbindet und der andere zieht gerade seine Kletterschuhe aus, da hast du immer solche fünf Minuten wo du dich unterhalten kannst. Und ganz oft, wenn du ein gutes Gespräch am laufen hast, dann kann es passieren, dass du mal zehn Minuten am Einstieg stehst bis du wieder los kletterst. Dann hast du aber diese Kletterpause und dann fällt dir wieder irgendwas ein, was wichtig wäre für die Unterhaltung. Und so, wenn du den richtigen Partner hast, kann es ein ganz spannender Abend werden. Was mir persönlich fehlt, das hat zwar weniger mit Freundschaften zu tun, ich habe da so, wie soll ich das mal nennen, mir hat mal jemand gesagt 'ekstatische Momente' (lacht). Also es geht damit los, dass wenn ich da hinfahre singe ich normalerweise im Auto. Das ist einer der einzigen Momente, wo ich das noch kann, weil hier, die werden ja alle bekloppt, wenn ich zuhause anfangen zu singen. Und in der Kletterhalle, wenn ich gut drauf bin, und ich habe einen interessierten Zuhörer, dann laube ich den so richtig zu. Also da kommt so richtig Energie hoch. Dinge, die ich unter der Woche nicht nutze, werden dort eben abgebaut. Da kommen viele Film Zitate und Texte, die ich gelesen habe, und viele Dinge die mir so im Kopf herumgehen, mit denen quatsche ich die dann zu. Zum Glück haben die auch teilweise Interesse daran und quatschen dann auch zurück.

P [00:18:35] Was ja dann auch wirklich Energie ist, die du durch die Gespräche abbaust. Jetzt nicht durchs Klettern, sondern halt wirklich dadurch, dich mit Leuten zu unterhalten.

D [00:18:47] Ja, so ist mein Eindruck momentan. Da wird ein bisschen was aufgestaut unter der Woche, weil ich einen sehr technischen Beruf habe und diese ganze sprachliche Seite ein bisschen vernachlässigt wird vielleicht. Und das kann ich dann da, wie soll ich sagen, ventilieren. Das fehlt jetzt in diesen Skype Sessions ein Stück weit.

P [00:19:13] Woran ich auch recht interessiert bin, ist inwiefern diese Kletterhalle und auch diese Extase, diese recht motivierte Unterhaltung, du dann auch führst wie du hörst, inwiefern beeinflusst die denn dann dein Wohlbefinden? Also wie es dir geht, mentale Gesundheit, normalerweise? Wenn du noch klettern gehen kannst.

D [00:19:33] Es ist auf jeden Fall gut. Das ist auf jeden Fall gut für mich, weil ich einfach ein Stück weit den Stressabbau, der unter der Woche sich ein Stück aufgestaut hat.

P [00:19:44] Aber ich finde es interessant, wie du meinst, dass es zum Teil auch durch die Unterhaltung ist. Ich habe auch mit anderen geredet, die auch zum Beispiel einen

Beachvolleyballplatz genannt hatten als ihren Ort, und da der Stressabbau, oft sozusagen mit der physikalischen Komponente sozusagen in Verbindung gebracht. Und doch meinstest jetzt ja doch, dass es viel übers reden geht. Du redest einfach viel über Sachen, die du sonst nicht erzählen kannst unter der Woche.

D [00:20:13] Ja, also dinge, ich kann die schon erzählen, aber ich habe keine interessierte Zuhörerschaft. Oder ich möchte bei der Arbeit, nicht unbedingt eine starke emotionale Seite nach außen kehren. Das ist nicht, was ich da leben will. Du bist zu leicht verwundbar manchmal mit solchen Sachen. Und das ist dort einfacher.

P [00:20:35] Warum? Da ist man einfach sicher in der Kletterhalle?

D [00:20:39] Da ist man nicht sicher, aber man hat da Leute, die man privat besser kennt und wo ich mich zumindest privat besser zeigen kann. Das fällt mir doch bei der Arbeit ein bisschen schwerer, weil du kommst ja bei der Arbeit in Situationen, wo du nicht unbedingt willst, dass jeder weiß, wer du genau bist. Das ist zumindest aktuell noch meine Philosophy.

P [00:21:03] Was ich jetzt interessant finden würde, nehmen wir mal an, du hast jetzt eine Person, die du normalerweise so vorgehen würdest, die kommt jetzt zu dir, ist einer der besseren Freunde, die kommt zu dir nach Hause mit seiner Familie, ihr unterhaltet euch ein bisschen. Denkst du, du würdest die gleichen Gespräche auch dann zuhause haben, wenn ihr euch trifft? Oder sind solche Gespräche wirklich nur sozusagen reserviert für die Kletterhalle? Macht das Sinn?

D [00:21:38] Ja ich weiß schon was du meinst. Gute Frage. Also wir haben welche, die gehören nicht mehr wirklich in diese Klettergruppe rein, kommen ursprünglich aber auch daher, die kommen auch zum Essen vorbei. Und wir haben eigentlich auch gute Gespräche. Das würde ich jetzt nicht sagen, dass zu Hause irgendwie ein limit ist oder so etwas. Aber es ist schon so, dass sich beim Klettern andere Gespräche entwickeln, als das Zuhause der Fall ist. Würde ich schon so sehen.

P [00:22:07] Und jetzt wie du meinstest, ich meine gut, ihr geht jetzt nicht mehr klettern, du hast die Kletterhalle nicht mehr zur Verfügung. Ihr habt immer noch die Skype Gespräche. Was hat das jetzt für eine mentale Gesundheit, dein eigenes Wohlbefinden, um darauf wieder zurückzukommen? Denkst du es hat einen Effekt? Merkst du doch schon was?

D [00:22:27] Ja, ich glaube schon, dass das ein Effekt hat.

P [00:22:36] Was machst du mit, also ich finde das gut, diese Extase Momente. Was machst du damit jetzt? Kannst du die immer noch im Skype Gespräch loswerden?

D [00:22:46] Nee die kommen gerade ein bisschen zu kurz, das muss man sagen. Ich habe den Eindruck, es ist mehr so, es ist wie ein Urlaubs Zustand grad. Es ist wie eine Erholungs Zustand, weil du viel weniger Interaktion hast, viel weniger Stress. Es ist ja auch ein Stück weit Stress, da hinzufahren, wieder zurückzufahren. Es zur richtigen Zeit zu schaffen. Es ist auch viel mehr Stress, wirklich bei der Arbeit zu sein, wenn alle da sind und alle was von dir wollen und den ganzen Tag bei dir Fragen stellen, als hier jetzt, wo ich mich wieder auf etwas ruhigeres Arbeiten konzentrieren kann, ein Stück weit. Von daher brauche ich das Ventil vielleicht auch nicht ganz so viel. Ich habe auch andere Dinge, die ich jetzt wieder mache, die ich vorher nicht gemacht habe. Vielleicht trägt es auch dazu bei. Ich habe zum Beispiel wieder angefangen, Shakespeare zu lesen. Längere Geschichte, weil

ich als Kind gern eine bestimmte Serie geguckt habe, und der Schauspieler habe ich gesehen, der hat jetzt eine Produktion von Macbeth gemacht, die habe ich mir angeguckt. Die konntest du dir herunterladen und die habe ich mir angeguckt. Und seitdem lese ich das wieder um das zu verstehen, was da läuft, und lerne es auch ein Stück weit auswendig. Und das ist jetzt vielleicht gerade so eine Sache, wo sowas hingehört, wo so eine musische Leidenschaft wieder hingehört.

P [00:24:12] Lustig, ich glaube Papa liest auch gerade Shakespear. War das unabhängig von einander?

D [00:24:22] Das war unabhängig, ja. Ich habe es wirklich gemacht, weil ich ja als Kind ein großer Star Trek Fan war. Und Patrick Stewart, der ja immer Jean-Luc Picard gespielt hat, der hat jetzt eine neue Serie gemacht, die heißt nur noch 'Picard', wo es viel um ihn geht. Und dann habe ich mal ein bisschen gegoogled, einige Interviews gesehen und da habe ich gesehen, dass er viele Theaterstücke am Broadway gemacht hat und in London. Und eines davon war eben 'Macbeth'. Und das nächste ist jetzt noch 'Warten auf Godot'. Also es gibt viele Dinge, klassische Dinge von ihm, die man sich angucken kann, weil er ja eigentlich Theaterschauspieler ist. Das ist schon faszinierend und das sind so Sachen, wo jetzt gerade noch ein bisschen mehr passiert.

P [00:25:01] Also man findet noch neue Aktivitäten, womit man sich die Zeit verbringen kann. Aber was auch oft aufgekommen war, in den vorigen Gesprächen, war, dass viele meinten, dass sie in diesen dritten Orten, also der erste Ort wäre dein Zuhause, zweiter Ort deine Arbeit, und dritte Orte sind diese Orte, wo du sozial bist, einfach eine gute Zeit hast, dich entspannst, solche Sachen. Und die meinten, dass die Laune in diesen dritten Orten eigentlich immer positiv ist. Wenn man keine gute Laune mehr hat, dann geht man halt nicht hin, oder dann geht man früher zurück. Eigentlich ist die Laune, die Stimmung in diesen Orten, immer gut und fröhlich und positiv. Du meinst ja auch schon, dass du singst, wenn du hinfährst, das zeigt ja auch schon ein bisschen, dass du dich in gewisser Weise drauf freust.

D [00:25:53] Ja aber es kann passieren, wenn ich nicht einverstanden bin, wie ich gesichert werde, oder so, dass ich dann schlechte Laune krieg. Oder wenn es nicht klappt. Wenn ich irgendwelche Routen mach, wo ich denke, scheiße das funktioniert irgendwie alles nicht gerade. Zu viel Angst oder so. Klettern ist ja auch viel abhängig davon wie deine Psyche funktioniert gerade. Und wenn das eher negativ ist, dann ist es auch schwierig fürs Klettern. Und das kann auch schon schlechte Laune machen. Also das passiert schon, dass dieser Recreation Ort, dann auch eher schwierig wird. Ich bin da auch schon raus gekommen und hab gesagt, ich geh da nie wieder hin. Nie wieder. Ich bin aber immer wieder hin gelaufen.

P [00:26:47] Ändert sich das vielleicht, wenn ihr euch dann hinsetzt und eure Bierchen zusammen habt?

D [00:26:55] Ja klar! Das ist dann auch nochmal so ein jetzt-ist-alles-wieder-gut Ding.

P [00:26:59] Gibt es da, das würde mich jetzt auch noch interessieren, gibt es da große Unterschiede, was so dein Gefühlszustand, aber auch die Natur der Gespräche angeht, im Vergleich zu den Eins zu eins Gesprächen, die du mit deinem Kletterpartner hast und dann den Gesprächen in der Gruppe. Weil da ändert sich ja auch oft etwas, was Dynamik und alles Mögliche angeht.

D [00:27:17] Ja ja, es kommt auch stark auf die Gruppe an. Es kommt übrigens auch darauf an, ob ich ein Bier trinke oder nicht. Wenn ich ein Bier trinke, dann werde ich normalerweise sehr redselig.

Dann kann es passieren, dass sich die Unterhaltungen ein Stück weit anführe. Wenn ich das nicht tue, dann nehme ich mich ein bisschen mehr zurück, was dann manchmal aber auch dazu führt, dass nicht mehr so viel geredet wird. Ich habe immer den Eindruck, wenn ich richtig reingehe, in die Unterhaltung, dann ist es eigentlich ein lustigerer Abend für mich, aber auch für die anderen. Weil ich oft den Eindruck habe, dass wenn ich es nicht tue, dann entsteht so eine kurzlebige Unterhaltung. Ja, also es kommt auf die Gruppe an, die sich dann hinterher da zusammenfindet. Kann auch sein, dass da andere noch dazu kommen, die man nur vom Sehen kennt, die dann da mit dabei sitzen. Aber in der Regel sind es eigentlich nette Runden, so ne dreivierteil Stunde noch.

P [00:28:19] Ich meine, von dem, wie ich dich kenne und von dem, was du mir jetzt erzählst. Du scheinst mir ein recht sozialer Mensch zu sein, auf jeden Fall. Wie kommt das jetzt zu kurz in der Corona Zeit, oder unterhältst du dich wirklich telefonisch, sagen wir, oft genug mit deinen Freunden, dass du sagen würdest, ja, eigentlich komme ich zurecht?

D [00:28:38] Nee, ich will das nicht immer so haben. Was mir fehlt, sind gemeinsame Abendessen oder wo man mal länger mit jemandem zusammen sitzt und dabei auch irgendwie interagiert. Und man sieht da passiert was. Weil man doch mehr noch eine gute Konversation hinkriegt, wenn man sich face-to-face trifft. Wir haben hier halt auch viele Freundschaften, die noch nicht so alt sind. Früher war ich in so einem Freundeskreis, der sich sehr, sehr lange kannte. Heute habe ich ja viele Freunde, die ich nicht so lange, sind auch erst wieder zehn Jahre, aber die, die ich auch nie so reingelassen habe. Wenn du so Jugendfreunde hast, dann hast du ja sehr viel mitgemacht mit denen und die kennen dich emotional auf einer ganz anderen Ebene. Die hast du auch mal angeschrien oder so. Das sind halt Sachen, die mir hier nicht passieren, normalerweise. Die ich auch vermeide inzwischen. Von daher fehlt mir das, diese Sachen zu vertiefen. Ich finde es ganz angenehm, das sind so andere Freundschaften, die sich so langsam vertiefen, weil man sich nicht so oft sieht. Immer mal wieder ab und dann mal zusammentrifft und dann gibt es wieder so Vertiefungsmomente. Aber es ist nicht so, dass man, man kann das auch ein Stück weit steuern, wie weit man da rein geht und nicht. Und das ist was ich so ein bisschen auslote mit denen, und das weiter auszuloten, das fehlt mir schon ein Stück weit.

P [00:30:11] Du hast das Gefühl du bist noch im Prozess sie besser kennenzulernen.

D [00:30:15] Ja. Ich glaube, jede Freundschaft ist und bleibt ein Prozess. Aber es ist halt so, dass ich heute viel bewusster mache, als ich es früher gemacht habe. Auch meine Reaktionen auf Menschen bewusster dosiere.

P [00:30:33] Es sei denn du bist klettern mit den Jungs, dann vergisst du das ab und zu ein bisschen.

D [00:30:36] Ja aber auch da... Ja, stimmt. Da sind aber auch Mädels dabei. Das sind nicht nur Jungs. Das sind gemischten Gruppen.

P [00:30:45] Du meinst ja die sind jetzt beide von Daimler und IBM...

D [00:30:52] Nicht nur. Da sind alle möglichen Leute mit dabei. Ich sage nur, das waren diese zwei organisierten Gruppen, die es gab, und inzwischen ist es, ok es ist immernoch ein großer Anteil, der bei Daimler arbeitet, aber es gibt auch Leute, die bei Leo und bei Festo arbeiten. Also alles Mögliche.

P [00:31:09] Aber es ist schon ein guter Mix von Leuten? Also, oft auch Charaktere, könnte man sagen, mit denen man normalerweise in seiner täglichen Routine nicht unbedingt kommen würde?

D [00:31:19] Ja gut, es ist halt ein technisch geprägter Standort. Du hast halt nicht viel Kontakt zu Schauspielern, oder was weiß ich. Es sind unterschiedliche Berufsfelder, unterschiedliche Studiengänge, viel Technik, viel Informatik, aber auch Juristen z.b. da dabei, so vom Hintergrund. Gibt auch vereinzelt Leute, die was ganz anders gemacht haben. Designer haben wir auch, also die so Innenraum Design machen von Autos. Aber halt alles rund um die Technik rum. Also ganz wenig... Eine Ausnahme fällt mir jetzt ein, die mit Theater zu tun hatte. Und einmal habe ich noch eine Journalistin getroffen, aber so ganz entfernt. Aber wenig, wenig durchmischt. Also, es hat in der Regel was mit Technik oder mit Betriebswirtschaft oder mit irgendwelchen technischen Produkten zu tun.

P [00:32:22] Aber der Grund dafür scheint mir jetzt nicht die Kletterhalle an sich zu sein, sondern einfach der Ort Sindelfingen. Ich studiere ja Geografie, also ich versuche da immer, auch ein bisschen die geografische Dimension zu sehen. Und was ich jetzt irgendwie versuche herauszufinden ist, inwiefern ist der Ort der Kletterhalle wirklich wichtig, um diese Freundschaften zu nähren und zu halten? Oder die Aktivität des Kletterns selber. Wenn du jetzt, sagen wir, erlaubt wärst diese Leute weiterhin zu treffen, aber sagen wir one-on-one und nicht in der Kletterhalle. Würdest du die dann noch sehen oder?

D [00:33:05] Zum Teil. Also teilweise würde ich sie vielleicht nicht mehr sehen, weil wir einfach die Art der Freundschaft vielleicht noch nicht geschafft haben oder auch nicht anstreben, ein Stück weit. Anderen würde ich wahrscheinlich weiterhin sehen, weil ich mit denen auch, also eine fällt mir jetzt ein, die Claudia, mit der diskutiere ich relativ viel über Bücher. Die liest sehr viel auch und ich lese nicht mehr so viel, aber immerhin jetzt wieder mehr. Und sie ist auch interessiert an Englisch. Das ist auch wichtig für mich. Und spricht auch Englisch gut, und von daher kann ich mit der relativ gut über solche Dinge reden. Das wird sich, glaube ich, erhalten. Die anderen mit dem Kind, habe ich schon gesagt, das wird sich auch erhalten. Andere, die schon mittlerweile ein Stück weit draußen aus der Kletterhalle, das sind die mit denen wir uns öfters zum Essen treffen, oder die öfters bei uns zum Essen vorbeikommen, das wird sich auch erhalten, weil die einfach auch interessante Gesprächspartner sind. Also es kommt so ein bisschen an, ob man so eine gemeinsame Schiene hat, ob die Ariane die auch kennt und ob wir dann zusammen was hinkriegen. Aber einige, da hängt's auch an der Kletterhalle. Also, ein Freund, der ist jetzt länger ausgefallen, weil er einen Bandscheibenvorfall hatte. Den sehe ich jetzt eigentlich kaum mehr. Der hat auch eine neue Freundin und so. Das wird dann auch immer schwierig, weil man sie dann auch nicht kennt und man sich dann immer erst mal einfügen muss in so eine Truppe. Aber da da noch wenig kommt, jetzt haben wir am Freitag mal wieder geskyped, aber das ist auch weniger der Fall. Also die Institution ist schon wichtig für uns, weil ein gemeinsames Hobby dann dazu führt, dass man sich regelmäßig trifft. Es wird auch auf jeden Fall deutlich weniger werden, wenn man die Institution nicht hat.

P [00:35:02] Bist du traurig darüber, dass ihr nicht mehr so viel Kontakt zueinander habt, weil die Kletterhalle geschlossen ist? Oder denkst du dir auch, es für mich völlig in Ordnung, dass unsere Beziehung so abhängig ist am Klettern. Ich meine, das ist halt unser gemeinsames Interesse, und sobald die Kletterhalle wieder öffnet können wir wieder mehr Kontakt haben. Und ich denke nicht, dass das unsere Freundschaft schadet.

D [00:35:23] So denke ich eigentlich darüber, das würde ich schon sagen. Ja das würde ich unterschreiben. Ich glaube nicht, dass da irgendwas Schaden nimmt. Auch schon durch diese Skype Verbindung kann man das schon eine Weile erhalten. Es sollte halt wieder passieren. Wenn das jetzt drei Jahre lang so geht, dann wird es schwierig.

P [00:35:40] Als aller letzte Frage, was wird denn die erste Sache sein, die du machen wird sobald die ganzen Maßnahmen... nehmen wir mal an, die würden alle auf einmal gelöst werden. Alle Geschäfte, alle Bars, Restaurants werden wieder erlaubt sein. Was wird die erste Sache sein, die du machen wirst? Wie wird dein erster Tag aussehen? Am Wochenende ohne Arbeit.

D [00:36:06] Also der ideale Wochentag wär wahrscheinlich, wir stehen morgens auf mit dem Emil, dann machen wir eine Radtour irgendwo hin, wo man auch mal wieder ein Eis essen kann oder so. Gehen vielleicht mittags was essen. Und abends kommen dann Oma und Opa vorbei, und wir gehen zu zweit etwas essen. Und der normale Wochentag wäre dann so schon arbeiten gehen, Emil mal auch wieder in die Kita bringen, dass der seine Kumpels mal wieder sieht. Das geht ja auch alles flöten.

P [00:36:36] Leidet der darunter?

D [00:36:39] Teils, teils. Teilweise habe ich den Eindruck, dass er besser schläft. Sich zum Anfang auch mal ein bisschen beruhigt hat, weil Kita ist ja auch Stress. Morgens aufstehen, da habe ich schon keine Zeit, wenn der endlich mal aus dem Bett kommt, weil ich zur Arbeit muss und weil ich zum Bus muss oder sonst irgendwas. Dann zur Kita laufen, da höre ich schon, da will ich gar nicht hin, dann ist er dort, dann gehst du mit einem schlechten Gewissen da raus, weil er ja vorher gesagt hat, dass er da nicht hin will. Nachmittags heißt es dann es war alles okay. Also, es ist ein bisschen gemischt. Auf der einen Seite fehlt ihm glaube ich schon der Kontakt zu anderen Kindern. Gestern war ganz dankbar, weil ein Nachbarjunge da war, mit dem er Fangen spielen konnte. Auf der anderen Seite, ist es auch so, dass er sich ein bisschen erholt und die viele Zeit bei uns ihm auch ein Stück weit gut tut. Abends, dann zum idealen Tag zurückzukommen, arbeiten gehen, nach Hause fahren, zusammen essen. Und abends dann klettern.

P [00:37:39] Klettern also doch. Gut, schön. Du hast ja jetzt ein relativ gutes Bild davon bekommen, worüber ich meine Arbeit schreibe. Wie gesagt, es geht in deinem Fall um die Kletterhalle, inwiefern die deine Freundschaften beeinflusst und Freundschaften dein eigenes Wohlbefinden. Gibt es da noch irgendwas dazu, was du noch nicht erwähnt hattest, wo du denkst, das könnte doch interessant sein für mich?

D [00:38:06] Was mir jetzt gerade so einfällt, ist, dass, wenn es grad um Geographie geht, dadurch, dass es viele Kletterhallen gibt in der Region und die Leute teilweise umgezogen sind, ist es so, dass teilweise auch Sachen sich verlaufen, weil die dann woanders hingehen plötzlich. Also du hast dann auf andere Weise noch Kontakt, aber nicht mehr zusammen mit der Gruppe. Die kommen dann aber auch wieder. Die merken irgendwann, dass da draußen nicht ganz so die Truppe ist, die dort in der alten Halle war. Und deswegen kommen die manchmal dann doch wieder nicht mehr so oft wie früher. Aber sie kommen doch dahin. Es ist schon so ein Wert an sich, da hinzukommen. Das ist doch so ein Familienort irgendwo.

P [00:38:44] Aber es ist jetzt keine sentimentale Verbindung, die du speziell zu der Kletterhalle hegst?

D [00:38:53] Doch, das würde ich schon so sagen. Es ist ja auch schon so was, das hat seinen eigenen Geruch, so ein Ding. Da gibts Leute hinter der Theke, die ich lange kenne. Da gibt es Leute, die ich kenne, die die Routen da schrauben. Also, du gehst da eigentlich durch und sagst überall, hallo, hallo, hallo. Und das macht dann schon auch Spaß.

P [00:39:16] Wenn einige deiner Kletterfreunde beschließen, in eine andere Kletterhalle zu gehen, dann wäre es nicht total leicht für dich nicht so leicht zu sagen, ich geh jetzt mit?

D [00:39:23] Nee, solange der Kerntrupp, mit dem ich so kletter, solange der noch da ist, gehe ich da auch weiterhin noch hin.

P [00:39:31] Aber wenn die alle wechseln würden, würdest du dann einen längeren Weg in Kauf nehmen, um auch zu wechseln?

D [00:39:36] Weiß ich nicht. Eien längeren Weg wahrscheinlich nicht, das ist schon lange genug. Es gibt ja noch eine, direkt hier vor der Tür, die ist leichter zu erreichen. Ich fahre ja eigentlich schon länger als ich müsste. Die Neue ist näher bei mir, also ich fahr länger, eigentlich.

P [00:39:53] Aber da gehen die anderen nicht hin, in die Nähere?

D [00:39:54] Das ist genau was ich grad erzählt hab. Die anderen wohnen in Stuttgart, also teil teils. Die eine Fraktion geht dahin, die Judith, also eine von uns geht dahin inzwischen, und der Rest trifft sich eigentlich noch bei uns. Aber die kommt auch ab und zu wieder zurück. Also das ist schon eine Sache, wo man gern hingehet, die auch schön gemacht ist, einfach. Es hat auch viel damit zu tun, vielleicht auch noch interessant, wie die Hallen aussehen. Es gibt zwei Boulderhallen zum Beispiel, eine in Stuttgart, eine in Zuffenhausen. Und die in Zuffenhausen, die ist einfach komisch für mich, von der Art, wie sie gemacht ist. Deswegen gehe ich da nicht gerne hin. Die auch ein bisschen Probleme gehabt, mit ihrem Geschäft, das am Laufen zu halten. Ich glaube, das liegt daran, weil die so aussieht, wie sie aussieht, und die andere ist mehr so eine Höhle. Und da gehen die Leute total gerne hin, komischerweise. Die haben auch so einen Kinderbereich, der irgendwie gut ist. Da sind die Leute viel, viel mehr. Der Laden läuft auch von selbst.

P [00:41:03] Also das Aussehen des Ortes ist doch schon recht wichtig.

D [00:41:07] Wie es da aussieht, wie es gemacht ist. Wie die auch das Ganze drum rum machen. Also ob du dich danach dann nochmal wo hinsetzten kannst oder so. Wenn du dich dann irgendwie zhause fühlst, dann kannst du da viel mit reißen.

P [00:41:23] Ok sehr cool. Ich glaube das ist alles wirklich, was ich, also mehr als wissen musste. Das war wirklich sehr aufschlussreich. Ich beende jetzt die Aufzeichnung.

### **Holly Transcript**

P [00:00:05] Alles klar, super. Vorne weg noch, müsste ich mit dir kurz das sogenannte Konsentform abhaken. Normalerweise hätte ich das ja einfach mit einem Blatt Papier gemacht, und hättest es unterschrieben. Aber das geht ja jetzt nicht, weil wegen Corona hat mir meine Uni wirklich explizit verboten, direkt in Kontakt zu treten mit irgendwelchen Leuten. Deswegen werde ich es dir jetzt einfach mal vorlesen. Und du sagst einfach dann schlussendlich, ja, finde ich in Ordnung oder nicht.



Also, es geht einfach darum, dass das Interview Teil meiner Bachelor These ist an der Universität von Groningen. Keine der Information die du mir weitergibt werden an irgendjemand sonst weitergegeben, an irgendeine Drittperson. Ich benutze Synonyme für die Namen, also du bleibst auch weiterhin anonym. Natürlich hast du zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Interviews die Möglichkeit, eine Frage zu beantworten, falls es dir unangenehm ist oder das ganze Interview auch abubrechen. Das ist alles kein Problem. Genau. Bist du mit all dem einverstanden?

H [00:00:58] Natürlich.

P [00:00:58] Ok cool. Und dann wollte ich noch sagen, wäre es natürlich super für mich, wenn du auf meine Fragen so ausführlich antworten könntest. Erzähle mir ruhig irgendwelche Geschichten.

H [00:01:13] Fragst du nach? Also stellst du nur eine Frage und ich habe dann Zeit oder fragst du eventuell auch nach, wenn du irgendwas noch genauer wissen möchtest?

P [00:01:23] Nö ich würde dann nachfragen auch. Wenn du irgendetwas Spannendes ansprichst, dann werde ich schon nachhacken. Ja das ist recht semi-structured hier. Genau, als kleine Frage vorneweg, könntest du mir kurz dein Alter sagen und wie lange du schon in der Nachbarschaft wohnst. Also in der Gegend wo du gerade wohnst.

H [00:01:38] Ich bin 48, und ich wohne hier seit 2012. Das sind jetzt acht Jahre, fast. Ja fast acht Jahre. Und es ist ja keine Stadt, wo wir wohnen hier, sondern das ist ja eher Suburb. Aber auch nicht wirklich so ein amerikanischer Suburb, sondern deutscher Suburb. Also ich meine ihr seid ja eher in der Stadt, aber hier ist ja.

P [00:02:05] Ja so mittel ne. Also wenn man sich die Stadtgrenze anguckt, sind wir noch in der Stadt. Aber die Umgebung sieht auch recht Suburb-mäßig aus.

H [00:02:14] Also ist ähnlich. Muss du dir so ähnlich vorstellen. Ich bin jetzt nicht mitten im Zentrum der Stadt. Wenn es da irgendwie um Cafés und so geht, also das sind dann so andere Wege. Aber da kommen wir ja wahrscheinlich sicherlich zu.

P [00:02:25] Alles klar. Gut. Und dann, was sich noch kurz einführen wollte, ich meine, es ist nämlich relativ wichtig für meine Forschung, die ganze Corona Situation. Du weißt darüber ja eigentlich Bescheid. Seit Dezember 2019 trat das neuartige Coronavirus SARS\_COV2 zum ersten Mal in Wuhan auf, hat sich daraufhin ziemlich schnell auf der ganzen Welt verbreitet. Glaube, mittlerweile sind mehr als 185 Länder betroffen. Europa besonders stark. Weshalb viele Regierungen innerhalb Europas recht drastische Maßnahmen ergriffen haben, um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. In Deutschland hängen jetzt schon seit einigen Wochen Kontaktbeschränkungen. Die meisten Schulen, Universitäten, KITAS bleiben geschlossen, und bis auf einige zentrale Einrichtungen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen sind auch die meisten Geschäfte noch geschlossen. Obwohl sich diese jetzt anfängt zu ändern. Kannst du mir denn kurz als Einführung erzählen, wie du mit deinen Freunden in Kontakt bleibst in dieser seltsamen Situation?

H [00:03:28] Ich telefoniere sowieso sehr viel mit Freunden, also Hauptmittel bei mir ist WhatsApp und da jetzt nicht nur der Chat, also nicht nur schreiben, sondern auch ganz viel WhatsApp Video. Also die Leute, die ich jetzt nicht treffen kann, wir sprechen zusammen und eine Freundin, die, wenn die kocht, dann stellt sie mich daneben und schnippelt dann da. Das ist ziemlich nett. Und mit

anderen... Also das ist so die Hauptgeschichte, WhatsApp. Dann natürlich, ich habe ganz viele Freunde auf der ganzen Welt. Ich bin seit acht Jahren hier. Aber ich habe ja vorher überall unterschiedlich gelebt und bin natürlich auch, also mir geht es sehr nah was auch mit den Leuten auf der ganzen Welt los ist. Und deswegen habe ich momentan auch vermehrt Kontakt zu meinen Freunden in Mexiko, in Chicago und in New York.

P [00:04:28] Hattest du in Mexiko gelebt?

H [00:04:28] Nee das nicht. Aber ich habe, mein aller bester Freund aus Chicago, der mit mir im Office saß. Julian, der kommt aus Mexiko. Der ist auch so ein halber Indianer. Der ist Professor an der Uni und hat seine Familie alle da und da sind wir natürlich auch in Kontakt, was da abgeht. Da gibt es unterschiedliche Medien. Die sind nicht alle auf WhatsApp. Einige habe ich auf Facebook Messenger zum Beispiel oder auch, wie heißt denn das andere? Mit dem 'H', Facetime irgendwie sowas. Aber hauptsächlich Facebook Messenger und WhatsApp. Dann mit Familie und so ist das auch interessant? Meine Familie in England, das sind jetzt keine Freunde. Also ist es der Freundeskreis, der sich interessiert? Man hält halt Kontakt mit den Leuten, irgendwie so. Einfach nur die Mittel, mit denen ich, Instagram zum Beispiel auch. Und da ist, da sprechen wir jetzt nicht drüber, sondern da schicken wir uns irgendwelche Nachrichten.

P [00:05:53] Hast du direkten Kontakt mit irgendjemandem?

H [00:05:57] Direkten Kontakt? Ja, ich hab eine Freundin hier, die hat gerade einen neuen Hund gekriegt. Und da gehen wir spazieren ab und zu. Einmal die Woche irgendwie durch den Wald, im Abstand natürlich. Aber das ist der direkte Kontakt. Ansonsten ist ein Freund vorbeigekommen, dem habe ich was aufgenommen auf CD. Wir sind ja im dritten Stock, der kam unten hin, hat geschrien, dann habe ich aufgemacht und habe dem die Sachen runtergeschmissen. Ja sonst also immer mit Abstand irgendwie, wenn man sich mal so irgendwie im Dorf trifft, also aus Versehen. oder wenn ich mal einkaufen gehe, und da ist dann jemand, dann. Aber ansonsten treffen, also wie gesagt, regelmäßig spazieren gehen und sonst total viel WhatsApp Video. Dann haben wir, das wollten wir eigentlich letzte Woche auch machen, also wir wollten uns eigentlich einmal die Woche mit ein paar Freunden, wollte wir Wein trinken, und dann haben wir eine Zoom Party gemacht. **Wir saßen halt alle auf dem Sofa, Ding davor, Wein in der Hand, und nach zweieinhalb Stunden waren wir schön, schön... Ja war lustig.** Wir hätten nicht gedacht, dass das so lange geht. Wir meinten einfach, gucken wir mal, aber zweieinhalb Stunden, und wir waren dann auch ganz schön knülle (lacht). War lustig.

P [00:07:41] Schön zu hören, dass die Zoom Parties dann doch recht gut für dich funktionieren. Das ist dann auch ein Punkt, auf den würde ich gerne später nochmal zurückkommen. Die ganzen Zoom Videokonferenzen und sowas. Was Wein angeht, das ist jetzt eine gute Übergangsmöglichkeit, würde man ja normalerweise in einer Bar trinken. Aber wie du schon weißt sind diese Orte wie Bars, Cafés, halt genau sozusagen mein Interesse in dieser Arbeit. Gibt es denn irgendeinen Ort, wo du dich normalerweise regelmäßig treffen würdest mit Freunden?

H [00:08:08] Wir haben hier, ist ja wie gesagt keine Stadt, aber trotzdem haben wir so einige Plätze, wo wir uns ab und zu mal treffen. Da gibt es einige Kneipen, die kenne ich schon, seitdem ich 14 bin. Da ist ja der Ort, wo ich früher auch gelebt habe. Das ist ganz witzig. Und neu, was wir ganz nett finden, das ist ein italienisches Restaurant, also ein italienisch angehauchtes Restaurant, und die haben nebenan eine Vinothek. Und da treffen wir uns zum Wein trinken. Und das vermisse wir natürlich jetzt. Also das ist so ein regelmäßiger Punkt, wo wir hingehen. Ansonsten haben wir halt

öfter hier Feste, aber das ist natürlich jetzt auch gerade nicht. Also jetzt nicht jede Woche, sondern, zum Beispiel Karneval ist schon ausgefallen. Viele Sachen, die werden jetzt auch noch weiter ausfallen, Dorffest und Schützenfest und diese ganzen Sachen. Aber sonst für dich interessant sind halt die Cafés oder Kneipen, und wir haben ein Café, aber da trifft man sich hier nicht. Das ist ziemlich verstaubt. Da habe ich auch schon überlegt, da sollte man echt mal etwas netteres anbieten. Aber wie gesagt, diese Weinbar, das ist so ein Treffpunkt, genau.

P [00:09:34] Kannst du mir ein bisschen mehr über diese Weinbar erzählen? Wie oft geht ihr dahin? Mit was für Leuten triffst du dich da?

H [00:09:41] Wir gehen da, ich würde mal so schätzen, mindestens einmal im Monat hin. Und das sind jetzt hauptsächlich Leute, nicht von meiner Kindheit, sondern Leute die ich aus der Schule, also Liam's Schule kennengelernt haben, Eltern. Und also entweder sind das halt diese Freunde, die ich habe. Und dann zweitens bin ich im Fördervereine von der Schule, und da treffen wir uns auch dort. Also das ist so der Ort, wo man sich trifft. Wir hatten uns auch mal in einer anderen Kneipe getroffen, aber die ist zu laut, weil man sich ja auch gerne unterhält. Genau das ist also abgetrennt. Es gibt das Restaurant, das italienische und dann daneben gibt es dann die Weinbar. Da kann man auch eine Kleinigkeit essen, aber es ist halt sehr gemütlich. Die Inhaber sind sehr nett, die kennen einen, dann wird man begrüßt irgendwie. Das ist irgendwie nett, wenn man so bekannt ist. Und die haben eine super tolle Auswahl an Wein. Mehrere Seiten Wein und haben auch sonst immer ganz gute Vorschläge. Genau und da treffen wir uns als Freunde oder wie gesagt, halt auch manchmal so semi beruflich. Nee, also es ist nicht beruflich aber Semi was auch immer. Keine Ahnung, wie nennt man das? Ehrenamtliche Tätigkeiten.

P [00:11:14] Also du meinstest, es ist einerseits schön natürlich um Freunde zu treffen, sich zu unterhalten. Aber der Wein ist gleichzeitig auch echt gut. Man kann beides genießen da.

H [00:11:24] Genau.

P [00:11:24] Und wie wichtig würdest du sagen, ist dieser Ort, wenn wir uns jetzt mehr an deinen Freunden konzentrieren, wie wichtig ist der Ort für die Pflege von diesen Freundschaften?

H [00:11:33] Betreffen uns nicht nur dort, sondern wir treffen uns auch privat bei den Leuten. Der Ort ist schön, dass man einfach mal nicht irgendwo zuhause aufgeräumt haben muss, oder das braucht man bei denen sowieso nicht. Es ist einfach mal nett irgendwie in einer anderen Umgebung zu sein und vielleicht auch noch andere Leute zu treffen, die dann zufällig da sind und mit denen kurz zu quatschen. Das hast du ja nicht wenn du zu Hause rumhängst. Und das vermisse ich schon. Wein, ansonsten haben wir hier keine Probleme. Wir haben hier einen super tollen Weinladen, auch direkt um die Ecke. Die liefern sogar momentan. Jetzt kann man ja auch wieder losziehen. Nee und sonst der Ort, ja wie gesagt, wir stehen weiter in Kontakt durch Zoom. Das hilft ganz gut. Man kann die Leute nicht anfassen, aber trotzdem ist das für den Austausch schon ganz nett. Wenn halt jeder auch dabei trinkt, dann kommt man so langsam in die gleiche...

P [00:12:43] Man versucht es ein bisschen sozusagen nachzuahmen.

H [00:12:49] Genau. Aber es ist natürlich schon schöner, die Leute richtig zu sehen. Aber es ist schon wichtig, dass das nicht nur Telefon ist, sondern dass man die Leute durch diese online Geschichten

auch sehen kann. Am Telefon kann man ja schon mal ein Gesicht machen, das sießt du dann ja nicht. Aber so kriegst du schon sehr viel mehr mit. Also das finde ich wichtig.

P [00:13:11] Aber du meinstest, dass die Freunde, mit denen du dich in der Weinbar triffst. Man trifft sich, wie gesagt, auch an anderen Orten, wie gesagt, zu Hause. Gibt es irgendwelche Freundschaften, wo du dich eigentlich wirklich nur in der Weinbar triffst? Wo man sich noch nicht eng genug ist, um sich auch zu Hause zu treffen, oder?

H [00:13:28] Nee, hab ich nicht. **Es war anfangs natürlich so mit den Leuten. Aber seit ungefähr zwei Jahren treffen wir uns auch alle privat.** Da habe ich jetzt grad keinen. Das ist alles.

P [00:13:42] Und bezüglich der Weinbar, trifft ihr euch dann hauptsächlich zu zweit, du und eine andere Person? Oder trifft man sich dann auch oft in einer Gruppe?

H [00:13:52] Wir treffen uns da zu zweit, zu dritt, alle möglichen Kombinationen. Also da kann ich jetzt nicht sagen, wir treffen uns nur zu zweit. Einige sind halt sehr beruflich beschäftigt, auch gerade abends, die kommen dann manchmal nicht mit. Aber sonst sind wir, wenn ich das jetzt irgendwie in Zahlen ausdrücken müsste... Ich habe eine Freundin, mit der ich mich öfter treffe als mit den anderen. Hilft das dir? Keine Ahnung.

P [00:14:21] Ach, ich nehme die ganze Information. Und guck dann, mal sehen was wir hiermit anstellen können. Ich versuche auch, ein bisschen herauszufinden, inwiefern diese dritten Orte, so heißen diese Orte also der erste Ort wäre sozusagen dein Zuhause, zweiter Ort die Arbeit und dritter Ort sind dann sozusagen diese Orte, wo du sozial bist, dich mit Freunden triffst, genau. Inwiefern die auch das eigene Wohlbefinden sozusagen beeinflussen die mentale Gesundheit. Wenn du dir jetzt sozusagen die Situation ansehen würdest, bevor Corona, wo du dich noch in dem Ort treffen könntest, in der Weinbar zum Beispiel. Was für einen Einfluss hat das denn auf dein Wohlbefinden? Oder du könntest auch darüber nachdenken, wie ist der Unterschied deines Wohlbefindens im Vergleich zu, wenn ihr euch in der Weinbar triffst, zu wenn ihr zuhause seid? Warum entscheidet ihr euch, lasst uns mal wieder in die Weinbar gehen? Was gefällt dir so gut dran?

H [00:15:22] Also, ich mag das Zuhause auch. Aber wie gesagt, wenn du in der Weinbar bist. Zu Hause ist man so ein bisschen entspannter. Also finde ich. Dann lässt man sich auch ein bisschen mehr gehen. Und man hat Freunde da, da ist man einfach so, joa wie auch immer. Aber wenn du jetzt in die Weinbar gehst, dann ist ja hier so ein bisschen, ist halt ein kleines Dorf und die kennen mich schon seit klein auf. Da gehe ich jetzt nicht raus auf die Straße, wenn ich wie Huddl aussehe. Da muss ich halt ein bisschen mehr drauf achten. Deswegen, auf der einen Seite ist das ein bisschen entspannter, dort hinzugehen, aber auf der anderen Seite ist es auch interessanter, weil ja eventuell da irgendwelche Leute sind, die ich von irgendwann mal her kenne und wo dann irgendwelche Erinnerungen hochkommen, oder mit denen spreche ich mal kurz oder so. Also das ist schön. Deswegen ist das so, wenn ich bei Leuten zuhause bin, dann ist das voll entspannt, also kommt auch drauf an, da gibt es ja auch so die und die. Aber so richtige Freunde, da bist du entspannt. Also für mich ist das ein richtiger Freund, wenn ich da so sein kann, wie ich genauso auch zuhause bin. Aber wenn ich hier rausgehe, das ist schön auch mal...

P [00:16:56] Aufregender. Ein bisschen mehr Diversität.

H [00:16:56] Absolut, absolut genau richtig. Also da ist dein Gehirn ein bisschen mehr, passiert da mehr, weil du halt die Leute siehst und denkst, oh Gott, da kommen die ganzen alten Gedanken hoch und Gefühle oder sowas. Und dann entweder siehst du die oder du redest mit denen, und das ist irgendwie interessanter. Auf alle Fälle.

P [00:17:15] Würdest du sagen, man fühlt sich ein bisschen mehr sozial eingebunden, wenn man mit mehr Leuten in Weinbar sitzt, als wenn man nur mit ein, zwei Freunden zu Hause sitzt? Oder ist es ziemlich das Gleiche würdest du sagen?

H [00:17:26] Nee, auf alle Fälle, weil es ist einfach viel mehr Stimulus da. Und ich finde das auch toll manchmal, wenn sich andere Gespräche so entwickeln am Nachbartisch oder was. Ja das macht mehr Spaß. Es ist schön bei Leuten zu Hause, aber das ist genau der Punkt, das stimuliert mehr.

P [00:17:59] Und dadurch, dass es eine kleine Ortschaft ist, meintest du ja doch, dass man sich eigentlich auch kennt.

H [00:18:04] Total. Ja, klar. Wenn ich die nicht kenne, die kennen mich auf alle Fälle.

P [00:18:08] Und jetzt, wenn wir uns jetzt mal die Corona Situation angucken, ich meine die Bar ist, denke ich mal, nicht mehr offen jetzt, sondern geschlossen. Inwiefern hat es deine Freundschaften zu deinen Freunden da, mit denen du normalerweise in die Bar gehst?

H [00:18:20] Mit denen normalerweise ist alles geblieben. Also ich meine, ich telefoniere mit denen und WhatsApp. Also ich weiß von einigen, das wäre schöner, wenn man sich ein bisschen mehr noch austauschen könnte, aber wir telefonieren auch total viel, wenn jemand Probleme hat, oder so. Also wir sehen uns nicht, aber ich habe das Gefühl, dass Telefonate und WhatsApp viel, viel mehr geworden sind. Wenn ich zum Beispiel, ich habe Freunde in Dortmund, die ich sonst vielleicht alle ein bis zwei Monate sehe. Aber momentan telefonieren wir jede Woche.

P [00:19:00] Wie kommt das? Was meinst du, warum?

H [00:19:01] Weil man sich nicht anpacken kann. Weil man, normalerweise hängt man dann ja zusammen und mehrere Stunden, und da ist so die Sättigung dann irgendwann angekommen, gut das reicht jetzt wieder für ein bis zwei Monate. Aber das haben wir halt nicht. Und deswegen reden wir viel mehr. Also, ich finde allgemein, Kommunikation ist viel, viel stärker geworden. Durch das Ganze.

P [00:19:25] Die ganze Situation, könnte man meinen, ist ja auch recht stressvoll. Vielleicht braucht man da ein bisschen mehr Unterstützung.

H [00:19:32] Also bei mir ist das so. Ich weiß nicht, ob das bei allen so ist, aber bei mir ist es auf alle Fälle so, dass ich viel mehr am Gerät hänge und mit Leuten spreche.

P [00:19:41] Was diese Leute angeht, die du dann zufällig treffen würdest ist in der Bar, also halt auch Leute, die da in der Ortschaft wohnen, mit denen du dich jetzt aber nicht unbedingt persönlich triffst. Siehst du die jetzt noch ab und zu? Schreibst du mit denen manchmal?

H [00:19:55] Nee. Nee das fällt weg. Der Stimulus ist weg.

P [00:20:00] Und was hat das so für einen Einfluss, jetzt wieder auf deine mentale Gesundheit zurück zu kommen?

H [00:20:06] Ich konzentriere mich sehr viel mehr auf meine Arbeit, momentan. Ich konzentriere mich mehr auf meine Karriere. Ich habe ja zum Glück Familie. Ich bin jetzt nicht alleine zuhause, und da bin ich sehr viel mehr eingebunden auch was hier so abgeht. Es verlagert sich so grad so ein bisschen. Der Spaßfaktor ist ein bisschen weniger, aber dafür sind andere Faktoren besser. Und ich habe auch Spaß, wenn ich arbeite manchmal. Es ist auch gerade so, dass ich mich in eine neue Sache orientieren möchte. Da habe ich jetzt mehr Zeit für. Also ich bin ein bisschen mehr Kopf gesteuert gerade mit diesen ganzen Sachen. Und so der Spaßfaktor, in diesem Bezug ist halt natürlich ein bisschen geringer.

P [00:21:09] Das haben viele gesagt, dass Spaß sozusagen fehlt, weil das so die Hauptaktivität war oft in diesen größeren Gruppen. Man hat einfach ein bisschen mehr Spaß, blödeln ein bisschen rum. Aber gleichzeitig meinten auch viele andere, dass es schade ist, dass man diesen Spaßfaktor jetzt nicht unbedingt mal so viel hat. Aber es ist auch nicht unbedingt essenziell. Also solange man noch Kontakt hat zu seinen engen Freunden. Ja, es ist schade. Aber es ist jetzt nicht das Ende der Welt, sozusagen.

H [00:21:35] Genau.

P [00:21:35] Würdest du aber sagen, dass du, du meinstest ja schon, dass du jetzt mehr Kontakt hast zu deinen engeren Freunden. Würdest du denken, dass es auch daran liegt, dass du irgendwie vielleicht unbewusst versuchst, diesen fehlenden Kontakt zu diesen Bekanntschaften auszugleichen einfach? In dem du mehr Kontakt hast zu deinen engeren Freundschaften?

H [00:21:53] Das weiß ich. Ich glaube, mir fehlt einfach nur, dass ich meine Freunde in Arm nehmen kann und dass ich sonst irgendwie acht Stunden mit denen verbringe, nachmittags bis in die Nacht. Oder keine Ahnung. Aber das fehlt mir einfach. Und deswegen ab und zu mal hören, was machst du gerade? Und das ist manchmal auch sehr lustig, also was dann Freunde für Fotos machen oder was sie da für einen Blödsinn selber machen. Aber es ist natürlich nicht vergleichbar, wie wenn du zusammenhängst und dann diese spontane Blödeleien hast. Das fehlt mir. Das fehlt mir. So Situations Humor irgendwie.

P [00:22:39] Ja genau, weil wenn wir jetzt nochmal sagen wir WhatsApp oder diese ganzen virtuellen Kommunikationsmöglichkeiten vergleichen mit echten Begegnungen. Du meinstest, du machst es ja doch schon relativ viel, und du bist recht zufrieden damit, mit deinen ganzen Whatsapp Gesprächen zum Beispiel, aber wenn du die beiden jetzt vergleichen würdest, Telefonate gegen echtes Treffen. Was fehlt denn sozusagen? Was kann nicht übermittelt werden in den ganzen Konferenzen?

H [00:23:10] Du starrst ja die ganze Zeit auf das Gerät. Normalerweise sitzt du nebeneinander und guckst rum oder unterhält dich über irgendwas, und dann siehst du ja zusammen das Gleiche. Das siehst du ja momentan nicht. Du siehst nur das Gesicht. Wenn du dich mit Leuten triffst dann guckst du ja nicht die ganze Zeit ins Gesicht. Und dieses drumherum, und wo man sich dann, wo dann andere Ideen aufpoppen, auch Humor, alles das fehlt. Na klar kann man sich über bestimmte Themen unterhalten, aber dieses gemeinschaftliche Gefühl, irgendwo am gleichen Ort zu sein und dann da etwas zu entwickeln. Das fehlt.

P [00:23:54] Und fühlst du dich aber trotzdem gut nach solchen Gesprächen? Oder denkst du dir doch, irgendwas hat gefehlt?

H [00:24:02] Nein, ich freue mich immer, wenn ich mit den Leuten rede. Und ja, wie gesagt, ich habe jetzt auch, dadurch wurde ich kontaktiert von anderen Leuten, die schon ewige Zeiten, mit den ich nicht mehr gesprochen habe. Das ist dann doch ein bisschen mehr Glücksgefühl. Das ist dann doch so, wie lustig, die denken an einen und dann quatscht man lange. Also es sind auch ein paar Sachen dabei, die es vorher nicht gab, weil Leute sich auf der Welt irgendwie Sorgen machen oder Gedanken machen. Und wie gesagt, ich habe halt zu Hause, ich bin ich alleine. Wir sitzen hier abends immer auf dem Balkon und gucken runter auf der Hauptstraße. Und dann erlebt man alles Mögliche. Mein Mann sitzt neben mir, und da haben wir schon sehr viel Humor. Also was da abgeht, und das ist gut. Wenn das nicht wär, glaube ich, dann wär es schon einsamer. Aber so fühle ich mich nicht einsam.

P [00:25:14] Viele Leute haben auch gesagt, dass das Wissen oder der Gedanke, dass die ganze Situation sich nicht für Ewigkeiten so anhält, sondern dass sich das früher oder später wieder mehr oder weniger in Normalität verwandeln wird, das hilft auch diese ganze Situation ein bisschen auszuhalten. Weil man sich denkt, ok es ist schwierig, aber es wird wieder normal werden, hoffentlich früher oder später. Machst du dir da auch Gedanken drüber?

H [00:25:44] Ja total. Das ist so eine Sache, die mich sehr glücklich macht. Wenn ich darüber nachdenke, dass irgendwann die Möglichkeit besteht, dass man eine richtig große Party macht. Und... Manchmal hänge ich zwischen den Sprachen fest.

P [00:26:04] Ich auch! Ich habe wirklich Probleme damit, die in Interviews auf Deutsch durchzuführen. Wir können ruhig ausgefallen sagen, ich weiß was du sagen willst.

H [00:26:11] Ok. Naja egal. Aber halt richtig wilde Parties, wo alle sich freuen und laute Musik und viel Alkohol und in den Arm nehmen und knutschen und alles. Ich hoffe, das ist irgendwann möglich. Also das ist irgendwie so mein Bild, was ich die ganze Zeit habe. Ich hatte immer gedacht, so nach den Sommerferien. Aber ob das so klappt, mal sehen.

P [00:26:39] Das wäre jetzt meine letzte Frage auch gewesen, was wäre denn dein Plan jetzt momentan für den ersten Tag, an dem wieder alles erlaubt sein sollte? Was würdest du machen?

H [00:26:52] Ja, Party.

P [00:26:52] Ne Riesenparty mit all deinen Freunden.

H [00:26:52] Genau, genau, genau.

P [00:26:56] Zuhause dann?

H [00:26:58] Wahrscheinlich zu Hause. Aber wer weiß, vielleicht wollen wir das dann so richtig genießen und gehen dann einfach irgendwo hin in die Weinbar oder in eine andere Kneipe, wo man, das kommt ja aufs Wetter an. Wenn das auch noch draußen geht, wir haben auch ein paar Biergärten hier und so. Das wäre natürlich mega mega gut.

P [00:27:18] Eine letzte Frage, die ich noch hätte, du meinst die Weinbar ist schon wo ihr am öftesten hingehst, aber es gibt noch andere Bars und Cafés in der Nachbarschaft. Wenn man jetzt einfach alle Geschäfte betrachtet, wie oft würdest du denn in Geschäfte generell gehen, so pro Woche, pro Monat? Um Freunde zu treffen.

H [00:27:33] Also ich würde mindestens zweimal im Monat, mindestens. Aber in bestimmten Zeiten im Jahr kann das auch öfter sein. Das man sich aber jede Woche einmal trifft.

P [00:27:59] Hängt auch vom Wetter ab kann ich mir vorstellen.

H [00:28:00] Genau. Aber ich würde sagen mindestens zweimal im Monat.

P [00:28:03] Alles klar. OK. Aber dann ist ja doch, wenn du dich dann einmal im Monat in der Weinbar triffst, dann sind es ja doch 50 Prozent eigentlich, von all den Malen, wo du irgendwo hin gehst.

H [00:28:12] Genau.

P [00:28:14] Ich glaube, du hast jetzt ein relativ gutes Bild davon bekommen, über was ich meine Arbeit schreibe. Wie gesagt, es geht um diese dritten Orte und inwiefern diese dritten Orte wichtig sind für bestimmte Freundschaften. Und dann wiederum, inwiefern diese Freundschaften und Orte, die eigene Gesundheit, Wohlbefinden sozusagen beeinflussen. Gibt's da noch irgendetwas, was dir jetzt einfallen würde, was du gerne dazu noch sagen würdest? Was wir vielleicht gar nicht besprochen hatten.

H [00:28:42] Über andere Orte oder was?

P [00:28:46] Ja vielleicht fällt dir noch was zu der Weinbar ein, oder über andere Orte, genau. Oder über die Natur der Freundschaften mit denen du dich triffst. Muss aber auch nicht sein.

H [00:28:58] Wie gesagt, wir haben uns alle, wenn wir über diese Freundschaften reden, hatte es angefangen, dass wir uns irgendwo getroffen haben, und dann hat sich das ausgeweitet, das man eher nach Hause zu den Leuten geht. Und mit einigen, es gibt so einen Kern, zum Beispiel auch die Leute, mit dem wir jetzt die Zoom Party gemacht haben, das sind so die, die wir dann auf verschiedenen Partys, also bei den Leuten zu Hause auch treffen. Und dann natürlich irgendwie immer noch andere dabei. Aber es gibt diesen einen Kern. Und das ist eigentlich lustig, egal wo wir uns treffen. Ich überlege grade. Aber sonst. Wie gesagt, es gibt halt ein paar Biergärten, einer ist gerade abgebrannt auch noch. Ja, ja.

P [00:29:50] Und es gibt schon nicht so viele, wharscheinlich.

H [00:29:50] Nee, nee. Und ein anderer, der war super toll, da war auch ein Restaurant mit dran und die haben einen Anbau gehabt, und da ist gerade das halbe Haus eingefallen, und der ist total gesperrt. Die Auswahl ist ein bisschen kleiner geworden. Also wir haben jetzt wirklich noch einen Biergarten, dann die Weinbar und dann diverse Restaurants, wo man sich auch mal hinsetzen kann. Aber ansonsten ist es schon ein bisschen mager hier.



P [00:30:30] Ja das wäre jetzt eine Sache die mir noch eingefallen ist gerade. Inwiefern denn auch wirklich der Ort selber wichtig ist, für welche Aktivität du auch immer da durchführen willst. Aber du meinstest ja schon, dass die Weinbar jetzt oft aufgesucht wird, weil es halt doch schon ruhiger ist als jetzt die andere Bar.

H [00:30:43] Genau.

P [00:30:44] Also, da ist die Bar selber doch schon auch wichtig. Es geht nicht nur darum, Freunde zu treffen, sondern...

H [00:30:51] Der Ort. Genau. Der Ort ist total wichtig. Du gehst ja nicht irgendwo hin. Also, ich mache das nicht, ich mache das nicht gerne, dass ich irgendwo hingehere, wo mir der Laden nicht gefällt. Das ist schon wichtig, dass mir die Inhaber, dass ich die mag, dass die ganze Atmosphäre nett ist. Gute Musik. Es ist irgendwie net dekoriert oder so. Das finde ich schon wichtig. Und hätten wir jetzt so einen Laden, dann wäre mir das auch egal. Aber wir haben hier so. Wir haben zwei Biergärten noch genau, richtig. Aber, genau. Und die Weinbar, da kannst du auch draußen sitzen im Sommer. Das geht auch noch.

P [00:31:42] Wie heißt der Ort?

H [00:31:43] Lintorf. Ratingen, Lintorf. Also Ratingen ist die Stadt und Lintorf ist einer von den Vororten hier.

P [00:31:55] Das gucke ich mir mal an. Ich finde das immer interessant, wenn mir Leute von diesen Orten erzählen und ich sehe ja kein Bild dann. Ich höre die ganzen Geschichten und denke mir selber, das klingt echt cool!

H [00:32:05] Also Ratingen selber, wenn man in Ratingen geboren wurde, da gibt es natürlich viele Cafés und sowas. Aber hier halt nicht.

P [00:32:16] Aber die Weinbar klingt auch auf jeden Fall nach allem, was man brauchen könnte. Ok super. Ich meine, das wäre eigentlich alles, was ich wissen musste. Ich beende mal die Aufzeichnung.

## **Jan Transcript**

00:00:00

P: Auf gehts. Bevor es wirklich losgeht, muss sich noch kurz eine Art Konsentform mit dir absprechen. Und zwar funktioniert das wie eine Einverständniserklärung. Die müsste ich eigentlich immer vor jedem Interview ausführen lassen. Das geht ja jetzt nicht, weil wir das alles digital machen. Deswegen rede ich dich einfach durch, sozusagen durch die kurze Informationen und was mit diesem Interview gemacht wird. Und dann sagst du schlussendlich Ja, damit bin ich einverstanden oder nicht einverstanden. Und dann gehts los.

00:00:32

J: Kann ich das einfach blind, da habe ich jetzt vollstes Vertrauen zu dir. Kann ich nicht sagen, ich willige ein?

00:00:34

P: Alles klar, kannst du auch sagen.

00:00:35

J: Na ich meine, ich werde jetzt nichts peinliches freigeben und du wirst es nicht auf YouTube stellen.

00:00:42

P: Richtig. Genau. Ich benutze Synonyme, du bleibst anonym. Du kannst immer sagen, das will ich nicht beantworten, das ist mir zu unangenehm. So was. Alles klar, super. Dann natürlich noch wäre es super, wenn du so ausführlich wie möglich immer antwortest. Manche Fragen verlangen jetzt kurze Antworten aber zum Teil dann doch ein bisschen längerer. Mehr ist besser als weniger. Und erzähle mir ruhig irgendwelche Geschichten, wenn dir welche dazu einfallen. Und als allererste Frage dann ganz kurz für mich, dass ich die ganzen Interviews ein bisschen einsortieren kann, könntest du mir sagen, wie alt du bist und wie lange du schon jetzt in der Nachbarschaft wohnst, in der du momentan wohnst?

00:01:26

J: 50 Jahre. Und ich lebe hier seit 12 Jahren.

00:01:37

P: Alles klar.

00:01:40

J: Ah warte mal kurz. Meinst du in der Wohnung oder im Stadtteil?

00:01:42

P: Stadtteil. Es geht um die Nachbarschaft eigentlich.

00:01:46

J: Ja, dann lass uns mehr nehmen. 14 Jahre.

00:01:50

P: 14 Jahre? Ok, alles klar. Gut. Kurz als Einführung, ich meine du weißt darüber ja schon Bescheid. Wie gesagt, im Dezember 2019 ist das neuartige Coronavirus namens SARS-COV2 zum ersten Mal in der Stadt Wuhan aufgetreten und hat sich daraufhin relativ schnell in Europa verbreitet. Mittlerweile sind mehr als 185 Länder betroffen, und europäische Länder sind besonders hart getroffen worden, weshalb viele Regierungen recht drastische Maßnahmen ergriffen haben, um die Ausbreitung zu verlangsamen. In Deutschland hängen jetzt schon seit einigen Wochen Kontaktbeschränkungen. Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten sind geschlossen. Und bis auf einige Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen bleiben alle Geschäfte geschlossen. Ziemlich extreme Situation also, die das eigene Leben relativ stark beeinträchtigen kann. Kannst du mir denn erzählen, ganz kurz, wie du deine Tage jetzt unter dieser relativ seltsamen Situationen und Umständen verbringst?

00:03:04

J: Ich arbeite ganz normal. Ich arbeite in einem, also ich arbeite ja für eine Firma die online organisiert ist. Also auch vor Corona. Ich arbeite für diese Wildling Schuhe. Und da ist auch von dem ganzen Arbeitsdingen schon alles darauf ausgelegt, online zu arbeiten. Das heißt, jeder von uns hat sowieso schon einen eigenen Rechner, ist diese ganze Meet Struktur gewohnt und so weiter. Das heißt, meine Arbeit hat sich eigentlich nicht verändert. Ich fahre nicht mehr ins physische Atelier, wo

die Materialien liegen und wo ich auch meine Kollegen treffe und wir schneller Absprachen machen kann. Das ist ein Unterschied. Aber ansonsten, ich arbeite ganz normal. Arbeite auch mehr als sonst und hab danach Freizeit. Und Schule in der Regel, jetzt sind natürlich Ferien, Schule dann noch danach irgendwie. Meine Tochter macht im Akkord Mittagessen. Und dann bin ich mit Maja entweder am Schule machen oder, dass ich dafür sorg, dass sie sie rauskommt und sich bewegt.

00:04:11

P: Obwohl ja Maja auch gar keine Schule hat momentan, ne?

00:04:12

J: Ja momentan hat die Ferien. Momentan ist sowieso alles anders. Jetzt ist sie grad bei ihrem Papa.

00:04:19

P: Und deine Freundschaften und Kontakte wie haben, wie wurden die beeinflusst jetzt in dieser Situation? Hast du noch weiterhin Kontakt mit Freunden und wenn ja, wie?

00:04:31

J: Total. Also sowieso per Telefon. Und ich treffe regelmäßig, aber immer noch eine Freundin bei uns im Garten, und wir sitzen dann mit zwei Meter Abstand, setzten wir uns auf unsere Stühlchen oder Hocker oder so und quatschen. Oder samstags treffe ich eine Freundin, weil hier in Deutz ein Cafe wieder aufmacht weil die halt überleben müssen. Und da gibt es ein Café-To-Go. Also das ist ein Cafe wo ich sonst gerne sitze und da gibt es ein Cafe-To-Go. Und da sind wir verabredet und nehmen dann da einen Kaffee mit, gehen dann an den Rhein und setzen uns dahin. Mit zwei Meter Abstand, jeden Samstag mittlerweile. Weil dreimal hintereinander immer dasselbe, das ist ja, wie nennt man das in Köln, dann ist es ja schon Tradition. Nach zweimal eigentlich.

00:05:20

P: Ich meine, die Cafes, das ist ja eigentlich genau woran ich interessiert bin. Gibt es denn irgendein Ort, wo du normalerweise, sagen wir jetzt vor Corona, regelmäßig hingegangen bist, um dich mit Freunden zu treffen? Also Freunde treffen, so als Hauptgrund, um diesen Ort aufzusuchen.

00:05:42

J: Also es gibt zwei, drei Cafes in Deutz, die haben so einen Außenbereich, da kannst du dich hin hocken und nach spätestens zehn Minuten kommt sowieso jemand vorbei, den du kennst. Das ist halt nicht mehr.

00:06:00

P: Und das sind drei Cafés, meinst du? Zwei, drei. Da gibt's also kein eines Café, wo du sagst, das ist so mein Hauptcafe, sondern da wechselst du deine...

00:06:09

J: 2 Cafes, ja.

00:06:19

P: Und wie heißen die?

00:06:19

J: Das eine ist das St. Luis auf der Deutzer Freiheit. Und das andere ist das Heimisch.

00:06:24

P: Heimisch, ok. Und mit was für Leuten triffst du dich denn da so normalerweise? Ich versuch, ein bisschen besser zu verstehen, ob das enge Freunde sind oder Freundschaften, wo man sich eigentlich echt nur in Cafés trifft oder Bekannte.

00:06:38

J: Das Besondere daran ist wirklich, dass es von dem Zufall lebt. Und dieser Zufall findet jetzt natürlich nicht mehr statt. Man kann da aber wohl sehr enge Freunde treffen. Ich bin auch manchmal verabredet, so wie heute mit Elke. Da sagen wir dann, komm, wir gehen eine Cafe-To-Go holen. Das ist eine enge Freundin von mir. Ich kann mich da hinsetzen, dann kommt da nach 10 Minuten die erste Person. Entweder sind das Leute, die ich nur locker kenne, nur lose kenne. Manche hocken sich dazu, manche ziehen weiter, man hält einen kurzen Schwatz. Also diese Zufalls-Begegnungen oder auch enge Freunde kommen zufällig vorbei und hocken sich dazu. Also diese Option, dass man zufällig aufeinander trifft, die fällt jetzt natürlich aus. Da muss man sich jetzt verabreden.

00:07:16

P: Also du hast dich vorher verabredet zum Teil mit Leuten um dahin zu gehen, aber manchmal bist du auch einfach selber hingegangen und geguckt, mal sehen. Wie oft gehst du dahin so regelmäßig? Also wöchentlich oder monatlich?

00:07:32

J: Zwei bis dreimal die Woche.

00:07:34

P: Ja, zweimal, dreimal die Woche, eines der beiden Cafes sozusagen?

00:07:38

J: Genau. Das hängt ein bisschen damit zusammen, also wenn ich zum Beispiel von der Arbeit komme, dann komme ich da dann vorbei. Und dann ist es für mich so ein Feierabend mit allen Leuten. Wenn ich dann noch Zeit habe bevor ich Maja sehe oder so und mir denke, ey einmal kurz runter kommen.

00:07:54

P: Sind die nah bei dir in der Nähe?

00:07:58

J: 5 Minuten.

00:08:00

P: Ja, das macht natürlich Sinn und bietet sich an.

00:08:03

J: So ein bisschen Urlaub, so.

00:08:08

P: Genau. Erzähle mir mal ein bisschen wie du dich fühlst, wenn du da in dem Café bist und dich mit den Leuten unterhältst.

00:08:11

J: Tiefenentspannt (lacht). Tiefenentspannt, man sitzt, man plauscht. So stelle ich es mir auf nem Dorf vor, wenn du auf nem Dorfplatz sitzt. Das ist für mich der Dorfplatz. Wie fühle ich mich? Gut. Leicht. Wie nennt man das, so zuversichtlich. Dem Leben zugewandt.

00:08:35

P: Man kann wieder ein bisschen neue Energie tanken, sozusagen.

00:08:39

J: Ja genau. So eine richtig schöne Micro-Pause ist das.

00:08:44

P: Das ist schön. Und was meinst du, wie wichtig wäre dieser Ort für die Pflege dieser Freundschaften?

00:08:53

J: Das ist unabhängig. Also meine Freundschaften kann ich unabhängig vom Cafe pflegen.

00:08:58

P: Alle Freundschaften? Oder würdest du sagen, die mit deinen engen Freunden kannst du auf jeden Fall unabhängig pflegen. Aber manche Freundschaften, da trifft man sich eigentlich wirklich nur in dem Café. Und davon abgesehen nicht wirklich irgendwo anders?

00:09:17

J: Nee. Ich treffe mich mit... Es gibt vielleicht mal so, wenn mal so zwei, drei Leute die da vorbeigehen, wenn die sich auch mal dazu setzen oder ich die da treffe, das sind noch nicht mal Freunde, das sind Bekannte würde ich sagen. Halt Bekannte um so einen Plausch zu halten.

00:09:33

P: Und so ein Plausch ist ja trotzdem wichtig für dich eigentlich, oder? Ich meine, man muss ja nicht die besten Freunde sein und die tiefsten Gespräche haben, um seine Zeit zu genießen. Ich finde diese plausch-Gespräche, wie du sie gennant hast, ich meine, die machen ja auch was für die eigene Gesundheit und Wohlbefinden.

00:09:50

J: Ja, ich glaube es gibt dir halt Leichtigkeit im Leben, weißt du. Das süße Leben ist das sozusagen. Oder?

00:10:03

P: Das süße Leben?

00:10:10

J: Ja. Wie nennt man das denn? Da gibt es doch einen Begriff für. Das süße nichts tun.

00:10:12

P: Einfach, kann ich mir vorstellen mit anderen Leuten zusammen Zeit verbringen. Man muss ja nicht unbedingt reden, aber einfach nur.

00:10:22

J: Ja genau, einfach palabern. Also wir reden dann auch oft so über, also ich bin ja auch relativ stark in Deutz auch verwurzelt. Weil ich auch in der Stadtpolitik war oder auch gemacht habe. Und dann reden wir auch viel da drüber. Über den Stadtteil einfach auch. Ja.

00:10:48

P: Und jetzt, du meinstest eins der beiden Cafés ist jetzt noch weiterhin offen und bietet Coffee to go an.

00:10:54

J: Nur samstags.

00:10:55

P: Nur samstags, ok. Und das andere nicht?

00:10:57

J: Doch, das andere Café hat auch grade auf gemacht, aber das hatte ich noch nicht auf der Platte. Die machen jetzt freitags, samstags, sonntags auf. Nur Cafe-To-Go. Anders ist das nicht erlaubt.

00:11:09

P: Und ich meine, wir haben da jetzt schon ein bisschen drüber geredet, aber jetzt, genau seitdem diese Cafés zuhatten eigentlich, hast du dich mit deinen engen Freund noch weiterhin getroffen? Oder hast du dich mit den weiterhin?

00:11:25

J: ... (undeutlich)

00:11:25

P: Ja, und dann habt ihr euch aber auch einen Kaffee to go geholt, sozusagen. Also ihr seid immer noch, teilweise abhängig von dem Cafe? Nee?

00:11:33

J: Nee, wir sind total unabhängig. Also gestern war das erste Mal, dass ich den Wein mit runter gebracht habe, und wir da ein Weinchen getrunken haben. Und sonst trinken wir sogar gar nicht, oder jeder hat seine Wasserflasche dabei. Als wir noch dachten, es wäre so ultra, ultra, ultra streng, da hat dann jeder seine eigene Flasche, sein eigenes Getränk mitgebracht. Aber das sehe ich jetzt grad nicht mehr so eng.

00:11:52

P: Ja, ja, ja ok. Und wenn...

00:12:00

J: Da ich dann da nichtmal die Flasche der anderen Person anfasse. Ich hab da ja nicht reingehustet.

00:12:06

P: Ja, da haben unterschiedliche Leute unterschiedliche Auffassungen und nehmen es anders ernst. Aber ich meine, wenn du meinst, dass deine Freundschaften oder die wichtigen Freundschaften für dich relativ unabhängig von dem Ort sind, vermisst du trotzdem den Ort? Wie macht sich das bemerkbar bei dir? Also jetzt wieder versuchen, auf deine Gefühlszustände ein bisschen zurück zu kommen. Wie du dich fühlst?

00:12:35

J: Wie fühle ich mich. Wenn ich nicht dahin gehe?

00:12:35

P: Ja. Also, hast irgendwie ab und zu Momente gehabt, jetzt, in den letzten paar Wochen, wo du dir gedacht hattest, oh man das fehlt mir. Ich fühl mich mehr gestresst.

00:12:46

J: Ja. Ja, genau. Ich fühle mich gestresst, aber nicht deswegen, weil das Cafe nicht auf hat.

00:12:51

P: Aber das Café könnte ja dann gleichzeitig vielleicht eine Art...

00:12:54

J: Entspannungsoase sein.

00:12:54

P: Richtig. Genau.

00:12:54

J: Ja, ja. Das stimmt schon. Also, ich vermisse es als eine liebgewonnene Gewohnheit. Und so wie ich es grad gesagt hatte, es ist halt so niedrigschwellig. Da sitzt du draußen unterm Sonnenschirm vor dem Café. Da muss man noch dazusagen, gegenüber ist der Hauptsupermarkt. Also du bist da ein bisschen, als säßest du da an einer Promenade, halt noch nicht mal zehn Prozent so schön wie eine Promenade, aber du nimmst halt so teil am öffentlichen Leben, ohne dich dafür anzustrengen. Das kannst du einfach konsumieren. Du setzt dich hin und guckst den Leuten zu. Ja das vermisse ich schon, weil das ist schon nett.

00:13:44

P: Da reden viele, viele Stadtplaner momentan drüber. Über diese Beschäftigung von Leute beobachten und wie wichtig das eigentlich ist und wie gut es tut. Das ist interessant, dass du das jetzt gerade sagst. Aber ich muss sagen, dass du die erste bist, die gesagt hat, dass deine Freundschaften wirklich so gut wie gar nicht abhängig sind von diesem Ort. Kannst du irgendwie versuchen einen Grund dafür zu nennen? Warum denkst du, ist es so? Woran liegt es?

00:14:16

J: Ich finde, es liegt an euren Freundschaften. An der Qualität der Freundschaft. Dass es alles Leute sind, es sind in meinem Fall Frauen, die ich jederzeit anrufen kann und sagen kann, hey hast du Lust in den Garten zu kommen. Oder hast du Lust, spazieren zu gehen? Es gibt ja auch Freundschaften, da steht man sich nicht so nah. Und wenn man dann anruft, dann denkt man, das hat gleich so eine Bedeutung.

00:14:39

P: Und solche Freundschaften hast du ja auch in diesem Cafes nehme ich an. Also das sind dann die Orte, die Leute, wo du dich nicht verabredest, aber die dann ab und zu da sitzen.

00:14:47

J: Selten. Total selten. Aber meine Freundschaften, die sind alle so, finde ich auf so einem Level, wo man jederzeit anrufen kann, und sagen kann, hey mir fällt gerade die Decke auf den Kopf, können wir nicht mal ne Runde spazieren gehen, mit Abstand? Also, ich fühle mich da irgendwie noch total versorgt, ehrlich gesagt. Also das ist so, dass ich denke, ich kann das jetzt nicht mit jeder Freundin machen, weil das wird mir dann auch irgendwie zu stressig. Es wird dann so ein Freizeitstress. Genau! Das ist vielleicht nochmal ein Punkt, der raus zu arbeiten wäre. Also, wir haben uns in höchster Gruppen Konstellation zu dritt in meinem Garten getroffen oder unserem Garten. Und im Café haben wir das auch manchmal so, dass wir uns auch zu viert oder sogar noch mehr treffen. Und das ist irgendwie süß, das ist so ein bisschen unsere Jogginggruppe. Mit denen gehen wir Donnerstags immer zusammen joggen. Und wir haben dann auch manchmal beim Joggen, wenn wir dann Freitags frei haben, dann hatten wir gesagt, ey wer hat denn Lust, wir verabreden uns doch auf einen Kaffee. Und dann haben wir da immer so unseren Themen ausgetauscht. Schwere Kindererziehung (lacht). Das finde ich ein bisschen schade. Ich habe dann für uns so ein Meet organisiert. Also so wie jetzt, aber für alle Mädels die beim Joggen dabei sind, unsere Jogginggruppe. Und das ist dann für viele befremdlich. Also wenn die nicht so arbeiten und das daher nicht kennen, dann finden die das komisch. Da haben die dann keinen Bock drauf. Und das fällt weg, dieses Gruppen, diese Zugehörigkeit von dieser Jogginggruppe. Ich bin da oft so ein Bindeglied zwischen alle denen. Aber, dass die so miteinander auch in Kontakt treten, das hängt ein bisschen.

00:16:37

P: Ja, ja. Es kann ja gut sein, echt, dass du, wie gesagt, jetzt momentan keine Probleme hast, weiter in Kontakt zu bleiben. Weil du, wie du meintest, das Bindeglied bist. Aber vielleicht.

00:16:46

J: Oder ein Bindeglied.

00:16:46

P: Aber vielleicht fällt das für die anderen ein bisschen schwerer.

00:16:51

J: Ja total. Aber es ist auch so, jedenfalls für eine Freundin, wo ich weiß die steht oft ein bisschen am Rand dieser Gruppe. Die hat mich dann auch gefragt, ey hast du Bock dich morgen bei dir im Garten zu treffen? Die hatte ich dann gestern getroffen.

00:17:03

P: Die trifft aber wahrscheinlich die anderen Freundinnen, die sie normalerweise im Café sieht, nicht, ne?

00:17:07

J: Das weiß ich nicht. Weniger bestimmt.

00:17:07



P: Und ich will noch ganz kurz einmal zurückkommen auf diese Bekannten, die dann auch ab und zu in dem Café sind. In den Cafés. Sind die in jeglicher Hinsicht wirklich wichtig für dich würdest du sagen? Oder kannst du sagen, es ist nett, aber ich bin nicht wirklich drauf angewiesen.

00:17:29

J: Richtig.

00:17:29

P: Ok. Alles klar. Gut. Okay. Und sonst... Ach, du meinstest eigentlich schon, dass du dich noch weiterhin triffst, auf Abstand. Weil sonst was ich jetzt oft frage ist, ob denn diese ganzen virtuellen Kommunikationsmöglichkeiten wie Skype, HouseParty was auch immer, benutzt werden, um diese Freundschaften jetzt weiterhin am Leben zu halten. Aber das benutzt du gar nicht?

00:17:54

J: Doch. Ja, ich habe halt dieses Google Meet, weil das das Format ist, was ich von meiner Arbeit kenne. Das ist für mich immer am leichtesten zu bedienen. Da kann ich den Link an meine Freundinnen schicken und fertig. Ne, und das machen wir auch. Das machen wir so einmal die Woche ungefähr.

00:18:12

P: Also zusätzlich zu den physikalischen Treffen, dann?

00:18:16

J: Ja. Zu denen, wenn wir im Garten sind. Weil wir da ja nie zusammen sind, sondern immer nur in einzelnen Konstellationen. Und dann gibt es halt auch einmal die Woche ungefähr, so in dem Abstand, ein Google Meet. Und da sind dann aber auch nicht immer alle dabei. Aber dann doch oft viele. Aber manche tun sich halt schwer damit. Manche finden das halt irgendwie befremdend.

00:18:42

P: Wenn du dieses Google Meet, wenn du diese Atmosphäre unter Google Meet jetzt vergleichen würdest mit eurer normalen Konstellation, ihr vier, fünf sitzt zusammen im Café St Luis oder Heimisch. Wie würdest du die beiden Situationen vergleichen? Was fehlt zum Beispiel im Google Meet, was du normalerweise im Café hättest? Was ist anders?

00:19:09

J: Ja, es ist halt immer diese Blech dazwischen. Diese blecherne Übersetzung irgendwie. Was ich aber schon finde, was ich enorm finde, ist, wir hatten neulich auch so ein Meet und wir hatten so gekichert und gegackert, dass ich dachte, wie cool dass es eigentlich auch so geht. Also auch Humor kommt noch rüber und so. Ich glaube, dass es manche von uns in dieser Gruppe beeinflusst, sie sich nicht so natürlich damit fühlen, was du wie ich meine? Befangen ist aber schon wieder ein zu großes Wort. Gehemmt ist auch zu groß. Aber weißt du wach ich meine, so ein Anflug davon. Also meine beste Freundin Simone, die ist auch in dieser Gruppe und die sagt halt so, ah ich finde es komisch mit euch.

00:19:58

P: Ja? Komisch über diese Videokonferenzen?

00:20:03

J: Ja genau. Alle die so arbeiten, da sind gerade mindestens drei, die so arbeiten gerade momentan über einen Bildschirm. Für uns ist das halt irgendwie so, ja ist doch kein Problem. Also, da gibt's halt auch so ein unterschiedliches Level im Umgang. Und was ich ganz cool und interessant fand, eine Freundin von mir, die ist Psychologin, und die macht gerade auch diese ganzen online psychologischen Beratungen. Und die sagte zum Beispiel, wenn man sie schon gut kennt, aufgrund schon vorgegangen, vorangegangener Sitzungen, ist es kein Problem auch über Video zu arbeiten, weil man den anderen mittlerweile so gut kennt, dass man sozusagen auch diese zwischen... es sind ja keine Sätze dazwischen oder Gesten aber man hat sozusagen im Kopf schon die Persönlichkeit oder man weiß schon, mit wem man es zu tun hat. Und ich finde das funktioniert bei uns auch, mit den Joggingmädeln. Und die Katrin, die Psychologin, die sagte halt, sie würde überhaupt nicht eine Videokonferenz mit jemanden machen, der das Erstgespräch braucht. Wo du ein Gefühl, ein atmosphärisches Gefühl brauchst. Aber ich finde dadurch, dass wir uns alle kennen und gut uns schon lange kennen, ist es kein Problem.

00:21:30

P: Interessant. Ich meine du hast recht, man sieht ja...

00:21:34

J: Ich hab da mal drauf geachtet auch mit der Arbeit und so. Ich finde es auch spannend.

00:21:39

P: Ich meine, man kennt ja, wie du meinst, wenn man sich schon eine Weile kennt, dann kann man auch besser die ganzen Gesten einer Person sozusagen einschätzen und einkategorisieren. Und über diese Videokonferenzen siehst du ja nur die Hälfte. Und deswegen...

00:21:55

J: Genau. Und ich finde so, man erkennt die Person, gerade weil man sich schon kennt.

00:21:58

P: Sonst, eine letzte Sache, wo du auch die erste bist, die das beschrieben hat, also diese To-Go Aktion, die angeboten wird von beiden Cafés.

00:22:11

J: Darf ich da mal grad was sagen?

00:22:15

P: Ja klar.

00:22:17

J: Ich kaufe nie to-go, weil ich das blöd finde. Nur jetzt. Sonst weigere ich mich to-go, weil ich immer denke, entweder habe ich Zeit mich hinzusetzen und Kaffee zu trinken oder ich lasse es bleiben. Ich finde diese ganze To-Go Mentalität echt scheiße.

00:22:33

P: Aber warum machst du es dann jetzt? Das ist ja interessant dann.

00:22:35

J: Um dem Cafe zu helfen. Mit meiner Freundin sozusagen daran ein bisschen festzuhalten. Und ich bringe meine eigenen Becher halt mit. Aber ich mag dieses, das will ich damit sagen, für mich liegt die Qualität des Kaffee trinken gehen, in dem draußen unterm Sonnenschirm sitzen und sitzen. Die fünf Minuten, die habe ich und ich will nicht meinen Kaffee noch auf dem Fahrrad schlabbern. Es geht gar nicht um den Kaffee. Es geht um dieses zelebrieren.

00:23:05

P: Richtig! Genau. Genau, genau, genau.

00:23:21

J: Wo du das gerade sagt, fällt mir ein, ich bin heute ja noch zum Kaffee trinken verabredet.

00:23:21

P: Aber ich finde, so ist es halt wirklich oft, dass diese Beschäftigung wie Kaffeetrinken eigentlich nur nebensächlich ist. Und hauptsächlich geht es darum, sich mit Leuten zu treffen und zu reden.

00:23:31

J: Das finde ich auch. Weil du kriegst nen Kaffee ja für weniger auch zuhause. Das ist ja dann schon auch ein teures Hobby. Aber es hat etwas damit zu tun, so das leiste ich mir, das gönne ich mir.

00:23:46

P: Aber umso interessanter finde ich es halt, dass du dann meinst, ok du machst dieses Kaffee-To-Go jetzt, obwohl es dir eigentlich nicht wirklich gefällt. Einerseits, um das Café zu unterstützen, klar, aber andererseits auch, um an diesem ganzen Gefühl, an dieser Routine ein bisschen festzuhalten. Und weiterhin...

00:24:07

J: Ja, weil es Spaß macht auch.

00:24:07

P: Kannst du da irgendwie noch ein bisschen weiter drüber versuchen, über das To-Go, ich finde das interessant. Weil ich versuche, jetzt sozusagen zu verstehen, wie wichtig dann doch das Café ist, sozusagen für die Freundschaft. Weil du meinst, es ist nicht wichtig, aber gleichzeitig ertappst du dich jetzt trotzdem, dass du diese Aktion machst wie Kaffee-To-Go kaufen, obwohl sie dir eigentlich gar nicht so gefällt, um dann doch irgendwie...

00:24:33

J: Nee, das ist mir auch nicht passiert, sondern da habe ich mich bewusst für entschieden. Wo ich mir gedacht habe, wenn ich die unterstützen kann, dann finde ich das gut. Ich habe auch so Gutscheine von denen gekauft. Es gibt hier so Fedelsretter, ich weiß nicht obdu das kennst. Gibts bestimmt auch in Berlin. Es gibt hier so die Fedelsretter, da kannst dann so Gutscheine bei den Restaurants und Cafés kaufen, die du kennst. Und löst du dann eben nach Corona ein. Und von denen habe ich das halt auch, die ich dann nach Corona einlöse. Also ich will nicht, dass der Laden pleite geht, weil sonst kann ja auch meine Gutscheine nicht einlösen.

00:25:08

P: Und es ist jetzt wirklich eine bewusste Entscheidung, dass jedes Mal, wenn dieser Kaffee-To-Go angeboten wird, am Samstag, Sonntag, dann gehst du auch jedes Mal hin, mit Freunden?

00:25:18

J: Genau. Mit einer Freundin. Wir verbinden das dann halt mit dem Einkauf. Das haben wir früher aber auch gemacht, wenn wir uns samstags getroffen haben. Und das ist auch nochmal, die Qualität davon besteht auch nochmal weil es so zentral liegt, auf der Freiheit und das unsere Einkaufsmöglichkeiten ist. Dass es relativ oft so bei (Zuruf) geht. Die wohnt da um die Ecke, und dann schreibe ich so, hey wir sind gerade im St Luis, willst du kommen? Und dann sagt sie, ja klar. Und fünf Minuten später ist sie dann da.

00:25:47

P: Und jetzt, wo ich euch nicht mehr hinsetzen könnt, wo setzt ihr euch anstelle hin?

00:25:54

J: Wir gehen an den Rhein. Am Ende der Freiheit kommt der Rhein und dann setzen wir uns dahin.

00:25:59

P: Und fehlt da irgendwas? Ist es besser, schlechter als die Sitzmöglichkeiten im Café?

00:26:10

J: Na der Rewe fehlt, wo du beobachten kannst. Aber dann beobachtest du halt die anderen Leute. Und das sind ja eigentlich auch nur Zaungäste. Das sind ja irgendwie, ich glaub, das ist ja nur wie so ein Hintergrundrauschen. Da geht es ja nur darum, dass du nicht alleine bist und dass du dich irgendwie in einer großen Wolke zugehörig fühlst. Weißt du wie ich mein?

00:26:31

P: Ja klar.

00:26:31

J: Ich glaube es hat total viel mit, meine Herde grast hier auch, so in der Richtung.

00:26:42

P: Als letzte Frage, was wird das erste sein, was du machst, sobald die ganzen Cafés, Geschäfte wieder geöffnet werden?

00:26:53

J: Wenn man sich überhaupt wieder treffen darf, meinst du das? Meinst du jetzt nur Geschäfte und so shoppen? Oder meinst du auch Freunde treffen?

00:27:04

P: Auch Freunde treffen. Aber hauptsächlich geht es um die Geschäfte. Genau. Würdest du sofort in eines der Cafés rennen, oder würde sie sagen Nee, nicht unbedingt. Ich würde eher erst einmal mich mit Freunden irgendwo anders treffen oder?

00:27:15

J: Du meinst ob das jetzt nachhaltig mein Verhalten verändert hat?

00:27:22

P: Nee nicht unbedingt. Das war eigentlich mehr als kleiner Spaßfrage gemeint. Aber es ist ganz interessant, weil viele Leute dann wirklich dann noch mal interessante Thematik aufgegriffen hatten.

00:27:32

J: Also, ich habe mich das schon gefragt, was ist eigentlich wenn das vorbei ist. Machen dann alle Leute echt Party auf der Straße? Ist dann so richtig, so Love Parade jeden Tag auf der Straße. So ein Gefühl habe ich das alles so, total abgehen werden. Aber das weiß ich gar nicht ob das so sein wird. Und ich habe mir noch nicht überlegt, was ich da mache. Ich habe totale Lust, Leute einzuladen in meinen Garten, grillen, Party zu machen oder so. Da hätte ich schon Bock drauf. Achso, ich bin auch dienstags zum Beispiel, im Viertel, da haben wir so ein Veedelsport. Da treffen wir uns auf eiem öffentlichen Platz und spielen und machen Sport gemeinsam. Also Federball oder Rundlaufen um die Tischtennisplatte und so. Sowas wird dann auch wieder stattfinden.

00:28:23

P: Sowas findet halt momentan gar nicht statt nehme ich an?

00:28:24

J: Nee findet nicht statt.

00:28:24

P: Super. Ich meine, das ist alles, was ich gebraucht habe. Vielen Dank! Gibt'J noch irgendwas, ich meine du hast jetzt eine gutes Verständnis davon bekommen, worüber ich meine Arbeit schreibe. Gibt'J irgendwas noch, was du denkst, wär vielleicht interessant für mich, was du noch erwähnen würdest wollen?

00:28:43

J: Ich gucke mal gerade. Du hattest ja gefragt welche Orte benutze ich?

00:28:46

P: Genau. Also, es geht viel wirklich um auch den Effekt auf dein mentales Wohlbefinden und Gesundheit und wie es dich beeinflusst.

00:28:56

J: Ich fühl mich eigentlich auch total... Also mir geht es echt gut. Mir geht es auch psychisch gut. Also das einizge was mich nervt ist, dass ich zu viel arbeite und mit meiner Arbeit nicht fertig werde. Alle reden voll von Entschleunigung, und ich meine, welche Entschleunigung denn bitte schön. Aber jetzt fürs Wochenende habe ich dann die Entschleunigung. Also mir geht es eigentlich total gut und ich muss dir auch sagen mir ist völlig klar, dass das eine Luxus Situation ist. Dass wir eine große Wohnung haben. Wir haben eine große Wohnung. Wir haben genug Platz, wir haben irgendwie einen Garten. Also, man kann sich einfach nicht beschweren. Das einzige ist, wenn ich Maja beschulen muss, das nervt. Du weißt ja wie es ist. Ok, das könnte jetzt Post sein sein, Arbeitspost.

00:29:54

P: Ich meine das Interview ist ja eigentlich zu Ende. Ich kann die Aufnahme ja anhalten schon mal.

**Jim Transcript**

P [00:00:02] Alles klar, super gut. Die Qualität leidet ein bisschen, sobald ich die Aufnahme beginne. Aber das geht schon geht, das geht schon. Bevor wir wirklich loslegen, muss ich kurz mein Konsentform sozusagen abhaken. Normalerweise hätte ich das gegeben zum unterschreiben, aber das geht jetzt nicht. Deswegen mache ich das einfach oral und sag dir einfach kurz um was es geht meiner Forschung und dann sagst du zum Schluß, ja finde ich gut, ich bin einverstanden. Und so wurde es abgehakt, für meinen Dozenten jedenfalls. Ok, wie du weißt, das Interview hier ist Teil meiner Bachelor These an der Universität zu Groningen. Keine Informationen, die du mir erzählt, werden an irgendein Drittpersonen weitergegeben, sondern edie bleiben wirklich für mich, für meine Arbeit. Ich werde Synonyme benutzen für den Namen. Du bleibst weiterhin anonym. Das ist kein Problem. Und natürlich hast du zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Interviews die Möglichkeit, eine Frage nicht zu beantworten, falls es dir unangenehm sein sollte, oder das Interview komplett abubrechen. Es ist auch absolut kein Problem. Genau. Und wie gesagt, das Interview wird aufgenommen, aber nur für meinen eigenen Nutzen. Bist du mit all diesen Maßnahmen einverstanden?

J [00:01:16] Bin ich.

P [00:01:16] Cool! Ein bisschen formal immer am Anfang, aber das muss abgehakt werden. Sonst antworte am besten immer so ausführlich wie möglich. Manche Fragen sind bestimmt ein bisschen kürzer, aber mehr ist besser als weniger. Und erzähle mir ruhig irgendwelche Geschichten, wenn du welche zu erzählen hast.

J [00:01:34] Frag einfach auch nach. Einfach mit Fragen Löchern.

P [00:01:43] Mache ich. Alles klar. Gut, bevor es dann wirklich losgeht, brauche ich noch zwei kurze Informationen, und zwar dein Alter. Und wie lange du jetzt schon in deiner Nachbarschaft wohnst wo du momentan wohnst.

J [00:01:56] 22 und seit Oktober. Wieder

P [00:02:03] Wieder? Hast du vorher in der gleichen Umgebung gewohnt, bist du zurückgezogen oder?

J [00:02:09] Nee bin ich nicht. Ich bin umgezogen. Ich habe früher im Norden gewohnt, und wohne jetzt in Neukölln. Habt da vorher aber auch schon viel gehangen.

P [00:02:22] Wohnst du alleine?

J [00:02:24] Nee ich habe eine Mitbewohner, und wir sind sehr gut mit dem Typ, der über uns wohnt, befreundet, sodass wir fast zu dritt hier wohnen. Es ist ganz angenehm. Zum Kaffeetrinken kommt er runter.

P [00:02:43] Cool! Eine kurze Einführung. Ich wollte, darüber weißt du bestimmt schon Bescheid, kurz die aktuelle Corona Situation nochmal einführen, sagen ok, seit 2019, Dezember gibt es das neue Coronavirus SARS-COV 2, was zu erst in Wuhan aufgetreten ist. Es hat sich ziemlich schnell verbreitet auf dem Rest der Welt. Momentan sind mehr als 185 Länder betroffen, Europa besonders stark. Und deshalb haben sich einige europäische Regierungen dazu veranlasst, relativ drastische Maßnahmen zu ergreifen, um die weitere Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. In Deutschland gelten

Kontaktbeschränkungen und etliche Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten sind geschlossen und bis auf ein paar Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen und andere zentrale Einrichtungen bleiben auch alle Geschäfte geschlossen. Soweit ziemlich extreme Situationen. Kannst du mir also kurz erzählen, als Einführung sozusagen, wie du denn deine Tage jetzt in dieser seltsamen Corona Lage verbringst.

J [00:03:49] Ich kann ja damit anfangen, wie ich erst mal von betroffen war. Ich wollte meine Studienarbeit schreiben, das Semester oder die Semesterferien habe da angefangen. Irgendwann waren dann Bibliotheken Schließungen angekündigt. Das hat mich am härtesten getroffen. Und auf Arbeit wurden eigentlich alle ins Homeoffice geschickt. Und da damit häng ich jetzt einfach nur viel Zuhause. Wir haben ein Gästezimmer, da haben wir eine Freundin hier noch aufgenommen, die sonst alleine wohnt. Damit sie jetzt, zweieinhalb Wochen, war sie da, und ist jetzt vor einer Woche wieder zu sich, damit sie nicht alleine so viel Zeit verbringen muss, sodass wir am Anfang viel Spaß hatten, einfach. Studienarbeit ging dann nicht mehr, weil ich mich hier nicht konzentriert bekommen habe.

P [00:04:57] Das hat man dann ziemlich schnell für sich abgehakt.

J [00:05:01] Ich durfte die dann aber entschuldigen. Oder die entschuldigt nicht abgeben. Was ganz nice ist. Dann haben wir einfach viel aufeinander gehangen, haben versucht, unser Wochenende immer noch bestmöglich zu zelebrieren. Freitag bleibt Freitag war hier so das Mantra, immer noch immer noch ausgerastet. Das ist dann natürlich nicht ganz so einfach, weil es doch etwas begrenzt ist. Aber es ging eigentlich auch ganz gut. Und dann habe ich das große Glück, gerade auf Wolke sieben zu schweben. Mit der guten Qaeda auch ziemlich viel rum, sofern was die Ausgangs Beschränkungen angeht, nicht vollends konsequent. Weil ich auch noch in ihrer WG rumhänge und hab dadurch immer auch einen Tapetenwechsel alle zwei Tage.

P [00:06:04] Ja das wäre meine nächste Frage jetzt gewesen, wie du denn mit deinen Freunden weiterhin in kontakt bleibst.

J [00:06:10] Na ja, die meisten sehe ich einfach gar nicht. Versucht ab und an zu telefonieren. Aber es gibt sich auch irgendwie nicht so viel zu erzählen. Manchmal trifft man Leute beim Spazieren gehen, das ist ganz witzig. Läuft, läuft in sie rein, also gar nicht, dass das beabsichtigt wäre. Aber gerade am Anfang war ich noch sehr viel spazieren, auch wenn man sich gesagt Okay, jetzt hab ich nichts zu tun. Man trifft sich, aber das wurde dann irgendwie im öffentlichen Diskurs alles ernster. Dann hat man, da habe ich das dann auch runtergefahren. Wobei jetzt, nach zwei Wochen, lockert sich das auch wieder. Da hab ich das Gefühl, dass Leute schon eher wieder bereit sind einen auf einen Spaziergang zu treffen.

P [00:07:00] Und so hab ich auch gesehen. Ich war jetzt letztens im Gleisdreieck Park, und da war viel los. Wo man gleichzeitig auch ab und zu die Leute sieht, die das wirklich noch ernst nehmen, dann wirklich anderthalb Meter mindestens voreinander auf der Parkbank entfernt sitzen, was ja dann auch immer sehr nice aussieht.

J [00:07:16] Nee dann auch nur zu zweit draußen treffen. Das mache ich. Mir irgendwie Pflanzen anzulegen. Ich wollte mir jetzt wieder ein bisschen Klavier beibringen. Ja, so was. Aber jetzt beginnt auch mein Semester. Das heißt, da kriege ich mich, glaube ich, auch ganz gut sortiert. Was auch gut ist es so Seiten schießen, beim Fußball. Einer gegen einen, und dann immer auf die andere Hälfte und man darf nur auf seiner eigenen Hälfte bleiben. Keine Kontakte, irgendwie. Sehr anstrengend.

P [00:07:55] Aber klingt passend für die Corona Situation jetzt gerade. Als wäre das Spiel dafür gemacht.

J [00:08:02] Mein Training findet jetzt auch online statt. Aber da war ich noch nicht einmal (lacht). Also die machen jetzt anstatt einmal Training, dreimal Cyber Training, mal Work out. Aber da kriege ich mich einfach nicht motiviert. Aber theoretisch hätte ich die Möglichkeit. Also da sind sie kreativ gewesen.

P [00:08:28] Mega gut. Alle sind kreativ! Ok, was die ganzen Orte angeht, wie gesagt die geschlossenen Cafés, Bars, Restaurants, das sind ja dann oft die Orte, wo man sich mit seinen Freunden treffen würde. Hast du denn jetzt, abgesehen von der Corona Situation, also sagen wir mal vorher, bevor alles ernst wurde, hast du denn einen Ort, wo du dich regelmäßig mit Freunden getroffen hast? Um zu reden, um Zeit miteinander zu verbringen.

J [00:08:59] Einen Stammtisch hatte ich in der Form nicht. Hallt nicht einen, sondern verschiedene. Die Auswahl ist groß gewesen. Allein in meiner Straße sind zwei. Das ist sehr gut. Habe da viel gehangen, so als Begegnungsstätte. In letzter Zeit auch viel irgendwie mit demselben Freundeskreis. Ich glaube schon, dass das dann auch wöchentlich zustande gekommen ist. Und was ich an Kneipen als Begegnungsstätte noch sehr gern habe, ist, dass man auch mit anderen Leuten in Kontakt kommt. Also nicht nur die eigenen Homies, sondern, weiß nicht. Wenn man an einer Jukebox steht und sich da irgendwie drüber austauscht oder einfach in einer Hertha Kneipe hängt und sich mit dem Typ hinterm Tresen einfach sehr gut versteht, auf so eine sehr banale Art und Weise. Das funktioniert einfach so. Die Abläufe sind irgendwie klar, alle wollen dasselbe.

P [00:10:13] Und zwar was. Was wollen alle?

J [00:10:17] Bier trinken und Kickern. Oder Billiard spielen. Manchmal auch ein Mexikaner. Aber Spaß haben, vor allem. Das sind so die Orte glaube ich, an denen ich die meisten Leute treffe, abgesehen von Uni, was ja auch immer ganz, ganz nett ist. Aber das ist dann eine halbe Stunde Kaffee und alle sind so ein bisschen gestresst. Das würde ich nicht mit der ausgelassenen Stimmung in den entsprechenden Kneipen vergleichen wollen.

P [00:10:52] Richtig, man ist ja immer noch sozusagen in der Arbeitsumgebung. Uni ist halt immer noch verbunden mit Arbeit oft, da fällt es einem nicht so leicht, komplett loszulassen und sein Ding zu machen wie jetzt in der Kneipe. Aber die Kneipen, wie entscheidest du dann zu welchen Kneipen du gehst? Du meinstest, es gibt zwei Kneipen bei dir in der Straße gleich. Da gehst du schon öfter hin als zu anderen Kneipen, oder ist es wirklich sehr gleichmäßig verteilt. Also du gehst wirklich jedes Mal zu einer anderen Kneipe?

J [00:11:25] Nee. In letzter Zeit hat sich die Flaschenzug Bar herausgestellt. Weil wir da mit dem Barkeeper sehr gut sind und auch öfter mal einen ausgegeben bekommen. Und das ist dann die Kneipe in der Straße meiner Freundin. Das ist deren Lieblingssort. Da kann dann gekickert werden. Leider gibt's keine Jukebox. Aber das ist okay. Und dann gibt's so verschiedene Tage. Wenn man am Montag sein eigenes Spiel mitbring, oder so, kriegt man einen Shot und so verschiedene Aktivitäten. Das ist gut und dann haben wir uns Sonntag als einen relativ unkonventionellem Tag ausgesucht und waren glaube ich schon drei, vier Sonntage, jetzt im Januar, dann im Februar auch, in Folge da. Es war ganz gut. Wie suche ich die aus? Erstmal alles, was du in der Umgebung ist. Ganz banal eigentlich.



Und dann auch ein bisschen, wer schon wo ist. Einfach auch den Leuten irgendwie nachrennen. Und dann gibt's, es ist jetzt nicht so, dass 20 verschiedene haben. Es fünf, vielleicht. Und drei, in denen man dann irgendwie öfter ist.

P [00:12:51] Aber glaub so, ich meine, jetzt habe ich den Namen vergessen der Bar. Wie heißt die nochmal?

J [00:13:00] Kiolda. Mit K.

P [00:13:02] Würdest du sagen, dass es aber schon die Stammbar deine Freundin ist?

J [00:13:08] Nö, ich glaube... Ah ihre? Ja doch. Ihre Lieblingskneipe. Doch.

P [00:13:15] Vielleicht kommt es ja noch. Vielleicht wirst du da ja eingeführt jetzt. Stück für Stück und endest dann doch da öfter als in den anderen Bars.

J [00:13:24] Ja in letzter Zeit bin ich da doch auch öfter hängen geblieben. Das stimmt. Doch das kristallisiert sich schon raus. Wenn du willst, dann nimm das als den Ort.

P [00:13:35] Nee, ich muss es nicht. Weißt du, das ist halt auch eine Frage. Ich versuchen herauszufinden, gibt's denn sowas noch? Weil das Buch, worüber ich zuerst gelesen habe, wo es halt um diese dritte Orte geht, er meinte halt, dass jeder einen Ort hat, wo alles voll ist mit Stammgästen und was auch immer. Und ich dachte mir halt auch, sowas habe ich selber gar nicht. Und ich weiß gar nicht, ob so etwas überhaupt noch, jedenfalls in unserer Jugend, noch wirklich oft existiert. Aber wenn du jetzt sagst, ja nicht so wirklich. Aber vielleicht könnte sich da was entwickeln, wer weiß, dann ist es eigentlich wirklich interessant für mich. Also du musst jetzt keine Bar als Stammbar verkaufen für mich.

J [00:14:19] Also die Tendenz ist da. Aber man freut sich über jedes bekannte Gesicht.

P [00:14:27] Erzähle mir mal ein bisschen mehr über die Leute, mit denen du da abhängt. Nehmen wir jetzt mal doch, oder... Ich weiß nicht, ob ich mich jetzt doch auf diese Bar konzentriere oder auf die anderen. Die Leute, mit denen du in eine Bar gehst normalerweise, sagen wir mal einfach so, was sind das für Leute, was für Freunde? Freunde von dir? Sind es denn es deine dicksten Freunde, sozusagen oder sind es deine Trinkkumpel, oder? Wie würdest du sie beschreiben?

J [00:14:57] Ich habe schon einen recht engen Kreis, denen ich dann in die Bars folge, aber die bringen entsprechend auch noch ab und an Leute mit. Und dann wird der Kreis ein bisschen größer, und das sind dann eher Bekannte. Oder Freunde, aber nicht nicht Leute, die man zu zweit treffen würde, nicht so gut befreundet. Naja das Gute ist, was eine Kneipe hat, was das traute Heim nicht hat, ist, das man einfach die Möglichkeit hat, immer zu gehen. Einfach Leute einzuladen, ohne gross Verantwortung zu haben. Das macht es schon besonders. Und trotzdem kriegt man da eine Atmosphäre erzeugt, die gut ist. Auch vertraut in gewisser Weise.

P [00:15:50] Die Atmosphäre, was für einen Gemütszustand, das wird jetzt ein bisschen schwierig, kreiert die so für dich? Das ist so die schwierigste Frage jetzt, weil ich versuche herauszufinden, wie fühlen sich Leute? Was für Effekte hat es auf die eigene Gesundheit, mentale Gesundheit. Und das ist natürlich so eine Frage, wo man sich normalerweise keine großen Gedanken drüber macht. Aber jetzt

frage ich dich. Was würdest du sagen? Was ist der Hauptsinn der Kneipe und der Freundschaften für dich? Wie fühlst du dich? Bist du entspannt? Geht es mehr darum, Spaß zu haben, gut zu reden? Eine Auszeit zu finden vom täglichen Stress?

J [00:16:36] Naja groß getanzt wird nicht, am Anfang nicht, das wäre eher die Ausnahme. Geredet wird auch. Wir nehmen auch relativ häufig den Kicker einfach in Beschlag, wenn es dann irgendwann sich ausgeredet hat, wenn man nicht mehr reden will. Lockerer Atmosphäre, um runterzukommen, ja. Das Problem ist, tut es mir immer so gut? Wahrscheinlich nicht am nächsten Tag.

P [00:17:08] Aber es geht um die mentale Gesundheit, nicht um die Physikalische.

J [00:17:14] Ich glaube der mentalen Gesundheit ist es durchaus zuträglich. Ich hatte das auch letztens irgendwie mit einer Zigarette ohne Feuerzeug in der Gegend rum gelaufen, und alle sind hier so auf Abstand, aber da habe ich zwei Leute einfach kurz nach nem Feuer gefragt. Das war ein sehr schönes Gefühl, einfach kurz mit einer fremden Person gesprochen zu haben. Nachdem man irgendwie zwei Wochen dieselben Fratzen immer gesehen hat ohne Abwechslung. Und es war dann einfach nur so eine kurze Interaktion. Hast n Feuer? Ja. Danke. Und so etwas hat man, oder habe ich, in Kneipen einfach auch häufig. Es ist kurz zack, alles ist irgendwie klar, nicht irgendwie großartig verschiedene Kommunikationen, die man da mit Leuten hat. Aber die, die Abläufe sind allen bewusst, und es macht irgendwie Spaß. Es funzt so als Gemeinschaft. Das ist gut.

P [00:18:18] Nochmal über das vorherige Beispiel, ich meine, wie hast du dich denn danach gefühlt? Als du noch mal kurz Kontakt hattest mit den Leuten. Du meintest, ja es war nice. Elaborate. Warum war es nice?

J [00:18:31] Ich war auf nem Spaziergang, oder ich bin von einem Ort, von meiner Wg zu Querdes WG spaziert. Hatte irgendwie Musik auf den Ohren, hatte meinen Wegzigarette und alles war geplant, hatte dann kein Feuer. Und war natürlich immens genervt. Insofern war das natürlich auch zuträglich. Aber es war einfach so ein kurzer Moment von Normalität, weil auch die anderen beiden nicht so reagiert haben, eww nee wir geben dir das Feuer jetzt nicht, sondern es war dann auch noch vor einer Kneipe, in der ich auch sehr bin, haben die gesessen. Und da steht noch eine Bank draußen. Und das war dann der Ort. Da bin ich irgendwie, an dem man das irgendwie öfter mal macht, nach Feuer fragen. Hab dann gefragt, und mir war so direkt klar, Feuer hier. Das war so ein Funken Normalität, einfach in dem Moment drin. Ich bin einfach weitergefahren, und es war diese sehr kurze Interaktion, ohne dieses Thema, der Elefant im Raum anzusprechen. Es war einfach, ich weiß nicht, 30 Sekunden, aber es hat mich sehr glücklich gemacht.

P [00:19:41] Und ich meine jetzt, wo der Ort, wie gesagt, nicht mehr ist. Du meintest es war auch direkt vor der Bar, wo normalerweise hingehen würdest und jetzt, wo die Bar zu ist, erst mal, wie denkst du, hat das die Freundschaften von dir beeinflusst mit den Leuten, mit denen normalerweise in die Bar gehst? Ich denke mal, das hat jetzt keinen großen Einfluss auf deine Freundin gehabt, aber die anderen Freundschaften der Leute, mit denen normalerweise in die Bar gehst?

J [00:20:14] Ja, ich glaube es noch nicht lange genug, um da nachhaltige Schäden zu haben.

P [00:20:20] Aber was den Kontakt zum Beispiel angeht.

J [00:20:24] Ja, es ist ein bisschen runtergefahren. Aber ich glaube auch, dass man das nicht so hoch hängen sollte, weil ja alle Leute dieselbe Situation durchleben und alle irgendwie nicht so viel zu melden haben. Also irgendwie ist es klar, es geht einem gut. Ab und an kommt mal ein Foto, dann weiß man Okay, die Person macht das, freut mich. Aber es ist nicht irgendwie so, dass man sich viel zu erzählen hätte. Was ja nicht schlimm ist.

P [00:20:54] Aber die Frage ist, ob man diese, ich will mal sagen diese Gefühle, die man halt übermittelt kriegt normalerweise in diesen Bars. Von wegen Gefühl von Gemeinschaft. Man lässt ein bisschen los, entspannt sich, hat Spaß. Ob man das jetzt in dieser Corona Situation aktiv vermisst und halt versucht, irgendwie zu ersetzen.

J [00:21:18] Also es hilft, dass man sich, mit denen, oder dass ich mich mit den Personen, mit denen ich mich umgebe, natürlich mehr auseinandersetze. Mit mir mehr auseinandersetze, weil ich hänge irgendwie die ganze Zeit mit mir selbst auch rum, relativ lange. Und dann noch mit den Leuten, mit denen ich jetzt irgendwie auf engem Raum zusammenlebe, sodass sich die Beziehung unabhängig von der Bar, die erst einmal intensivieren, in gewisser Weise. **Man hängt irgendwie mehr aufeinander und wirkt manchmal sensibler, kriegt aber auch mehr raus als man therapiert sich fast schon selbst und hat irgendwie tiefgründige Gespräche.** Das einerseits, dieses Gruppengefühl. **Die Gruppe schrumpft und das Bedürfnis ist schon da einfach mal sich mit ein paar mehr Leuten wiederzutreffen, und so eine Dynamik rein zu bekommen. Wenn wir, wenn wir hier irgendwie zu viert, fünft sind, dann bekommt man das einfach so nicht hin.** Dann sind es halt zwei Gespräche, einfach in einem Raum, aber nicht 10 und irgendwie die eine Person, die dann volle Kanone an eine Jukebox irgendwie rum schraubt. Keine Ahnung, aber das fehlt. Also der Überraschungsmoment fällt ein bisschen weg dadurch, dass es weniger Leute werden. Oder sind.

P [00:22:58] Was den Überraschungsmoment angeht, du bist jetzt der Erste, der sagt, dass, obwohl nicht der erste, der zweite, der sagt, dass er auch aktiv mit Fremden in Kontakt kommt in diesen Orten. Und sich dann halt auch mit fremden Leuten über womöglich neue Themen unterhält. Das kann bestimmt auch dazu mit einspielen, dass man so ein bisschen die Überraschung oder was Neues einfach vermisst. Alles wird ein bisschen eintönig. Und einem fehlt die, ja nennen wir es Überraschung.

J [00:23:35] Ja, da kann ich auch nichts weiter zu sagen.

P [00:23:40] Jetzt haben wir dieses alltägliche Thema wieder, wie Bars, und man versucht, das wirklich so richtig auszuquetschen und alles rauszukriegen. Ja, so ist das. Aber du meinst okay, dir fehlen ein paar von den Leuten. Man hat nicht wirklich so viel Kontakt. Hast du denn aber das Gefühl, dass der Fakt, dass du jetzt nicht mehr mit diesen Leuten in Bars treffen kannst, dass es dir fehlt? Dass du da irgendwelche, das es irgendwelche negativen Gefühlseffekte für dich hat, für deine mentale Gesundheit, ähnliches?

J [00:24:17] Ich glaube gerade komme ich damit ganz gut klar. Seit letzter Woche, weil ich mir neue Projekte gegeben habe, gesagt habe jetzt mache ich das, mache ich jenes. Davor hing ich aber auch ein bisschen im Loch. Das wurde überschattet, irgendwie durch die Romanze, erst mal, aber jetzt sind Projekte auf jeden Fall hilfreich, um damit irgendwie besser klarzukommen und sich Ziele zu setzen. Also gerade meine Studien Arbeit, die im Raum stand, hat mich unfassbar deprimiert, weil da kein Fortschritt zu sehen war, da man die Aufgabe nicht erledigen konnte. Und das war ein Thema, was die ganze Zeit über deinem Kopf geschwebt ist. Man konnte damit so richtig nicht so richtig

umgehen. Das hat mich belastet. Durch kleinere Projekte funktioniert das wieder. Deswegen freue ich mich auch aufs Semester, weil dann bereitet das vor, und es passiert irgendwie wieder was. Diese kleinen Schritte helfen.

P [00:25:27] Aber dann geht es ja jetzt momentan mehr darum, seine Zeit ein bisschen zu füllen. Mehr, als dass es darum geht, jetzt wieder unbedingt diese Bar Erfahrungen zu ersetzen, indem man sich mit Leuten trifft, was auch immer.

J [00:25:40] Genau.

P [00:25:46] Ja, es kann ja gut sein, dass, es ist wie du schon meinst, noch recht jung alles. Ich meine es wäre recht extrem, denke ich, wenn wir alle auf einmal heulend, bei uns im Zimmer sitzen. Komplett deprimierend, weil wir nicht mehr in unsere Bar oder in einen Club gehen und mit den Leuten reden. Aber ich glaube, da es auch individuelle Unterschiede.

J [00:26:06] Dieses Bedürfnis kommt immer mal wieder auf. Wie der erste Abend, an dem alle alles geschlossen war, bin ich durch die Straßen, und alles war leer, und das hat mich auch sehr traurig gemacht. Oder wenn man einen guten Song hört und einfach wieder tanzen möchte. Und leider nicht so laute Musikboxen hat und auch nicht genug Leute, um den Raum so verraucht hinzubekommen.

P [00:26:33] Ihr habt es probiert ja? Wir brauchen mehr Zigaretten!

J [00:26:40] Es geht einfach nicht. Nee, nee, das vermisse ich schon auch. Diesen Ranzgeruch und die Kopfschmerzen, die nach spätestens einer halben Stunde kommen. Das gehört ja irgendwie auch dazu. Das kriegt man nicht rekonstruiert.

P [00:26:56] Was ja auch komisch ist, weil das sind wir eigentlich alles recht unangenehme Charakteristiken. Aber trotzdem vermisst du sehr. Ich meine das ist ja Teil der Experience für dich.

J [00:27:06] Ja, klar. Ich finde auch Nicht-Raucher Kneipen irgendwie ein bisschen witzlos. Aber eigentlich will ich gar nicht so viel rauchen. Ich bin so ein Party Raucher. Aber irgendwie, finde ich, gehört es dazu. Ich weiß nicht.

P [00:27:26] Interessant. Als letzte Themen Rubrik noch, bleibst du denn mit einigen, meine schon okay, vielleicht müssen wir da noch ein bisschen mehr differenzieren zwischen den Leuten, mit denen du in eine Bar gehst. Einerseits gibts natürlich die dicken Freunde von dir und dann halt auch die Leute, die dann mitgenommen werden von anderen, die du jetzt in den Bars triffst, aber jetzt nicht persönlich, wie du meinst. Mit welchen von den Leuten, wenn überhaupt, unterhältst du dich denn weiterhin jetzt über digitale Kommunikations Methoden wie Skype, HausParty ähnliches?

J [00:28:05] Wir haben es versucht, am Anfang. Versucht, so eine Party irgendwie zu erstellen.

P [00:28:14] Wer ist wir?

J [00:28:17] Na ja, dann meine meine WG. Mit anderen Freunden von uns, mit denen wir uns häufiger getroffen haben. Das hat nicht so funktioniert. Da hat man sich irgendwie gegenseitig in den Bildschirm geguckt und war erstaunt, was da irgendwie passiert ist. So ein richtiges Gespräch zumindest kam nicht zustande. Und dieses Gemeinschaftsgefühl ist halt immer noch ein Bildschirm.

Das kriegt man auf jeden Fall nicht hin. Ja, und die Leute, mit denen ich mich noch häufiger unterhalte, das war meistens in der Fakultät, muss man auch sagen. Da hat man sich einfach nicht mehr ganz so viel zu erzählen. Wir schicken uns immer noch irgendwelche Beiträge, die dann aber eine juristische Perspektive sind. Und alle hatten irgendwie so ein bisschen gegen die Verordnung des Berliner Senats. Ja, aber das hat auch irgendwie etwas Positives. In gewisser Weise, weil ich mich nicht mehr rechtfertigen muss, wenn ich keine Zeit habe.

P [00:29:22] Aber musstest du dich dann rechtfertigen, was die Bars angeht? Oder konntest du nicht einfach hingehen und wieder rausgehen?

J [00:29:29] Doch, doch, das ging schon. Aber manchmal fühlt man sich ja irgendwie doch dazu verpflichtet und wenig so richtig und überlegt, wie ich das jetzt. Und das fällt halt komplett weg wird. Es ist dann so, ja, ich kann nicht sehen, fertig. Was natürlich schade ist aber irgendwie haben alle dafür Verständnis. Das ist was Positives, sodass man dann wiederum mehr Zeit hat, sich irgendwie hier aufeinander einzulassen. Man kann auch guten Gewissens mal das Handy weglegen für ein paar Stunden oder auch mal guten Tag, ohne dass man was verpasst.

P [00:30:10] Ich finde es auch eine gute Möglichkeit mit ein bisschen Abstand zu nehmen von den ganzen Medien und was auch immer. Was würdest du dann sagen, welche Aspekte genau fehlen denn jetzt in der HouseParty Umgebung verglichen mit der Bar Umgebung? Abgesehen vom Rauch.

J [00:30:32] Man kann sich nicht mehr anfassen, das ist schon irgendwie blöd. Es kann immer nur eine Person gleichzeitig reden, diese Seiten Gespräche finden auch nicht mehr statt, der Fokus verschiebt sich einfach auf eine Person. Und man kann die Person dann auch nicht unterbrechen. Ein Freund von mir, der auch Paul heißt, den kriegst du so schon schwierig unterbrochen, wenn er einmal in seinem Redefluss ist. Das geht dann manchmal noch so gestisch, gerade wenn man sich so in Real Life sieht. Aber das geht jetzt halt nicht mehr, und er sitzt am Bildschirm, labert sich einen ab und man kriegt ihn nicht unterbrochen. Man kann dann aber auch einfach weggeben.

P [00:31:21] Es reicht mir jetzt. Zack, offline.

J [00:31:24] Die Kommunikationsform ändert sich einfach so ganz, ganz platt gesagt. Man kann die Musik auch nicht zusammenhören und hört es dann irgendwie über die eine laute Box in deren Zimmer, und schlecht über seine Laptop Boxen und verzögert. Und wenn man dann mitsingen würde, dann würden die anderen Personen es nochmal stärker zeitversetzt mitbekommen. Also diese ganze Kommunikation ist weniger interaktiv. Und durch die Zeitverzögerung fehlt irgendwie auch ein bisschen Geschwindigkeit. Aber alles andere, die Dynamik kriegst du nicht rein.

P [00:32:08] Und man meint es ja auch, dass für dich die Bars jetzt nicht nur wichtig sind wegen des Redens, sondern auch wegen der Musik und Kicker, Billard, was auch immer das könnte, denke ich.

J [00:32:20] Ja, das kriegst du hier nicht rein. Das wird nicht geleistet.

P [00:32:27] Ist aber die Unterhaltung mit deinen Freunden doch schon am wichtigsten von all den Sachen, oder würdest du sagen, nee eigentlich gar nicht. Das ist alles gleich wichtig für mich. Alles Teil der Erfahrung.

J [00:32:40] Jetzt darauf speziell bezogen schon. Also ich rede gerne mit denen, aber das kriege ich auch jetzt noch hin.

P [00:32:45] Ja genau, aber ich meinte jetzt in der Bar.

J [00:32:49] Dann fehlen diese Bar Spezifika, die die Eigenarten irgendwie, die man gar nicht mehr rekonstruiert bekommt.

P [00:32:57] Der Alkohol vielleicht teilweise auch. Super, ok cool. Als allerletzte abschließende Frage habe ich noch schnell, was wird denn dann die erste Sache sein, die wir machen, sobald die ganzen Regelungen irgendwann hoffentlich wieder aufgehoben werden und die Bars Cafés geöffnet werden. Was machst du zuerst?

J [00:33:20] Kneipen Konjunkturprogramm.

P [00:33:23] Oh ja? Inwiefer, wie sieht das aus?

J [00:33:27] Barhopping, weiß ich nicht. Mal schauen. Das kann ich mir gerade noch nicht so richtig vorstellen. Ja, das, einfach wieder in eine Kneipe. Also so Cafes, ja, ist schön. Ich trink auch Cafe und esse da auch gerne gut, aber das kriegt man ja gerade mit diesen ganzen Sachen To-Go Sachen auch noch halbwegs hin. Da ist dann wirklich nicht der Ort das Entscheidende, sondern das Essen meistens, der Kaffee. Und da muss ich sagen, haben noch sehr viel Läden bei mir auf. Also begrenzte Öffnungszeiten, gut du kriegst irgendwie nicht um fünf Uhr nachts dein Döner. Aber du bist auch nicht um fünf Uhr nachts auf der Straße, weswegen das irgednwie auch nicht das große Problem ist. Das fällt so ein bisschen weg. Aber da sind die Orte für mich weniger entscheidend als einfach nur Essen. Und bei Kneipen ist es das Gefühl, Und Techno pumpen. Das irgendwann auch wieder. Aber so als alltägliches, ist Bar wahrscheinlich das ehste, was ich irgendwie so ansteuern werde. Und danach die Uni, natürlich erst die Uni.

P [00:34:48] Nee erst die Bar und dann die Uni. Das muss schon sein. Ok super, das waren schon alle meine Fragen. Gibt's noch irgendwas, ich meine du hast ja jetzt ein ziemlich gutes Bild, glaube ich, bekommen von dem, über was ich schreiben werde. Gibts da irgendwas noch bezüglich deiner Bar oder deiner Bars, die du, was du hinzufügen möchtest? Irgendein wirklich wichtiges Detail, was du denkst, was sie wissen sollte?

J [00:35:08] Erst mal nicht, falls mir noch eins einfällt, schicke ich es nach.

P [00:35:14] Alles klar, super. Dann mache ich mal eine Aufnahme aus.

### **Karen Transcript**

K [00:00:19] Der Ton ist rgendwie schlechter geworden.

P [00:00:20] Echt?

K [00:00:20] Ja. Sag mal mehr.

P [00:00:29] Hallo, ich bin Paul.

K [00:00:32] Ja ok, ich höre dich auf jeden Fall. Ich mache es einfach lauter bei mir.

P [00:00:37] Ist es jetzt besser wieder?

K [00:00:38] Nee da hat sich nicht wirklich verändert. Ich mache es einfach bei mir ein bisschen lauter. Passt schon.

P [00:00:49] Na gut, du bist jetzt sozusagen das Versuchskaninchen! Sag mir ruhig, alles, was irgendwie nicht funktioniert. Weil ich muss dann auch noch ein paar von den Freunden meiner Eltern interviewen. Weil ich ein paar Alte haben wollte in meiner Gruppe. Ja, ich antworte D. später noch, Darios Mutter.

K [00:01:15] Vierzehn Leute interviewst du?

P [00:01:18] Ja ungefähr. Das versuche ich. Also sie meinte 10 bis 15 Leute. Gut. Dann geht es jetzt los. Also Mila, bevor wir wirklich anfangen, muss ich dir sagen, dass normalerweise, vor so einem Interview gebe ich dir ein sogenanntes Konsentform, in dem du dich sozusagen einverstanden, erklärst, dass ich deine Informationen benutze für meine Arbeit. Das kann ich jetzt aber nicht machen, weil wir uns ja digital sozusagen unterhalten. Deswegen machen wir das jetzt sozusagen über die Videokonferenz. Und ich sage dir einfach kurz, worüber es geht in meiner These. Und du sagst zum Schluss, find ich gut, bin ich damit einverstanden. Und dann geht es los.

K [00:02:01] Ok. Ich überlege mir dann noch ob ich das sage.

P [00:02:04] Bitte nicht! Nee kannst du ruhig machen. Ok das Interview ist jetzt Teil meiner Bachelor These an der Universität zu Groningen. Keine der Informationen, die mir jetzt gibst, werde ich an irgendjemand sonst weitergeben. Das bleibt alles sozusagen für meine eigene Arbeit vorbehalten. Ich verwende Synonyme für deinen Namen. Also, ich werde Namen jetzt nicht mehr verwenden. Natürlich hast du zu jedem Zeitpunkt die Möglichkeit, eine Frage nicht zu beantworten, falls die unangenehm ist oder auch das ganze Interview komplett abubrechen. Das wäre natürlich kein Problem. OK, also bist du, und das Interview, wie gesagt wird aufgenommen für meine eigenen Nutzen. Bist du mit all diesen Maßnahmen einverstanden? Shit jetzt habe ich deinen Namen gesagt! Ich werde ihn trotzdem nicht benutzen in dem aufgeschriebenen Interview dann. Bist du damit einverstanden?

K [00:03:03] Ja das bin ich.

P [00:03:04] Ja alles sehr professionell hier alles. Okay. Es ist natürlich super für mich, wenn du auf meine Fragen so ausführlich wie möglich antwortest. Also manchmal kann man jetzt nicht so viel sagen, aber versuch echt so viel wie möglich zu sagen. Gesundheit. Und erzähle mir ruhig Geschichten, falls dir irgendwelche dazu einfallen.

K [00:03:34] Ok.

P [00:03:34] Alles klar. Okay, bevor wir wirklich wirklich anfangen dann, brauche ich noch zwei kurze Informationen. Und zwar, wie alt bist du? Und wie lange wohnst du jetzt schon in der Nachbarschaft, in der du momentan wohnst?

K [00:03:45] Ich bin 23 Jahre alt und wohne seit zwei Jahren und zwei Monaten hier glaube ich.

P [00:03:55] Alles super. Gut. Dann haben wir das aus dem Weg schon mal geschafft. Und jetzt zur Einleitung. Wie du schon weißt bestimmt, im Dezember 2019 trat das neuartige Coronavirus auf namens SARS-COV2 und zwar in der Stadt Wuhan. Und in den kommenden Monaten hat sich das Virus auf der ganzen Welt so ziemlich verbreitet. Mittlerweile sind mehr als 185 Länder betroffen. Das Virus resultiert in einer recht seriösen Atemwegserkrankung, und zwar namens Corbin 19, welche im Extremfall tödlich sein kann. Speziell die europäischen Länder sind extrem hart von dieser Erkrankung getroffen worden, weshalb viele Regierungen drastische Maßnahmen ergriffen haben, um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. In Deutschland zum Beispiel gelten die Kontakte Einschränkungen. Zusätzlich sind viele Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten geschlossen. Und bis auf einige Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen und andere zentrale Einrichtungen bleiben auch alle Geschäfte geschlossen. Also ziemlich extreme Situationen, die das eigene Leben recht stark einschränken kann. Erzähle mir doch am besten mal so zum Anfang wie du denn deine Tage in der Selbstisolation so verbringst.

K [00:05:18] Ich schlafe aus. Ich bin halt echt die meiste Zeit zuhause. Also ich gehe spazieren, ich mache ein bisschen Sport. Ich koche viel oder backe. Und verbringe hauptsächlich Zeit mit meinen Mitbewohnerinnen. Aber treffe auch seit ner Weile jetzt, auf Abstand, einen bestimmten Kreis von Leuten. Also ich traf Tanja zum Beispiel, Dario und Mona.

P [00:05:54] Das wäre jetzt genau meine zweite Frage gewesen.

K [00:05:56] Und meine Eltern habe ich zweimal gesehen.

P [00:06:00] Genau das war jetzt meine zweite Frage gewesen. Und zwar, wiefern du dich jetzt noch weiterhin mit Leuten triffst, mit deinen Freunden. Also du sagst, du wohnst zusammen mit Freunden von dir. Was schon einmal hilfreich ist.

K [00:06:10] Ja, sehr.

P [00:06:12] Und dann triffst du dich ab und zu mit Freunden auf Sicherheitsabstand.

K [00:06:17] Genau. Und da auch echt nur nicht, also nicht viele Leute. Ich versuche, dass das ein bestimmter Kreis bleibt, damit irgendwie, ich weiß es auch nicht. Ich bin auch relativ paranoid, was so Kontakt zu anderen Menschen angeht. Also ich will das so gering wie möglich halten. Und deswegen habe ich so gesagt, die drei Leute, darüber muss es nicht hinausgehen. Das muss mir dann erst mal reichen. Und das tut es auch bisher.

P [00:06:43] Alles klar. Wo trefft ihr euch dann so?

K [00:06:47] In Parks hier. Die wohnen ja auch alle direkt um die Ecke, deswegen immer irgendwo eigentlich in Laufnähe. Oder gestern habe ich zum Beispiel mit Tanja auch eine Fahrradtour gemacht.

P [00:07:04] Was nämlich recht interessant ist für meine Forschung jetzt, ist das ja viele dieser Orte, wo man sich normalerweise treffen würde mit Freunden, in Cafés, Bars, Restaurants, aber auch



Museen, Shops, die sind halt alle zu jetzt. Gibt's denn irgendwie so eine Art von Ort, wo du dich regelmäßig mit Freunden sonst getroffen hast früher?

K [00:07:23] Einen bestimmtes oder kann ich generell Cafés sagen? Es ist nicht so, dass ich jetzt immer in ein bestimmtes Café gehen würde, sondern dann mal hier, mal da. Aber es sind generell eigentlich Cafés. Ich bin nicht so viel in Restaurants, um Freunde zu treffen. Ja, eigentlich Cafés und Clubs auch. Das ist etwas, was ich merke was ganz krass ist. Zum Beispiel Camilla und Emily, von denen höre ich auch richtig wenig. Also, ich hab den mal geschrieben. Aber so bestimmte Freundschaften treffe ich echt nur beim Feiern.

P [00:08:09] Es gibt aber keinen einzelnen Ort, wo du sagst, ok das ist so mein Haupt Ort, um Leute zu treffen? Du hast viele kleine Orte, sozusagen.

K [00:08:19] Ja.

P [00:08:19] Aber ich finde die Clubsache ganz interessant eigentlich. Ich glaube, da können wir uns besser darüber unterhalten.

K [00:08:23] Da können wir Sisyphos sagen.

P [00:08:28] Sisyphos! Ja ok, das ist ja dann schon mal, genau. Dann konzentrieren wir uns mal auf das Sisyphos jetzt. Erzähle mir mal kurz was darüber. Was ist denn dieses Sisyphos?

K [00:08:33] Das Sisyphos ist ein Nachtclub, der an jedem zweiten Wochenende im Sommer offen hat und eigentlich im März jetzt seine Wiedereröffnung gefeiert hätte. Und dann eigentlich immer von Freitag bis Sonntag oder Montag, ich weiß gar nicht. Also das ganze Wochenende lang offen hat. Also kann man zu jeder Zeit am Wochenende sich mit seinen Freunden dort treffen und ein bisschen tanzen und im Garten Zeit verbringen. An einem kleinen Teich sitzen, noch mehr tanzen, die Sonne genießen und das, was man so möchte, seine Freizeit verbringen.

P [00:09:24] Das klingt wirklich mega cool. Ich glaube jeder, der das Sisyphos nicht kennt würde das lesen und denken, oh mein Gott, das klingt wie ein Märchen Paradies. Was kann man denn da alles machen?

K [00:09:31] Ist es auch!

P [00:09:36] Wie oft würdest du sagen, gehst du denn da so hin ins Sisyphos? Wie regelmäßig?

K [00:09:40] Ich würde sagen einmal im Monat. In der Sommerzeit.

P [00:09:47] Und ich meine, es ist ein Club, also man geht ja dann eigentlich doch schon hauptsächlich zum Tanzen dahin. Aber dann gleichzeitig auch, um Leute zu treffen. Wie würdest du das jetzt für dich persönlich beschreiben? Was ist der Nutzen dieses Clubs für dich?

K [00:10:06] Beides. Der Bewegungsfaktor tanzen, ich will tanzen. Aber auch, ich will in einem komplett vom Alltag entfernten Ort Zeit mit meinen Freunden verbringen, und zwar ohne einen Termin zu haben. Ohne sich zu denken, ok ich muss zwei Stunden wieder weg sein. Sondern der

Nutzen ist eigentlich einen komplett abgeschalteten Raum zu haben, indem man dann tatsächlich einfach machen kann, was man möchte. In diesem Moment ohne irgendwelche äußeren Einflüsse.

P [00:10:45] Und mit was für Leuten gehst du dahin? Gehst du da alleine hin oder mit Freunden zusammen und was für Freunde sind das?

K [00:10:53] Nee, mit Freunden. Mit engen Freunden, mit guten Freunden und Bekannten. Also wirklich so eine komplett bunte Mischung. Ich habe Freunde, mit denen ich mich außerhalb von einem Club gar nicht treffen würde. Aber auch Freunde, die ich jeden Tag sehe, also meine Mitbewohnerinnen zum Beispiel kommen dann auch mit dahin. Oder Leute, die ich länger nicht gesehen habe, mit denen ich im Alltag keine Zeit habe, mich zu treffen.

P [00:11:23] Und das ist dann oft eine Gruppe aus unterschiedlichen Freundesgruppen von dir?

K [00:11:27] Genau.

P [00:11:27] Sind die alle immer zusammen oder sind es dann auch oft, also manchmal gehst du wirklich nur mit deinen engen Freunden, manchmal gehst du nur mit deinen Club Freunden? Das ist wirklich unterschiedlich.

K [00:11:37] Ja. Komplett.

P [00:11:39] Wenn wir uns jetzt speziell diese Club Freundschaften angucken, genau wie wichtig ist denn dann das Sisyphos für die Pflege dieser Freundschaften?

K [00:11:55] Sehr wichtig. Weil ich die Leute zum Beispiel jetzt, wo ich nicht hingehen kann gar nicht sehe und gar keinen Kontakt zu den habe. Da kriege ich dann mal was auf Instagram mit oder so. Aber dann habe ich auch nur das Bedürfnis, das mal wieder erleben zu können, um die Leute mal wieder sehen zu können. Weil ich nicht anders Kontakt zu denen aufnehmen würde.

P [00:12:16] Wie kommt das? Warum glaubst du, sind diese Freunde so besonders, sagen wir mal, passend für die ganze Club Umgebung? Wie kommt das, dass du mit deinen Freunden nur oder hauptsächlich dich in Clubs triffst?

K [00:12:33] Wahrscheinlich, weil ich sie auch gar nicht in einem anderen Umfeld kenne, sondern weil ich die Freunde, die darauf beschränkt sind, wahrscheinlich auch nur von da kenne. Ich weiß es auch nicht, weil man sich, wenn man so aus dem Alltag rausgerissen ist, man auch keine alltäglichen Sachen miteinander teilt, sondern mehr diesen, halt so einen Partymodus miteinander teilt. Ich weiß nicht wie ich das besser ausdrücken soll.

P [00:13:12] Das ist mega interessant. Weil eigentlich, was du gerade mit einem Party Modus ausgedrückt hast, das ist eigentlich eine Theorie, die ich gerade gelesen hab, in einem akademischen Papier sozusagen. Und naja, du hast das genau beschrieben sozusagen gerade, aber in einer umgänglichen Sprache. Der Autor meinte halt, dass manche Freundschaften, also wirklich dicke Freundschaften da teilt man natürlich sein Leid und die sind auch wirklich wichtig. Und man braucht die Unterstützung von diesen Freunden. Aber gleichzeitig sind Freundschaften halt auch Arbeit, weil genau so viel, wie du erwartest, dass sie dir helfen, erwarten Sie auch, dass du ihnen hilfst. Und deswegen tut es echt gut, wenn man auch Freundschaften hat, wo man dann nicht den ganzen Strugl

des eigenen Lebens mitnimmt, sondern man kann einfach hingehen. Man hat seinen Spaß. Man kann auch wieder einfach abhauen, ohne sich irgendwie begründen zu müssen. Ohne jetzt irgendwie sich schlecht zu fühlen, dass man jetzt nicht komplett ins schwere Leben dieser Person eingestiegen ist. Dass beide Freundschaften wirklich wichtig sind, die engen Freundschaften, wo man sich eben unterstützt, und gleichzeitig halt auch die Freundschaften, die einfach nur zum Spaß haben da sind. Was du genau gerade gesagt hast.

K [00:14:22] Wobei ich an der Stelle auf jeden Fall auch hinzufügen kann, dass ich mich eigentlich fast mit allen... Mir fällt jetzt keine Person ein, die ich zu diesem Clubfreunden zählen würde, mit der ich auch nicht mich über etwas Belastendes aus meinem oder ihrem Leben bequatschen könnte. Sondern das wäre auch was, was ich auf jeden Fall auch dann quasi bei einer weit entfernt oder bei dieser bekannten Person abladen könnte, ohne dass es die Person auch weiter beeinflusst und das die Person mich, sie würde mir zuhören. Ich würde ihr zuhören und sie aufbauen. Sie würde mich aufbauen. Das ist auf jeden Fall etwas, was da auch dazugehört, aber ohne das, keine Ahnung es ist dann nicht so wie mit einer Freundschaft, wie du gerade gesagt hast, dass man sich gegenseitig, ich weiß auch nicht. Da hat man dann einfach weniger Bezug zu und es tut trotzdem total gut über sowas zu reden. Verstehst du was ich meine?

P [00:15:26] Ja ja klar. Also man kann drüber reden, aber man trifft sich auch nicht jetzt in dem Club mit dem Einzelnen, mit dem man vorhat, ok wir wollen uns über unser Leben unterhalten, sondern es passiert manchmal, aber ja.

K [00:15:42] Genau.

P [00:15:42] Eigentlich unterhält man sich über leichtere Themen. Ich meine, wie viel redet ihr denn überhaupt? Quatschen gehört eigentlich auch zur Club Erfahrung mit dazu, neben dem Tanzen?

K [00:15:59] Auf jeden Fall! Also mindestens Hälfte Hälfte.

P [00:15:59] Ich wollte schon sagen gerade, was ist denn der Ratio zwischen Tanzen und Reden? 50/50. Also in ner Clubnacht von so acht Stunden, vier Stunden reden?

K [00:16:08] Ja, auf jeden Fall.

P [00:16:10] Das ist ziemlich extrem eigentlich, wenn man nur darüber nachdenkt. Vier Stunden reden, krass. Was noch interessant finden würde, gibt es denn Stammgäste sozusagen? Hörst du mich noch? Gibt es denn so eine Art Stammgäste in dem Club, die du immer wieder trifft, ohne dass du dich mit ihnen verabreden musst? Oder ist es doch schon so, dass die Leute, die du kennst, man verabredet sich sozusagen, um ins Sisyphos zu gehen?

K [00:16:51] ... Aber es ist dann auch nicht so, dass die zu meinem bekannten Club Kreis gehören. Verstehst du was ich meine?

P [00:17:16] Ja. Sagst du das einmal nochmal ganz schnell. Weil irgendwie hat die Verbindung grad nicht so ganz gut funktioniert. Hattest du das auch?

K [00:17:17] Ja ja. Es ist so ein bisschen abgehackt.

P [00:17:17] Vielleicht ist es die Aufnahme. Da isch das jetzt aufnahme über Skype. Naja. Der erste Versuch, das geht alles klar.

K [00:17:33] Was habe ich gesagt? Achso, es gibt auf jeden Fall Leute, die man immer wieder trifft, die man kennt. Aber das sind dann auch nicht die Leute, die zu meinem Freundeskreis im weiteren Sinne gehören, sondern dann quatsche ich auch mal mit denen. Aber es nicht so, dass ich dann den Abend oder die Nacht oder den Tag verbringe. Sondern das ist dann eher ein Begegnen mit Bekannten.

P [00:18:00] Aber es macht trotzdem Spaß, diese Leute kennen zu lernen? Also nicht kennen zu lernen, aber zu treffen, ein bisschen zu quatschen.

K [00:18:07] Auf jeden Fall! Ja. Man fragt ja dann, hey wie geht's dir? Hast du eine gute Zeit und hat ein nettes Gespräch mit der Person.

P [00:18:13] Ja, ich glaube, man ist um einiges mehr sozusagen darüber bewusst, wie es den anderen Menschen geht um einen selber, im Club als in anderen Orten wie jetzt Cafes oder Restaurants. Du meinstest schon, dass das Sisyphos dir hilft, sozusagen auch ein bisschen mehr loszulassen und den alltäglichen Stress ein bisschen zu vergessen. Kannst du darüber ein bisschen mehr erzählen? Wie genau beeinflussen denn deine Sisyphus Nächte, Tage, wie beeinflussen die dein eigenes mentales Wohlbefinden?

K [00:18:52] Sie steuern sehr positiv dazu bei. Weil man... Dazu muss ich sagen, dass sich dieses Gefühl, was ich normalerweise im Club habe, dieses keinen Termin zu haben, keine Verpflichtung, nicht darüber nachzudenken, was ich in den nächsten vier Stunden überhaupt tun möchte. Wenn ich reingehe, finde ich ganz krass, dass es jetzt gerade zu Zeiten von Corona, wo man gar keinen Termin in den nächsten Tagen hat, wo man höchstens mal irgendwie eine Verabredung zum Telefonieren hat, ganz krass wieder erfinde. Was ich normalerweise nicht im Alltag habe, weil ich immer irgendwas im Hinterkopf habe, da muss ich dran denken, da muss ich dran denken, und das kann man einfach in nem Club komplett abschalten. Und das finde ich sehr wichtig, dass auch mal, das ist wie Sommerferien als Kind zu haben, einfach für die Zeit, die man da ist, sich um nichts Sorgen machen zu müssen, außer um sich selber und seine Freunde, mit denen man da ist. Dass es einem gut geht.

P [00:19:54] Du hast jetzt sozusagen die Club Erfahrung verglichen mit der jetzigen Corona Situation. Weil du ja in beiden Situationen nicht wirklich viel zu tun hast. Aber du meinstest, dass Corona, also dass die jetzige Situation genauso entspannt ist oder nicht so entspannt ist?

K [00:20:15] Doch es ist so entspannt. **Ja ich war selten so stressfrei wie zurzeit.**

P [00:20:20] Ah interessant! Ok krass.

K [00:20:21] Abgesehen davon, dass ich meine Freunde nicht sehen kann. Das ist natürlich ein großer Manko daran, dass ich das nicht teilen kann. Aber prinzipiell gibt es halt keinen Termindruck, keine äußeren Einflüsse, die irgendwie Stress auslösen könnten.

P [00:20:37] Und jetzt versuchen, das noch ein bisschen besser zu verstehen, dieses ok keinen Stress, keinen Druck. Man ist frei, sozusagen innerhalb von Sisyphos. Wie viel würdest du sagen hängt es

davon ab, dass du mit deinen Freunden, deinen Club Freunden da bist? Was für eine große Bedeutung haben die denn in diesem Gefühl?

K [00:21:06] Eine sehr Große. Ich weiß gar nicht, wie ich das beschreiben soll. Es kommt nicht darauf an...

P [00:21:27] Ich versuche halt zu verstehen, vielleicht hilft dir das jetzt ein bisschen, es geht halt darum, wie diese Orte, also die Hauptfunktion dieser Orte, an denen ich interessiert bin, sage ich jedenfalls, ist soziale Kontakte sozusagen zu fördern. Dass du einfach sozial bist, mit Freunden redest, aber auch mit Bekannten einfach, mit Stammgästen. Und jetzt will ich gucken, inwiefern sozusagen diese Rolle und alles, was diese Orte ermöglichen, wo die Beziehungen, die in diesen Orten gepflegt werden, eine große Rolle spielen. Inwiefern die das mentale Wohlbefinden beeinflussen. Und da kann natürlich jetzt der Ort an sich eine Rolle spielen. Aber gleichzeitig kann es auch sein, dass eigentlich nur die Freundschaften, die durch den Ort sozusagen überhaupt erst ermöglicht werden, dass die der einzige Grund sind, der wirklich sozusagen das mentale Wohlbefinden beeinflussen. Macht es Sinn?

K [00:22:19] Ja. Ich würde sagen, dass das wie mit dem Tanz-Quatsch Verhältnis. das ist auch eine 50/50 Sache. Die Hälfte ist auf jeden Fall der Ort, der einem die Möglichkeit gibt, es alles zu machen. Aber das andere, ist dass, die Erfahrung wäre nicht das Gleiche, wenn ich es nicht mit so tollen Menschen erleben könnte. Also egal, ob ich sitze und quatsche, wenn ich da alleine sitzen würde und nicht quatschen würde, würde es mir nicht annähernd, also dann wäre der Ort trotzdem noch schön und toll, aber trotzdem würde ja irgendwie eine gewisse Einsamkeit in diesem Land herrschen. Und es ist schon auf jeden Fall nicer mit Freunden zusammen zu tanzen und zwischendurch, um zu gucken und zu sehen, wie alle Leute Spaß haben. Und vor allem, es macht mir auch Spaß zu sehen, wie fremde Leute Spaß haben. Aber es macht mir viel mehr Spaß zu sehen, wie meine Freunde Spaß machen.

P [00:23:33] Alles klar. Aber es könnte ja sein, dass die Gespräche, die du hast, mit deinen Freunden da, dass die zum Teil wirklich nur ermöglicht werden, auch durch die Natur des Ortes. Du könntest dich trotzdem noch mit deinen Freunden treffen, aber wenn es jetzt ein Café wäre, dann hätte man vielleicht andere Gespräche als man im Club haben würde. Da kann man sich mal Gedanken drüber machen.

K [00:24:01] Kann ich nachträglich noch was zum Interview beitragen?

P [00:24:07] Wenn du morgen früh irgendwie Gedankenblitz hast? Ja bestimmt. Wir können ja mal gucken. Aber wir sind ja noch gar nicht fertig. Und zwar will ich jetzt gerne zurückkommen dazu, dass ja jetzt das Sisyphos geschlossen ist.

K [00:24:26] Ja.

P [00:24:30] Genau. Inwiefern hat denn jetzt die Schließung, das hattest du auch schon kurz angesprochen, ich will das jetzt einfach noch mal hören von dir, inwiefern hat die Schließung vom Sisyphos deine Beziehungen zu diesen Menschen beeinflusst, mit denen normalerweise dahin gehst?

K [00:24:43] Ich sehe viele dieser Leute nicht mehr. Alle, die zu meinem wirklich engen Freundeskreis zählen die sehe ich trotzdem noch. Und zu denen habe ich auch Kontakt. Alle, die zu meinen

trotzdem guten Freunden zählen, mit denen schreibe ich zwischendurch eine Nachricht oder schickt ihnen Sprachnachrichten und frage, hey wie gehts, wie verbringst du deine Zeit? Ich würde mich freuen, mal wieder was zu hören. Aber alle Leute, die ich halt nur, die ich wirklich ausschließlich dort sehe, zu denen habe ich auch gar keinen Kontakt. Von denen kriege ich höchstens bei Instagram was mit. Aber ansonsten sind die Freundschaften quasi komplett weit weg.

P [00:25:32] Interessant aber woran... Jetzt muss ich mir eine Frage überlegen. Woran genau meinst du denn liegt das?

K [00:25:54] Ich weiß nicht. Dass es dann einfach wirklich nur Bekannte sind und dass es nicht, ich finde man, das ist zum Beispiel was, was ich von den Leuten auch nicht erwarten würde dass die sich jetzt nach mir erkundigen, dass sie fragen wie es mir geht, weil das auch, obwohl der Ort offenbar trotzdem nicht stattgefunden hat. Das ist nicht wichtig, ob ich die Leute alle drei Monate mal sehe oder keine Ahnung, ob ich die Person einmal im Jahr, sechs Mal im Jahr sehe, es irgendwie nicht relevant für die Freundschaft zwischen uns. Oder für das Verhältnis von uns. Weil selbst wenn ich die Leute für ein Jahr nicht sehen würde, ich mich trotzdem genauso freuen würde sie zu sehen, wie wenn ich sie in einem Monat sehen würde.

P [00:26:53] Du fühlst jetzt nicht den Druck, unbedingt sozusagen, umso mehr versuchen, mit den Leuten auch weiterhin während Corona in Kontakt zu bleiben, sondern für dich ist es wirklich offensichtlich, nee, das sind die Leute, mit denen gehe ich in Club und da verliere ich jetzt auch nicht irgendwie in irgendeiner Hinsicht zuzusagen Nähe zu denen, nur weil ich für die Zeit, während Sisyphos geschlossen ist, mich nicht mit ihnen unterhalte. Sondern das wird wieder genauso sein, sobald der Club wieder offen ist.

K [00:27:19] Ja, genau so sehe ich das.

P [00:27:22] Fehlen dir aber bestimmte Aspekte, sozusagen die, dir jetzt durch die Leute vermittelt werden, und Gesprächsthemen, einfach Arten, wie man sich mit denen unterhält. Die dir jetzt dadurch fehlen?

K [00:27:34] Ja, ja, auf jeden Fall. Aber das, doch das liegt auch an den Leuten persönlich. Ich dachte gerade, dass es nur daran liegend würde, dass mir insgesamt irgendwie Abwechslung fehlt im sozialen Umfeld. Aber mir fehlen schon auch die Gespräche, die ich speziell mit diesen Menschen habe, und die Art und Weise, wie man miteinander umgeht.

P [00:28:08] Kannst du mir da ein Beispiel geben. Also nicht zu persönlich, wahrscheinlich aber irgendwie fällt dir jetzt was ein?

K [00:28:10] Hmmmm warte.

P [00:28:29] Das ist jetzt so eine Sache, weißt du, dir fällt dir dann morgen früh auf jeden Fall ein. Und du denkst dir, ah man das hätte ich sagen sollen!

K [00:28:37] Ja auf jeden Fall! Gerade fällt mir nichts ein.

P [00:28:39] Das ist völlig in Ordnung. Das ist kein Ding. Trotzdem interessant, dass du meinst dass es da auf jeden Fall was gibt, was fehlt.

K [00:28:48] Ja es ist hauptsächlich, dass die Leute so viel Spaß haben, dass man die Leute nicht, dass man sich nicht zwischen zwei Terminen begegnet und man irgendwie genervt ist von verschiedenen Dingen, die am Tag passieren, sondern dass man sich, dass man die Leute anguckt und man sieht, wie sie gerade irgendwie ein interessantes Gespräch mit jemand anderem auch führen und man irgendwie was dazu einwirft und man eine positive Reaktion bekommt und man einfach keine Ahnung, miteinander ein komplett positives Verhältnis hat.

P [00:29:25] Ja, ich meine Spaß haben ja, das ist echt ein großer Aspekt auch. Das wurde in dem Buch auch wieder beschrieben, dass du wirklich zu diesen Orten oft einfach nur gehst, um eine gute Zeit zu haben. Du bist komplett abgeschieden von allen möglichen Problemen, die dir sonst im Tag begegnen könnten. Sondern in dem Ort hast du echt Spaß. Und wenn du keinen Spaß mehr hast, dann gehst du einfach. Deswegen ist die Erfahrung eigentlich immer gut. Würdest du denn sagen, dass du jetzt weniger Spaß hast, weil du nicht mehr ins Sisyphos kannst? In deinem Leben so?

K [00:29:57] Oh ja! Auf jeden Fall!

P [00:29:58] Weil ich mein, du meinst, Sisyphos ermöglicht dir sozusagen ein bisschen zu entkommen von deinen Problem und das tut die Corona Situation jetzt auch, weil du ja keinen Stress hast einfach. Aber ist die Corona Situation auch so spaßig, wie Sisyphos? Das ist jetzt die Frage.

K [00:30:17] Nicht annähert! Kein Vergleich.

P [00:30:19] Na siehst du. Ist doch nicht das gleiche. Und ich meine das hat ja jetzt auch wieder theoretisch einen Effekt auf deine mentale Gesundheit, vielleicht. Dieser Spaß aspekt. Kannst du dazu was erzählen? Glaubst du da ist was dran, oder denkst du, ich habe auch Spaß? Ich brauche das Sisyphos nicht unbedingt.

K [00:30:42] Nee, doch ich glaube da ist was dran. Ja, zum einen muss ich jetzt andere stressige Sachen nicht erleben. Aber dafür habe ich auch nicht den Freizeitausgleich. Vielleicht brauche ich ihn dadurch auch gerade nicht, weil ich nicht so viel, weil ich auf der einen Seite, weil die Waage trotzdem ausgewogen ist. Ich habe ein bisschen weniger Stress und ein bisschen weniger Spaß. Und hab dafür im Alltag beides halt verstärkt. Und deswegen ist es vielleicht wichtig, dass sich die Waage hält. Das ist jetzt gerade okay ist. Aber es ist auch wahnsinnig wichtig für mich, zu wissen, dass ich das wieder haben werde. Wenn ich darüber nachdenke, oh ich bin gerade traurig, dass ich das nicht machen kann. Ich würde gerade gerne irgendwas machen, was richtig viel Spaß macht. Da muss ich mich immer daran erinnern, okay es ist nur eine Zeit, und es wird wiederkommen, und es wird wieder so sein.

P [00:31:53] Also du hast so Momente ab und zu, wo du denkst, ich vermisse es wirklich! Ich vermisse was auch immer mir dieser Ort gibt?

K [00:32:00] Ja!

P [00:32:04] Und was vermisst du dann in dem Moment? Du denkst einfach nur, ich will einfach tanzen, ich will Spaß haben, ich will...

K [00:32:08] Ja meine Freunde sehen. Viele Freunde auf einmal, viele Umarmungen. Das ist das, was an diesen Club Freundschaften auch eine ganz besondere Sache ist. Dass sie sich, was ich auch schon meinte, dass sich an unserem Verhältnis nichts ändern wird, wenn ich die jetzt ein Jahr nicht sehe oder ein Monat nicht sehe, dass man immer warme Begrüßung und Verabschiedung bekommt. Und die Leute sich immer freuen einen zu sehen. Wahnsinnig herzlichliche Umarmungen geben und sich immer darauf freuen, sich beim nächsten Mal wieder zu sehen.

P [00:32:44] Oh man. Jetzt vermisse ich selber das Sisyphos. Ok eine Frage dazu noch, wenn du diese Momente hast, wo du dann denkst, ich vermisse es. Wie fühlst du dich dann? Was ist dein Gefühlszustand in dem Moment?

K [00:33:12] Ein bisschen traurig. Ein bisschen genervt. Ein bisschen wütend.

P [00:33:27] Wütend warum?

K [00:33:32] Naja wütend, dass ich das nicht machen darf. Dass es mir quasi verboten wird. Aber das nicht so doll. Also eher traurig und genervt.

P [00:33:39] Ja man versteht ja den Sinn dahinter. Man weiß, warum das alles geschlossen ist. Es ist ja nicht, dass man denkt, ihr doofen Regierungs Heinis, die uns nicht mehr erlauben Spaß zu haben. Sondern man denkt ja, ich nicht weiß warum, aber es ist trotzdem doof.

K [00:33:56] Genau.

P [00:33:57] Und geht das schnell weg dann? Dein Traurigkeits Gefühl? Ist das so ein kurzer Moment, der ab und zu auftaucht und wieder verschwindet, oder?

K [00:34:06] Ja, das ist etwas, was zwischendurch einfach aufkommt. Und danach dann aber auch wieder vorbei geht.

P [00:34:15] Ok. Du meinstest ja auch schon, ich meine, wir haben ja jetzt auch diese ganzen digitalen Kommunikationsmöglichkeiten wie Skype, obwohl ich jetzt annehme, dass du Skype nicht viel benutzt. Weil du ja deinen Namen überhaupt nicht kanntest. Aber es gibt ja auch HouseParty und WhatsApp, was auch immer. Du telefoniert oder chattest aber wirklich nicht mit den Leuten, mit denen du dich sonst nur oder hauptsächlich im Sisyphos triffst?

K [00:35:01] Ich telefoniere auch generell nicht so viel mit Freunden. Ich nutze so etwas auch schon ab und zu. Aber ich versuche dann eher, die Leute, die ich persönlich sehen kann, mehr Zeit auf die zu verwenden.

P [00:35:18] Du glaubst nicht daran, dass so virtuelle Kommunikationsmöglichkeiten irgendwie helfen? Oder denkst du, das macht alles keinen Sinn. Ich treffe mit den Leuten persönlich oder gar nicht?

K [00:35:31] Doch ich glaube schon daran. Ich habe bloß persönlich nicht so viel Freude daran. Ich weiß auch nicht. Ich habe da eine Hemmungsschwelle. Ich hab persönlich einfach mehr Freude an persönlichem Kontakt.



P [00:35:49] Ja ich meine das kann ja sein. Obwohl wir gerade viel Spaß haben finde ich.

K [00:35:57] Allerdings!

P [00:35:57] Ich habe auch nicht erwartet, dass es eine Konversation ist, wirklich eine halbe Stunde übers Sisyphos sich zu unterhalten. Aber das ist mega gut. Das ist genau, was ich brauche eigentlich. Ich meine, ich versuche halt auch ein bisschen rauszufinden, könnten diese Skype, WhatsApp, HausParty, was auch immer, könnten die jetzt diese Orte in Zeiten der Corona Krise ersetzen? In einer gewissen Weise. Aber ich meinen, da sagst du jetzt, nein, auf keinen Fall.

K [00:36:32] Wirklich auf keinen Fall.

P [00:36:32] Weil?

K [00:36:35] Weil der Ort fehlt. Weil der Fun-Faktor daran fehlt. Also ich kann mich mit einem Glas Sekt vor den Laptop setzen und meinen Freund telefonieren. Aber dann habe ich nur den Quatschteil und nicht den Tanzteil.

P [00:36:50] Ja und beides gehört zusammen, wirklich. Wie kam es, dass du, ich meine als wir uns entschieden hatten, über Clubs zu reden, hast du ja doch dann relativ schnell gesagt, ok dann wäre es Sisyphos. Warum Sisyphos über andere Clubs? Wie kam das? Wie hat sich Sisyphos so als dein Hauptclub entwickelt?

K [00:37:24] Ich glaube zum einen dadurch, dass ich ihn im Verhältnis zu anderen Berliner Clubs... Ich weiß nicht. Ich finde den Club einfach besser als andere Berliner Clubs. Vielleicht nicht am allerbesten, aber alles ist total schön gemacht. Du hast gute Clubräume. Du hast einen schönen Außenbereich und extrem viel Möglichkeit. Ich weiß nicht, wie man das richtig ausdrückt. Du hast quasi für einen Club hast du ein sehr gutes Setting. Und die Leute stimmen. Weil man ne extreme, die Tür Politik ist einfach sehr...

P [00:38:25] Er stimmt viel überein mit dem, was man selber gerne sehen würde in einem Club. Es kann ja auch persönlich sein, und individuell, in einer gewissen Weise. Es gibt andere Clubs, die anderen Leuten besser gefallen. Aber für dich sind das genau die Art von Leute.

K [00:38:45] Genau, für mich sind es einfach die richtigen Leute. Und dazu kommt auf jeden Fall auch, dass ich schon wahnsinnig viel Zeit dort verbracht habe. Ich glaube, es ist auch, wenn ich mit meinen Leuten woanders hingegangen wäre und dort so viel Zeit verbracht hätte, dann würde ich einen anderen Ort mehr lieben als den Ort quasi. Aber es kommt einfach beides zusammen. Dadurch dass der Ort so schön ist und dass wir so schöne Zeiten dort verbracht haben.

P [00:39:06] So eine Art sentimentaler Wert entwickelt sich dann auch mit der Zeit. Place Attachement. Wirklich du hackst hier einen akademischen Begriff nach dem nächsten. Das ist sehr wundervoll. Wundervoll! Ok, das Interview ist auch schon viel zu lange. Nicht viel zu lange, aber wir reden schon seit einer Weile. Bevor wir das Interview jetzt beenden, was ist denn die erste Sache, die du machen wirst sobald die ganzen Maßnahmen wieder geregelt werden? Ich meine, ich glaube, ich habe mich schon vorstellen, was die erste Sache sein wird, die du machst. Aber sag es mir noch einmal.

K [00:39:53] Falls du denkst, dass ich zuerst ins Sisyphos renne, wird es es nicht sein. Weil es nämlich komplett überfüllt sein wird. Nee, ich glaube, das macht in den ersten Wochenenden keinen Spaß, weil ich überfüllte Orte nicht gerne mag. Sondern ich werde alle Leute, mit denen ich normalerweise dahin gehen würde, mit denen würde ich an irgendeinem keine Ahnung draußen zum Beispiel treffen, für ein Open Air. Auf jeden fall würde ich irgendwie Party mit diesen Menschen machen, die ich normalerweise dort sehen würde. Und sobald ein paar Wochen vergangen sind, dann würde ich mit denen allen da hin gehen.

P [00:40:30] Das war jetzt so als Spaß Frage gemeint und jetzt wirfst du hier alles wieder, nicht über den Haufen, aber du machst wieder komplett neue Türen auf. Weil jetzt meintest du ja, sozusagen, du meinst, dass die Aufgabe des Ortes, die wird jetzt sozusagen ausgefüllt mit den Freunden, sobald du wieder kannst aber in einem anderen Ort. Also es klingt so eigentlich, als wär der Ort an sich ja dann doch nicht mehr so essenziell.

K [00:40:59] Aber ich finde, das wir wieder dadurch revidiert, dass nur die Erwartung, die ich in dem Moment an den Ort habe, quasi nicht erfüllt werden kann. Aber es wird dann auch nur aufgeschoben. Also es wird nicht ersetzt, sondern... der Ort kann nicht ersetzt werden, auf jeden Fall nicht. Aber er muss auch die Erwartung erfüllen, die ich von ihm habe.

P [00:41:36] Du hast also Erwartungen? Du weißt, oder du erwartest, ok wenn ich da hin gehe dann wird das so und so sein?

K [00:41:40] Ja, auf jeden Fall.

P [00:41:41] Und das ist gut? Es sind gute Erwartungen natürlich immer?

K [00:41:44] Ja.

P [00:41:44] Alles klar. Gibt's denn noch, ich meine, du hast jetzt ein ziemlich gutes Verständnis glaube ich bekommen von dem, worüber ich meine Arbeit schreiben will. Gibt's noch irgendwas, was du von dir aus hinzufügen möchtest? Oder denkst du alles wurde gesagt? Du kannst deine komplette Liebe zum Sisyphos ausschütten jetzt in einem akademischen Umfeld.

K [00:42:19] Ich liebe das Sisyphos! Das Sisyphos muss wieder aufmachen!

P [00:42:19] Oh warte, eine Sache die ich interessant finde noch, die wollte ich zum Schluss meiner Arbeit ein bisschen einfügen. Ich meine viele Orte, ich weiß nicht, wie es im Sisyphus ist, die bieten jetzt sozusagen Gutscheine und sowas an, mit denen man den Ort weiterhin unterstützen kann und das dann irgendwie einlöst oder so. Macht Sisyphos so was?

K [00:42:37] Ich habe nichts davon mitbekommen, nein. Was das Sisyphos aber auch macht, ist an diesen Arte Club Konzerte. United We Rave heißt das. Und man da auch spenden kann.

P [00:43:02] Hörst du dir die an wenn Sisyphos spielt?

K [00:43:06] Tatsächlich nur, wenn ich mit meinen Mitbewohnern irgendwie chille oder Arne auch zusätzlich da ist. Ich mache das nicht alleine, weil ich mich dabei dann einsam fühle. Weil mir die Leute dann fehlen.

P [00:43:23] Super! Das ist alles, was ich gebraucht habe. Gut, dann beenden wir, dann beende ich jetzt die Aufnahme.

### **Kelly Transcript**

P [00:00:03] Gut. Vorne weg müsste ich mir kurz die sogenannte eine Einverständniserklärung abarbeiten. Normalerweise hätte ich dir einfach ein Blatt gegeben, auf dem draufsteht, das ist ein Interview, Teil meiner Bachelor These, du darfst das machen, das wir damit angestellt, was weiß ich. Ich bin damit einverstanden und dann unterschreibst du. Das geht jetzt aber nicht, weil meine Uni mir ehrlich gesagt verboten hat, in direkten Kontakt zu treten mit Leuten. Deswegen machen wir das einfach jetzt sozusagen online. Und ich sag ja einfach kurz, worum es geht. Das ist ganz einfach. Du sagst zum Schluss Ja, finde ich gut. Und dann geht es los.

K [00:00:42] Yo.

P [00:00:44] Also, wie gesagt, das Interview ist Teil meiner Bachelor These für die Universität zu Groningen. Keine der Informationen, die du mir vermittelt, werden irgendjemand weitergeben. Ich werde ein Synonym benutzen für den Namen, also du bleibt auch anonym. Und natürlich hast du zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Interviews die Möglichkeit, eine Frage nicht zu beantworten, falls die unangenehm ist oder das Interview komplett abubrechen. Bist du mit alldem einverstanden?

K [00:01:11] Ja, ich bin einverstanden.

P [00:01:15] Und dann dazu noch, wäre es natürlich nice wenn du so ausführlich wie möglich antworten könntest. Also erzähle mir ruhig Geschichten, wenn dir welche einfallen. Okay, erste Frage für mich, kannst du mir kurz dein Alter sagen? Und wie lange du jetzt schon in der Nachbarschaft wohnst, wo du wohnst. Also in deiner jetzigen Gegend.

K [00:01:41] Als ich 20 Jahre alt. Werde im Juni 21. Und ich wohne seit Dezember hier in der Petersburger Straße 31.

P [00:01:56] Gut, dann kurz als Einführung. Ich weiß nicht, wie viel ich dazu erzählen muss. Ich meine, das Meiste wirst du schon wissen. Du weißt ja, seit Dezember 2019 gibt's das neuartige Coronavirus SARS-COV2. Es hat sich mittlerweile überall auf der Welt verbreitet. Ich glaube, mittlerweile sind mehr als 185 Länder betroffen. Europa wurde besonders hart getroffen und deswegen haben sich einige Regierungen beschlossen, besonders drastische Maßnahmen zu ergreifen, um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. Deutschland zum Beispiel hat Kontakt, Beschränkungen verhängt, und die meisten Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten bleiben geschlossen. Und auch bis auf einige Ausnahmen wie Supermärkte, Tankstellen, Banken bleiben die meisten Geschäfte geschlossen. Also ziemlich extreme Situation. Kannst du mir kurz erklären, wie du in dieser Situation auch weiterhin mit deinen Freunden und Bekannten in Kontakt bleibst?

K [00:03:01] Natürlich wie immer eigentlich auch viel digital. Ich schreibe mit meinen Freunden, ich telefoniere gelegentlich, meine Familie besuche ich tatsächlich auch einmal die Woche. Wir essen gemeinsam Abendbrot und mit meinen Freunden, die ich richtig sehen möchte. Und treffen möchte, tue ich das auch, meist in der Nachbarschaft. Ich bin dann meistens auch mit Fahrrad unterwegs anstatt mit der Bahn. Und dann behalten wir eigentlich immer einen Abstand zwischen uns, und die

Umarmung wird umgeändert in einen Ellbogencheck. Und genau meistens sehen wir uns dann auch draußen eher weniger bei Leuten zu Hause. Und dann viel Parks, einfach chillen und quatschen. Und ja, auch nur für ein paar Stunden. Meistens, so die Rasta.

P [00:04:00] Du meinst ja, dass du dich jetzt meistens in Parks triffst da draußen. Es gibt ja sonst eigentlich auch Art Geschäfte wie Cafés, Bars, Restaurants, wo man sich sonst oft mit Freunden treffen würde. Die sind ja jetzt alle geschlossen. Gibt's denn irgend so eine Art von Ort, in dem du dich denn normalerweise vor Corona regelmäßig mit Freunden getroffen hast?

K [00:04:25] Tatsächlich treffe ich mich mit meinen Freunden, wenn das Wetter es hergibt, echt sehr, sehr gerne im Park draußen, weil man da unbegrenzt lange Zeit verbringen kann, es eigentlich immer schön ist. Jetzt so spezielle Bars, Restaurants, Cafés eigentlich eher nicht.

P [00:04:47] Wieso nicht?

K [00:04:51] Weil das natürlich auch immer was kostet, sich in Restaurants zu setzen oder eine Bar zu gehen oder in Cafés zu gehen, das gönne ich mir auch gelegentlich mit meinen Freunden. Und auch gerade Bars gegen Abend sind schon immer stabil. Aber eigentlich preferiere ich es persönlich eigentlich schon immer in Parks. Ist halt auch kostenlos.

P [00:05:19] Du würdest sagen, dass du dich auf jeden Fall öfter in Parks triffst mit Freunden, als in Bars?

K [00:05:21] Ja.

P [00:05:21] Ja dann können wir auch den Park nehmen. Und wie oft würdest du sagen gehst du so in Parks?

K [00:05:36] ...

P [00:05:41] Was habe ich gesagt, was habe ich gesagt. Ah ja, wie oft du denn normalerweise so in Parks gehen würdest mit Freunden?

K [00:05:47] Kommt natürlich aufs Wetter an und auf die Jahreszeit, aber ich bin schon ein super sozialer Mensch und schaffe es tatsächlich, mich so vier, fünf Mal mit Freunden zu treffen. Manchmal sogar jeden Tag (lacht).

P [00:06:04] Ist es ein und der gleiche Park oder sind es auch unterschiedliche Parks?

K [00:06:08] Unterschiedliche Parks durch Berlin durch.

P [00:06:12] Woran hängt es ab, was für einen Park du dich entscheidest?

K [00:06:18] Entweder generell einfach ein Park oder eine Gegend, die mir generell lieb ist. Oft in Kreuzberg. Ansonsten hängt davon ab, wo meine Freunde wohnen und herkommen. Ich biete auch oft an einfach in dere Richtung zu fahren. Oder bei mir in der Gegend. Also jetzt seit Corona halt eher Grünstellen, die hier sehr nahe liegen. Und dann treffe ich mich halt mit Mila, Luis, Darion und Co.

P [00:06:52] Genau, kann mir ein bisschen mehr über die Leute erzählen, mit denen du dich in Parks triffst. Sind das deine ganzen dicksten Freunde...

K [00:06:53] Das sind deine besten Freunde!

P [00:07:02] Aber sind es denn deine dicksten Freunde auch? Oder sind es auch gleichzeitig Bekannte, mit denen du dich im Park triffst?

K [00:07:16] Jetzt während Corona oder generell?

P [00:07:16] Nee davor. Sagen wir jetzt gehen wir echt mal nur Corona aus. Wir kommen dann noch zu Corona zurück später.

K [00:07:23] Ob es meine Freunde sind oder auch Bekannte?

P [00:07:27] Genau. Zum Beispiel, was ich vorher herausgefunden habe, war, dass diese dritten Orte sozusagen, was halt nicht jemandes Zuhause ist, sondern ein neutraler Ort, können wir meinen. Da trifft man sich oft, ja auch mit engen Freunden, aber zunehmend auch mit ein bisschen lockeren Freundschaften, die man jetzt nicht unbedingt nach Hause einladen würde, weil man einfach, man muss ja auch nicht mit jedem super dicke sein, wenn du verstehst, was ich meine. Und in deinem Fall sind es jetzt sozusagen nur deine dicksten Freunde? Oder würdest du sagen, nee, das sind schon beide, wie du meinstest, diese enge Freunde, aber auch ein bisschen lockere Freundschaften?

K [00:08:04] Ja also vor Corona, ich treffe mich natürlich mehr mit meinen engen Freunden. Aber dadurch, dass ich auch mich gerne mit Menschen treffe, die ich länger nicht gesehen habe, sind wieder ältere Bekannte oder irgendwie generell Menschen nicht einfach sehr selten antreffen, die ich aber trotzdem als Menschen sehr gerne mag und schätze und sehen mag. Also es ist super bunt durchmixt eigentlich.

P [00:08:31] Und wie wichtig würdest du sagen, das ist jetzt vielleicht eine komplexe Frage, ist die Park Umgebung für die Pflege von deinen Freundschaften?

K [00:08:44] Schon sehr sehr wichtig. Eigentlich so der wichtigste Raum, wo ich mich, um mich mit meinen Freunden aufzuhalten. Gerade im Sommer, also schon mit der Wichtigste. Und jetzt während Corona auch. Ich bin auch echt happy, dass die Parks alle noch offen haben.

P [00:09:02] Wie verbringt ihr so eure Zeit? Was macht ihr so im Park? Wie gesagt, ich gebe nichts weiter.

K [00:09:10] Also Musik hören und die Sonne genießen, quatschen, Zigaretten rauchen.

P [00:09:20] Viel um quatschen kann ich mir vorstellen geht es.

K [00:09:23] Genau. Viel auch einfach auf kommunikativer Basis. Jetzt nicht unbedingt irgendwas, das man zusammen eine Aktivität macht so richtig oder irgendetwas spielt, sondern es schon oft einfach aus purer Liebe zur Kommunikation.

P [00:09:40] Ok. Wenn wir jetzt einfach mal dieses Setting, ich nenne es jetzt mal Setting. Ich habe manchmal echt Probleme damit, die deutschen Wörter zu finden. Eigentlich hatte ich gedacht, dass ich die ganzen Interviews auf deutsch führen würde, und jetzt muss ich das auf Deutsch machen. Ich dachte so, nein auf deutsch, na ja.

K [00:09:54] Ich glaub man kann schon Setting sagen.

P [00:09:54] Ja ok. Wenn wir uns das Setting also angucken, dann wie würdest du sagen, wie wichtig ist dieses ganze Setting mit deinen Freunden, mit denen du in den Park gehst, für deine mentale Gesundheit? Wie beeinflusst das dein eigenes Wohlbefinden sozusagen?

K [00:10:17] Ich glaube, dass es elementar ist. Wie gesagt, ich bin ein super sensible und soziale Person, und deswegen treffe ich mich auch wie eine Süchtige fast täglich mit meinen Freunden und auch gerade wegen dem Kostenfaktor. Und einfach, weil es auch so schön ist, einfach in der Natur in einem Park zu sitzen, ist das schon super wichtig.

P [00:10:44] Seid ihr normalerweise größere Gruppen oder machst du das auch zu zweit?

K [00:10:49] Zu zweit und dann, es ist komplett unterschiedlich. Aber es kommt auch oft dazu, dass es größere Gruppen sind, gerade im Sommer zu nicht Corona Zeiten, da stoßen auch schon mal Gruppen aufeinander. Also, es kommt voll drauf an. Aber auch gern zu zweit.

P [00:11:06] Und wenn du die beiden Situationen vergleichen würdest, die großen Gruppen treffen und dann aber auch nur zu zweit sein, inwiefern unterscheidet sich sozusagen deren Effekt auf dein mentales Wohlbefinden wieder?

K [00:11:23] Ich mag beides sehr gerne. Und gerade auch mehr von meinen Freunden zu sehen erfüllt mich auch. **Und die Runde wird natürlich gesprächiger und wird einfach aktiver. Und es wird auch vielleicht etwas mehr gelacht.** Ich gehe glaube ich gerade etwas an deiner Frage vorbei.

P [00:11:42] Nee nee, das ist genau was ich hören wollte eigentlich, echt. So was sind die Unterschiede zwischen diesen großen Gruppendynamiken und den eher kleineren? Weil oft gibt's da halt schon Unterschiede. Und speziell was jetzt Corona angeht, werden wir später rausfinden, macht es halt auch Unterschiede, was man jetzt noch machen kann und was nicht mehr. Also wenn du sagst, dass in den großen Gruppen die Stimmung einfach ein bisschen lustiger ist ein bisschen, ja.

K [00:12:08] Ja, doch schon auf jeden Fall und wenn ich mich zu zweit mit Freunden treffe, dann ist das eher auf einer sehr empathischen, reflektierenden Art und Weise. Natürlich mache ich immer mal wieder gerne Jokes und mache halt das Gespräch, gerne auf einer humorvollen Ebene. Aber ich geh schon noch viel, viel mehr tiefer auf mein Gegenüber ein, und dementsprechend würde ich auch sagen, dass es mir sogar noch wichtiger ist, Menschen zu zweit zu sehen, weil mir das einfach mehr gibt so zu sagen vom Gespräch dadurch, dass es diese tiefere Ebene hat. Und deswegen würde ich sagen, dass das auch wichtiger für meine mentale Gesundheit ist. Aber ich erfreue mich auch immer wieder an größeren Gruppen. Und einfach auf den Fun-Faktor. Man hat auch viel Input und kann auch mit vielen unterschiedlichen Menschen reden. Und das ist schon auch, grad wenn es halt viele Leute sind, die man kennt und die man gerne hat, ist das auch auf jeden Fall sehr beflügelnd für meine mentale Gesundheit.

P [00:13:13] Schön ausgedrückt. Aber du bist schon, dass wenn du dich entscheiden müsstest, wären dir deine Gespräche zu zweit wichtiger für dein eigenes Wohlbefinden.

K [00:13:24] Ja.

P [00:13:25] Und ich meine, in so einer Situation sind wir jetzt unbedingt. Inwiefern hat jetzt Corona sozusagen deinen Treffpunkt Park beeinflusst? Also inwiefern triffst du dich noch weiterhin mit Freunden im Park? Hat sich etwas verändert, was die Dynamik angeht? Die Größe der Gruppe zum Beispiel? Inwiefern ist da jetzt etwas anders?

K [00:13:51] Zunächst treffe ich meine lockeren Bekannten oder meine lockeren Freunde und Bekannten, sp der Kontakt ist eigentlich fast nicht da, weil sich die meisten Menschen ja jetzt gerade versuchen, sozial abzukapseln, oder sozial so wenig wie möglich unterwegs zu sein. Und da ist es natürlich klar, dass lockere Bekannte dann eher wegfallen. Dementsprechend treffe ich mich jetzt gerade eigentlich nur noch mit meinen engen Freunden und auch nur zu zweit, maximal zu dritt. Und dann auch eher im Park natürlich, weil jetzt diese ganzen anderen Orte zu haben. Und unser Treffen ist auch anders als davor. Davor hätten wir uns wahrscheinlich umarmt zur Begrüßung und zur Verabschiedung. Und vielleicht, wenn das Gespräch gerade etwas emotionaler wird auch zwischendrin. Es wird vielleicht enger zusammen gesessen, oder man weiß ja nicht, was spontan so über einen fällt, und wenn man sich dann näher kommt. Aber das fällt auf jeden Fall weg, und das belastet mich auch tatsächlich. Dass das alles wegfällt, weil ich halt auch einfach ein Mensch bin, der gerne so anfässt und einfach irgendwie Körpernähe hat. Und ansonsten, ja es wird einfach weniger treffen als sonst. Es ist halt alles so ein bisschen in den Passiv Modus gerückt und nicht wie wenn der Sommer jetzt normal wäre ohne Corona, wären halt alle im super aktiven Modus. Jetzt ist halt alles sehr zurückgefahren. Und ja, und man macht jetzt, man verbringt jetzt auch nicht vielleicht einen ganzen Tag zusammen, und man kann keine Sachen unternehmen. Es sind oft einfach ein paar Stunden im Park, die man miteinander einfach redet so und ja.

P [00:15:47] Und wie kommt es Meinst du, dass du dich mit deinen Bekanntschaften nicht mehr triffst persönlich?

K [00:15:54] Na ja, ich würds schon machen. Und teilweise frage ich auch so Freunde, mit denen ich mich jetzt nicht wöchentlich oder monatlich treffe. Ob sie mal Zeit haben und so, das tue ich schon, weil ich auch generell sozial ein aktiver Mensch bin. Also in dieser Richtung. Damit habe ich gar kein Problem, und ich würde auch gerne mehr Leute treffen. Aber dadurch, dass diese Situation einen vorschreibt, dass man seinen sozialen Kontakt eher ein bisschen einfahren soll. Und dieser Zeitgeist sich gerade so drastisch, was heißt Zeitgeist, aber dieses gesellschaftliche Verhalten sich gerade so geändert hat, ist halt einfach ja halt einfach weniger geworden.

P [00:16:44] Doch verstehe ich schon. Es ist halt einfach schwierig zu verstehen. Jeder hat da auch eine andere individuelle Auffassung, wie man der ganzen Krise jetzt irgendwie gegenüber treten soll. Schwierig, da auch einen Nenner zu kommen. Du meintest, dass du generell weniger Kontakt hast, auf jeden Fall weniger direkten Kontakt zu Freunden. Würdest du sagen aber, dass dadurch, dass du gar keinen direkten Kontakt mehr hast zu den Bekannten, dass du versuchst, diesen Kontakt irgendwie zu kompensieren, in denen du dich mehr triffst mit deinen engen Freunden? Macht das Sinn?

K [00:17:23] Ich verstehe, was du meinst. Aber bei mir ist jetzt eher der Fall, ich treffe mich halt generell weniger. Aber meine engeren Freunde, die ich treffe, treffe ich ungefähr noch genauso viel. Oder wer weiß, vielleicht sogar ein paar Mal weniger, dann ein paar Mal mehr sogar. Man weiß ja nie. Das kann sich auch in nicht-Corona Zeiten immer mal wieder irgendwie ändern. Weiß ich nicht. Aber ich würde nicht sagen, dass ich es jetzt irgendwie anders versuche zu kompensieren. Obwohl ich schon, natürlich meine engen Freunde und gerade auch die Freunde, die hier in der Nachbarschaft wohnen, schon relativ oft frage, ob sie Zeit haben. Vielleicht würde ich sonst, wenn kein COVID-19 im Umlauf gerade wäre, vielleicht würde ich sonst auch meine Zeit mit vielen anderen Aktivitäten und mit vielen anderen Menschen irgendwie. Vielleicht wäre ich einfach so busy, dass ich dann mich seltener mit meinem engen Freunden treffen würde als ich es jetzt tue. Das kann ich jetzt nicht sagen, weil ich diese enge Freunde so gerne mag, dass ich mir auch vorstellen kann, dass ich auch zu nicht-Corona Zeit mich so oft mit denen treffe. Ich weiß nicht, das ist schwer zu sagen.

P [00:18:43] Wenn du jetzt darüber nachdenkst, du meinstest vor Corona hattest du dich mit größeren Gruppen in Parks getroffen, zum Teil, und wie gesagt, auch noch mit weniger engen Freunden. Was von diesen Aspekten die jetzt fehlen fehlt dir denn am meisten? Und jetzt wieder zurückzukommen auf die mentale Gesundheit, was für einen Effect hat das auf das Wohlbefinden? Dieser fehlende Aspekt?

K [00:19:12] Ich glaube. Lass mich kurz nachdenken. Ich glaube, dass ich mich mit diesen Bekannten in größeren Gruppen draußen jetzt teilweise nicht treffen kann, hat keinen Effekt auf meine mentale Gesundheit. Ich glaube, was eher Effekt auf meine mentale Gesundheit hat, ist, dass ich kein Girlfriend oder Boyfriend habe um das halt irgendwie zu kompensieren. Praktisch, dass ich jetzt irgendwie und wie viele jetzt einfach generell, man ist einfach ein bisschen einsamer. Also jetzt nicht nur, ja, doch schon. Aber, ja ich habe ein bisschen den Faden verloren. Sorry. Aber ich würde nicht sagen, dass das jetzt ja blöd für meine mentale Gesundheit ist, dass ich nicht mehr mich mit größeren Gruppen in Parks treffen kann. **Das ist natürlich einfach Spaß, und was ich auch sehr, sehr schade finde** und was vielleicht etwas auf meine mentale Gesundheit in Form von irgendwie ein bisschen Trübsal blasen dann reinkommt, ist halt dass, ich weiß einfach ich bin in Berlin geboren, aufgewachsen, lebe hier schon immer. Und in mir tickt eine Berliner Uhr und sagt bald ist erster Mai, bald kommen Techno Paraden, bald kommen Festivals, jeden Tag raus, und man ist unterwegs, und ich kann einfach noch aus den letzten Jahren die ganzen Erinnerungen, wie es ist und wie es sein könnte. Und das macht mich dann natürlich traurig, dass ich nicht feiern gehen kann, mit Menschen, mit vielen Menschen chillen kann. Dass halt einfach diese ganze Stimmung und Atmosphäre, die mir die letzten Jahre gegeben wurde, einfach dieses Jahr nicht erfüllt wird. Das finde ich sehr schade. Und das geht vielleicht auch irgendwo auf die mentale Gesundheit. Ich glaube eher so was so ja. ich höre auf.

P [00:21:24] Nee ich kann mir das gut vorstellen. Viele meinten, dass die enge Freundschaften, die sind natürlich am wichtigsten, damit es dir persönlich gut geht und solange die du weiterhin hast, und dich noch weiterhin mit den Leuten treffen kannst, mit den paar wenigen, dann gehts einem eigentlich gut. Und das ist jetzt so ein kleines Privileg. Okay, man kann sich nicht mehr mit allen Leuten treffen und ist nicht mehr ganz so sozial wie vorher. Aber ja, vielleicht hat das einfach gar keinen so starken Effekt, solange man seine engen Freundschaften hat.

K [00:21:53] Ja.



P [00:21:53] Wie sieht es denn aus mit digitalen Medien wie HausParty und Skype und so? Benutzt du die um mit Freunden weiterhin in Kontakt zu bleiben?

K [00:22:00] Skype grade zum ersten Mal, seit meiner Zockerphase. HouseParty habe ich mir dafür runtergeladen und in den ersten zwei Wochen auch immer mal wieder benutzt. Aber jetzt eher seltener. Also ja, eher weniger, tatsächlich.

P [00:22:24] Du hast nicht das Gefühl, dass du dich jetzt mehr unterhältst über WhatsApp, Skype, irgendetwas?

K [00:22:32] Nee, tatsächlich nicht. Also ich bin auf Instagram sehr aktiv, da kompensiere ich vielleicht eher meine digitalen Kontakte. Also, ich schreibt natürlich gelegentlich mit meinen Freunden auf Whatsapp. Ich bin jetzt aber nicht die größte Chatterin. Aber so über Instagram dann schon eher irgendwie mit Memes teilen und einfach so kleine Kommentare machen. Und es ist ja auch tatsächlich ein ganz interessanter, so ganz interessantes soziales Phänomen auch, Instagram. Also habe ich gerade nur gedacht, weil jeder postet ja so seine Story und da bin ich ja auch relativ aktiv. Und dadurch lässt man auch, ich glaube, da bleibt man eher im Touch auch mit seinen loseren Bekannten. Man trifft sich zwar nicht direkt so viel, aber man kann praktisch sehen, was die machen. So die teilen das, was sie teilen möchten. Und darauf kann man auch kommentieren. Irgendwie bin ich schon immer mal wieder im Kontakt mit allen möglichen Bekannten von mir darüber. Also ich denke das ist tatsächlich somit für mich die wichtigste Quelle, um mit den Bekannten so ein bisschen social in touch zu bleiben.

P [00:23:47] Und dadurch spürst du nicht das Verlangen, dass du mit denen über Videochat reden musst oder so. Sondern Instagram ist da diesbezüglich genug.

K [00:23:54] Weil ich da eh nicht so die Person bin. Ich bin eigentlich tatsächlich nicht so ne Telefoniererin. Ich muss einfach gerne so, zack die Menschen vor mir haben, damit ich so richtig auf die eingehen kann und gut sehen kann und es nicht irgendwie technologische Barrieren gibt.

P [00:24:11] Was stört dich da? Mit den technologischen Barrieren? Die körperliche Nähe einfach?

K [00:24:16] Weil es einfach nicht so echt ist, irgendwie. Also es ist zwar auch ganz nice und unterhaltsam. Und wenn es gerade halt so sein muss, dass man telefoniert oder Video chattet, weil man einen nicht sehen kann, dann mache ich das natürlich gerne. Aber ich kann es nicht, weiß ich nicht, so genießen einfach, wie ein reales sehen.

P [00:24:43] Als fast letzte Frage mittlerweile auch schon, was wäre denn die erste Sache, die du machen wirst, sagen wir mal alle Verbote und Regulierungen würden jetzt morgen aufgehoben werden und alles wäre wieder erlaubt. Was würdest du da machen? Wie sähe dein erster Tag aus wieder in Freiheit?

K [00:25:05] Das Erste, was ich machen würde, wär gucken, was geht ab in der City. Dann würde ich mir den Masterplan schmieden und würd mit irgendwelchen Freunden diesen Masterplan einfach durchziehen. Und wahrscheinlich, ja. Vielleicht ein bisschen chillen vielleicht in eine Ausstellung gehen. Vielleicht würden wir am Wochenende planen feiern zu gehen. Vielleicht wird ein Open-Air jetzt anstehen, so langsam. Ja, ich weiß nicht. Eigentlich gibt es halt sehr viele Dinge zu tun und zu machen, wenn nicht so eine Pandemie herrscht.

P [00:25:48] Was fehlt dir denn am meisten persönlich von all den Sachen, die verboten sind jetzt gerade?

K [00:25:52] Das Traurigste, als ich auch von der ganzen Corona Geschichte erfahren habe, so Anfang dieses Jahres, ich war die ganze Zeit so, Huh meine Festivals! (lacht) Und das ist wirklich legit das einzigste oder mit das Krasseste, was mich am traurigsten macht, weil ich jetzt so viele Sachen geplant hatte. Und mich darauf so gefreut hatte. Und auch die Open-Air und Techno Paraden und Demos einfach so dieser Citycibe irgendwie. Einfach dieses auch Frühlings- und Sommergefühl und alle Menschen sind einfach nur draußen und versprühen Lebensfreude. Und man ist halt unterwegs, und irgendwie ergibt das Schicksal sich dann, und dann macht man irgendeinen nicken Scheiß.

P [00:26:40] Hattest du dir schon Tickets gekauft für irgendwelche Festivals?

K [00:26:40] Ja Fusion. Aber zum Glück meinten die, dass die Tickets tatsächlich für nächstes Jahr gelten. Und das wär ganz cool, wenn das klappt. Aber was mich tatsächlich noch trauriger gemacht hat, also natürlich wollte ich auch mit Dario und mit euch allen einfach auf ein Festival gehen und dort arbeiten und so. Darauf hatte ich mich auch gefreut, hatte mir Nation überlegt. Aber ich hatte mir auch schon ein Ticket für die in Psy-Fi in Holland gekauft.

P [00:27:17] Wo ist die genau?

K [00:27:17] Ich weiß nicht genau, wo die ist. Aber dieses Jahr sollte es das letzte Mal an so einer richtig legendären Location stattfinden, wo so unterschiedliche Inseln, unterschiedliche Floors sind. Und dann kann man sogar von Floor zu Floor schwimmen. Also was ich gehört habe, klang supergeil. Und es geht halt 7 Tage lang und ist eher auf den Tag ausgelegt als auf die Nacht. Aber dafür gibts auch richtig viele Workshops. Letztes Jahr gab es sowas wie Pilz Zeremonien mit echten Schamanen und so richtig kranker Shit. Das ist halt so ein richtig krankes Festival. Und Leo und Malte zwei Freunde von mir waren beide schon da und meinten beide war super geil. Und ich habe einfach nur, weißt du die findet im August statt, hätte im August stattfinden sollen. Und darauf habe ich mich halt einfach mega krass gefreut.

P [00:28:09] Vielleicht gibt's irgendwelche Festivals, die jetzt erst im September hätte stattfinden sollen, und dann sind die vielleicht wieder auf.

K [00:28:16] Also Psy-Fi hat glaube schon gesagt, dass sie keins machen dieses Jahr. Aber vielleicht, wenn das alles so im August vorbei ist oder so. Vielleicht gibt es dann ja noch so im Herbst ein paar. Wer weiß.

P [00:28:29] Herbstfestivals. Die ganze Season verschiebt sich einfach. Gibt es denn noch irgendwas das du gerne erwähnen würdest bezüglich Parks als deine Orte, um sich mit Freunden zu treffen und soziale Kontakte aufrecht zu erhalten. Zum Beispiel, ich meine, man kann sich noch weiterhin in Parks treffen, das ist eine Frage, die mir gefallen ist, aber gucken einen Leute irgendwie doch schon anders an, wenn man sich in den Park hinsetzt? Hast du da irgendwie was erlebt seit Corona?

K [00:29:02] Also es ist halt so, dass alles zu hat. Wir sind erlaubt rauszugehen. Dementsprechend ist alles extrem voll. Das ist ja schon seit Wochen, wird darüber halt gescherzt, und es wird wahrgenommen. Alles ist voll. Überall draußen ist es voll und gerade in den Parks ist es super voll. Du

siehst tausend Jogger und auch ziemlich viele Leute chillen. Und das hat für viele, auch für mich so ein bisschen komisch gewirkt. So von wegen Social Distancing, dies das und dann ist halt alles voll wenn du raus gehst. Es ist natürlich, das Wetter ist gut. Die Leute wollen halt raus, Sport machen, irgendwas tun. So, kann ich komplett nachvollziehen. Und dementsprechend wirst du auch nicht schräg angeguckt, gerade wenn du nur zu zweit unterwegs bist. Also wirklich gar nicht. Aber mir ist tatsächlich aufgefallen, immer wenn ich draußen war, hab ich auch immer mal wieder so eine fünfer Gruppe oder sowas gespottet. Öfters Personen über drei Leute Gruppen, und das fand ich tatsächlich ein bisschen weird. Und ich kann mir vorstellen, dass gerade diese Gruppen viel angeguckt werden oder wird vielleicht auch ein bisschen schräg angeguckt. Aber im Grunde wirst du nicht komisch angeguckt.

P [00:30:21] Du gehst meistens wirklich als zweier Gruppe raus, oder drei?

K [00:30:25] Ja, zwei eigentlich meistens.

P [00:30:32] Hast du dann einen sehr vollgestopften Terminkalender von 1 bis 2 mit Mila, 2 bis 3 mit Tanja ...

K [00:30:43] I wish (lacht). Nee aber ich versuche schon so jeden Tag jemanden zu sehen.

P [00:30:51] Mir fehlt es auch echt muss ich zugeben. Ich bin ja hier in Marienfelde und ich habe heute einen Kumpel besucht und wir saßen drei Meter voneinander entfernt. Aber sonst sehe ich wirklich nicht viele Leute, und ich denke mir so man ey. Ich halte auch Abstand, aber ich muss die Leute wieder sehen, persönlich.

K [00:31:06] Ja vielleicht kannst du ja mal ne Radtour hier hin machen oder so. Bahn fahren willst du jetzt nicht?

P [00:31:13] Nö aber ich habe mich im Gleisdreieck Park mal getroffen gehabt, und da bin ich in Fahrt hingefahren. Genau das geht eigentlich.

K [00:31:19] Dann können wir uns ja auch mal da treffen.

P [00:31:23] Im Gleisi? Ja auf jeden.

K [00:31:23] Ja gerne gerne. Und sonst, wie gehts dir mit deiner Familie?

P [00:31:32] Warte mal, ich mache meine Aufzeichnungen, beende ich mal. Es sei denn, es gibt doch noch etwas was du sagen willst.

K [00:31:38] Ich glaube ich habe alles zu Parks gesagt.

P [00:31:40] Alles klar. Eine halbe Stunde sich über Parks unterhalten. Rekord!

### **Kevin Transcript**

P [00:00:02] Ich werde dich ganz kurz durchführen, durch die Eckpunkte meiner These. Also einfach nur als kurze Informationpunkte. Und dann sagst du zum Schluss, ob du einverstanden bist oder

nicht. Das muss ich sozusagen abhaken als Art Einverständniserklärung. OK, also wie gesagt, du weißt bestimmt schon, dass Interviews ist Teil meiner Bachelor These an der Universität zu Groningen. Keine der Informationen, die du mir vermittelst werden an irgendeine Drittperson weitergegebenen. Das bleibt alles echt in meiner Arbeit. Die wird auch nicht veröffentlicht, also keine Sorge. Ich verwende Synonyme für die Namen, also du bleibst anonym. Und du hast zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Interviews natürlich die Möglichkeit, eine Frage nicht zu beantworten, falls es dir unangenehm ist oder das Interview auch komplett abubrechen.

K [00:00:47] Ok verstanden.

P [00:00:49] Gut. Bist du mit all dem einverstanden?

K [00:00:51] Ja.

P [00:00:51] Super. Dann gehts los. Vorher wollte ich noch sagen, es wäre hilfreich für mich, wenn du so ausführlich wie möglich antwortest auf meine Fragen. Falls du jetzt nicht groß was dazu zu sagen hat, dann stelle ich eine neue Frage. Aber je mehr du mir erzählst, desto mehr Information hab ich. Soviel zur Einführung. Für den Anfang...

K [00:01:20] Wie viele Fragen sind es denn?

P [00:01:23] Wie viele habe ich denn aufgeschrieben. Es ist eher so eine Art semi- structured Interview. Also ich werde einfach Fragen fragen, so wie sie kommen und was mir einfällt. Ich könnte dir eher sagen, es wird so 20 Minuten dauern.

K [00:01:38] Ok. Das hätte ich ja dann, wenn ich die Frage beantworte, dann hätte ich abschätzen können, ok wenn ich jetzt eine Frage 10 Minuten lang beantworte.

P [00:01:51] Nee sowas passiert nicht. Da passe ich schon auf.

K [00:01:51] Ich bin ja, ich kann auch viel reden.

P [00:01:56] Echt? Ok. Alles klar, gut. Dann kann ich dir vorher sagen, okay, die Frage ist jetzt weniger wichtig. Aber ich kann dir jetzt schon wirklich versichern, dass die Fragen, an denen ich am meisten interessiert bin, dazu wird dir am wenigsten einfallen wahrscheinlich. Wir sehen dann mal. Gut. Erste Frage, die ist ganz kurz. Kannst mir kurz sagen, wie alt du bist und wie lange du jetzt schon in der Umgebung wohnst, wo du momentan wohnst.

K [00:02:22] Ich bin 51 und wohne seit 2007, also seit 14 Jahren, 13 Jahre hier. Essen, Essener Süden, ne. Also wir sind ein paar Mal umgezogen, aber die Gegend hat sich nicht groß verändert.

P [00:02:40] Alles klar. Genau. Dann hätte ich sonst immer eine kurze Einführung gebracht über das Coronavirus. Aber ich meine, da weißt du ja mittlerweile genug drüber Bescheid. Es geht einfach darum, dass Europa ja relativ hart getroffen wurde und viele Regierungen alle möglichen Maßnahmen ergriffen haben, um die Ausbreitung zu verringern. Wir haben gerade schon über die Maskenpflicht geredet. Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten bleiben geschlossen. Bis jetzt. Und bis auf Supermärkte, Banken, Tankstellen und andere zentrale Einrichtungen bleiben eigentlich auch die meisten Geschäfte geschlossen. Einige Shops haben jetzt wieder geöffnet, ich glaube seit

dieser Woche. Aber Restaurants, Bars, Cafés. Vor allem diese Orte sind weiterhin noch geschlossen. Kannst du mir denn kurz erzählen, wie gesagt jetzt nicht zu lang, sondern nur ein bisschen, wie du so in dieser Situation mit deinen Freunden und Bekannten in Kontakt bleibst.

K [00:03:37] Also erst einmal, bin ich ja ganz normal weiter im Berufsleben. Also ich hab keine Kurzarbeit oder sonst irgendwelche Einschränkungen. Das einzige was ich habe, ist ein extra Home Office Day. Also ich bin zwei Tage im Büro, zwei Tage zuhause. Das heißt, ich habe da schon viele Kontakte. Natürlich ist auch dort, wie auch im Privaten, sehr vieles im digitalen Bereich, was man vorher analog gemacht hat, die Präsenz wird heute zunehmend digital gemacht. Selbst die kleinsten Meetings finden dann über Microsoft Teams und so weiter statt. Die Kontakte in der Familie sind so, wie sie vorher auch waren, außer zu Oma und Opa. Da sind wir da nicht hingefahren über Ostern, was eigentlich gedacht war. Die Kontakte zu meinen Kumpels ist so ein großer Bereich, ist quasi tot. Das ist der Tennisclub. Da gibt's natürlich WhatsApp-Gruppen und so weiter. Ja, aber da sind eben auch viele Ärzte, mit denen ich Tennis spiele. Und da ich, sagen wir mal nicht immer deren Meinung bin, halte ich mich da vornehm zurück. Ich will mit denen Tennis spielen. Das macht auch Spaß und habe auch Spaß mit denen. Aber unsere Sicht auf Corona ist eine andere. Und von daher ist das dann auch gut, da ein bisschen Abstand zu halten. Aber mit anderen Kumpels, also mit einem gehe ich jetzt trotz Corona, haben wir jetzt angefangen, miteinander joggen zu gehen. Dann hab ich jetzt, den sehe ich also, heute waren wir eine Stunde unterwegs, und den sehe ich jetzt also mehr in Corona als vorher. Und das andere große Hobby ist ja Yoga, und das machen wir alles digital. Das heißt, die Yoga-Kurse werden jetzt digital über nicht Zoom, sondern Envimo oder wie das heißt, also es ist ein anderer Anbieter. Ja, werden da abgespielt, und du machst einfach alleine für dich mit. Und das funktioniert mal gut, mal sehr gut. Je nachdem, welche Lehrer, welche Lehrer das gerade macht. Ja, aber ich würde sagen, was mir, wenn das vielleicht auch mit drin ist, kann auch sein dass es die nächste Frage ist, aber das, was einem fehlt, ist natürlich dieser persönliche körperliche Kontakt. Gerade mit Tennis oder Yoga, da ist man einfach, man begrüßt sich, umarmt sich und schlägt sich ab, unterhält sich, trinkt Bier zusammen. Das ist alles gerade tot.

P [00:06:52] Ja genau, wie du schon meinst, Tennis, Yoga, also ich bin jetzt besonders interessiert an Freundschaften, Bekanntschaften. Gibt's denn da, normalerweise sagen wir vor Corona, einen Ort, in dem du dich normalerweise regelmäßig triffst, um mit Freunden zu reden, sozial zu sein. Gibt's einen Ort in der Hinsicht?

K [00:07:12] Das ist vor allen Dingen der Tennisclub.

P [00:07:14] Alles klar.

K [00:07:14] Aber das ist dann im Winter weniger. Es war ja jetzt Wintersaison. Aber jetzt eigentlich, wären wir wahrscheinlich schon seit zwei Wochen in der Saison. Dann verbringen wir, weil auch die Kinder Tennis spielen, einfach viel Zeit dort.

P [00:07:30] Wie oft, kannst du mir mir ein bisschen mehr erzählen? Also wie oft gehst du da hin? Was für Leute sind da? Sind es enge Freunde oder eher Bekannte von dir, mit denen du da Tennis spielst?

K [00:07:41] Ja, das ist eine gute Frage. Enge Freunde, würde ich sagen, vielleicht der eine oder andere ja das wir ein bisschen enger befreundet sind, die quasi auch mal auf meinem Geburtstag waren. Oder die waren auf der Party, das war ja auch im Tennisclub okay. Das ist einfach schon so,

dass man viel Zeit miteinander verbringt. Man trifft sich, man spielt, man sitzt danach zusammen. Dann bin ich ja auch in der Mannschaft oder in zwei Mannschaften. Das heißt, man hat schon einen Kreis von 30, 40, 50 Männern, die da immer wieder sich treffen. Ja, und das ist schon drei, viermal die Woche im Sommer bin ich mit Tennis beschäftigt. Und dann kommen noch beim Hermann dazu, der spielt auch in einer Mannschaft. Dann kommt da auch nochmal Betreuung, wo man dabei ist und sich mit den Eltern da unterhält und so weiter. Da kommt schon was zusammen, ist schon ein großer Teil. Und das Yoga würde ich auch so sehen. Yoga Studios sind zwei in Düsseldorf. Also es ist ein Veranstalter sozusagen mit zwei Studios, und da kenne ich natürlich auch viele enger, auch gerade die Lehrer. Und da sitzt man auch oft so zusammen und macht was. Oder trifft sich zum Singen zum Beispiel. Und das sind halt schon Sachen, die, die aktuell nur digital stattfinden. Und generell auch mit anderen Freunden mal was trinken gehen. Kneipen. Ja, das ist natürlich schon ein wesentlicher Punkt, das mache ich zwar jetzt nicht so oft, ich würde mal sagen so im Durchschnitt vielleicht einmal im Monat. Also sehr, sehr selten aktuell. Aber das fehlt schon auch.

P [00:09:47] Aber du meinstest ja auch, dass du normalerweise dann auch ab und zu im Tennisclub zum Beispiel ein Bierchen trinkst?

K [00:09:51] Ja.

P [00:09:54] Also, ich würde schon so sehen, dass dann Tennis wie auch Yoga deine beiden Orte sind, in denen du dich am meisten jedenfalls mit Leuten triffst. Und ich meine es ist ja jetzt auch nicht nur, um sich zu treffen mit Leuten, sondern da sind ja zwei Objekte sozusagen dabei. Einerseits gehst du zum Sport hin, aber andererseits ist die soziale Komponente doch schon recht genau prävalent.

K [00:10:18] Ja, ja genau. Man hat einfach gemeinsame Interessen, und beim Tennis ist es eher das gemeinsame Alter. Beim Yoga bin ich schon etwas älter. Das sind die Jungs und Mädels, obwohl es gibt einige, einige Jungs, auch in meinem Alter. Aber ich habe auch viel Kontakt zu Jüngeren da. Ja, und dann ist, ja diese ganze Yoga Meditation Szene, die hat nochmal eine andere, ja es ist ein anderes Thema. Also da sprechen viele auch über Spiritualität und Meditieren und was weiß ich. Und beim Tennis geht es viel um Tennis, um Job, um materielle Dinge. Weniger um die geistig spirituellen.

P [00:11:04] Aber dann bist du ja eigentlich gut sozusagen, gut bestückt. Weil dann hast du einerseits das spirituell, und gleichzeitig kriegst du alles andere dann vom Yoga, sozusagen.

K [00:11:15] Ja, also vom Tennis, genau.

P [00:11:15] Stimmt, vom Tennis, genau. Aber dann würdest du schon sagen, dass die Gesprächsthemen sozusagen relativ sich im gleichen Kreis bewegen, jeweils. Das sind so ähnliche Gesprächsthemen im Yoga und dann noch eine andere Art Gesprächsthemen...

K [00:11:32] Ja und dann hast du ja noch die, den Job ne. Also, ich habe ja im Job auch Freundschaften. Also war ja auch bei mir auf der Party, wenn du dich erinnerst. Also es sind halt so viele, mit denen ich schon lange Geschäfte mache, wenn man so will, und die mit mir zusammen Projekte gemacht haben. Da hat man natürlich auch eine enge Bindung.

P [00:11:53] Ja, aber da ist deine Freundschaft da jetzt weniger auf einen bestimmten Ort fixiert, hätte ich gedacht. Also auf deinen...

K [00:12:03] Also die sind vor allem zugehörig. Ich habe ja nach wie vor Zugang zur Firma und wen ich halt nicht so sehe, sind Leute außerhalb der Firma. Also die jetzt in einer anderen Einrichtung arbeiten, und ich war schon, also normalerweise bin ich schon so drei, viermal im Monat unterwegs und besuche Leute und bin auch im Ministerium selbst, oder Innenministerien. Und das ist momentan alles total. Also da telefoniert man oder auch digitale Lösungen, wie Skype, Zoom.

P [00:12:37] Ich versuche eine Art oder, ach so wichtig ist jetzt auch nicht, aber ich versuche zu verstehen, inwiefern diese Orte, wo man sozial ist, und die Freundschaften, die darin gepflegt werden, inwiefern die die eigene mentale Gesundheit sozusagen und das eigene Wohlbefinden beeinflussen. Ob es denn da sozusagen Beziehungen gibt zueinander. Was würdest du denn sagen, wie fühlst du dich denn, wenn du jetzt, sagen wir, in den Tennisclub gehst oder ins Yoga? Bei den beiden Beispielen ist es jetzt natürlich ein bisschen schwierig das zu differenzieren. Ich bin jetzt mehr daran interessiert, inwiefern die soziale Komponente dich selber beeinflusst. Also versuche es vielleicht ein bisschen abgetrennt zu sehen von der physikalischen, exercise sozusagen, beim Tennis und auch beim Yoga generell.

K [00:13:26] Ja also nicht der Sport selber, sondern dass..

P [00:13:31] Ja genau.

K [00:13:31] Und die Frage war nochmal konkret?

P [00:13:33] Inwiefern das sozusagen dein eigenes mentales Wohlbefinden beeinflusst? Und wie es dir geht.

K [00:13:38] Weil ich das jetzt gerade nicht habe.

P [00:13:41] Nee, die Frage kommt dann später, sondern jetzt erst einmal nur wo du es noch hast.

K [00:13:46] Genau. Das bereichert mich sehr. Es ist einfach nochmal, ja wenn du so willst, ein Parallel zur Familie und natürlich auch zum Beruf. Da hat man einfach eine weitere Gruppe. Und das sind ja gerade auch Freizeitaktivitäten, wo du nochmal aufgefangen wirst. Du wirst einfach, da bekommst du ja eine Aufmerksamkeit, die dir im Job und in der Familie oder auch mit anderen nicht so, das ist eine andere Art von Aufmerksamkeit, die ich sehr schätze.

P [00:14:33] Kannst du da mehr zu sagen? Was für eine Art von Aufmerksamkeit würdest du sagen?

K [00:14:38] Das ist eher so, jeder der mal Mannschaftssport gemacht hat, der versteht vielleicht eher was ich meine, oder der aktiv in einer Art Gemeinschaft ist. Ob das jetzt eine Glaubensgemeinschaft ist oder eben eine Sportgemeinschaft. Das ist alles ähnlich. Mann ist zusammen und automatisch, weil man diesen Sport oder Aktivität liebt, weil er einem so viel bringt, hat man gemeinsame Themen und gemeinsamen Humor, auch. Natürlich gibt es Leute, mit denen du nicht kannst. Aber mit denen ich nicht viel zu tun habe, da habe ich auch Spaß mit. Ja, und dann ist das sehr erfüllend. Dieses, natürlich dann auch, du wirst ja gefragt, hast du Zeit? Mit dir will ich unbedingt mal spielen und so weiter. Das ist ja eine andere Form von Aufmerksamkeit und Interesse, was du bekommst. Und ich habe das ja auch damals bewusst wieder angefangen, als viele Dinge anstanden, wo wir, wo ich auch mehr Rückhalt brauchte. Wo einfach viel Wandel war. Im Job habe ich mich verändert. In der Familie haben wir uns verändert, neu aufgestellt und dann brauchst du

auch so einen Ruhepol. Und Tennis habe ich ja ein bisschen früher angefangen, und Yoga kam dann dazu. Und das war schon, und das hat mich schon irgendwie getragen und trägt mich auch weiterhin. Das ist etwas, womit ich mich auch identifiziere.

P [00:16:33] Gibt auch ein gewisses Maß an Stabilität, kann ich mir vorstellen.

K [00:16:38] Ja. Es gehört einfach zu deiner Persönlichkeiten. Und ich sage dann auch, ich brauche das auch, um eben meine Aufgaben in der Arbeit, in der Familie erfüllen zu können, um auch für die Leute da zu sein und meine Arbeit auch gut zu machen. Ich brauche diesen Ausgleich. Und wenn ich den nicht habe, dann fehlt mir etwas, und dann bin ich auch nicht so ausgeglichen. Es fehlt einfach was.

P [00:17:10] Genau, weil dazu würden wir jetzt kommen nämlich. Weil wie du schon meinst, ich meine durch Corona sind die ganzen Orte jetzt geschlossen. Du hast jetzt nicht mehr Zugriff auf, weder den Tennisclub, noch das Yoga. Yoga gewissermaßen schon noch meinst du. Aber der Ort an sich, der Physikalische, ist geschlossen.

K [00:17:24] Diese soziale Geschichte ist ja nicht da, ne.

P [00:17:26] Genau. Inwiefern, das wollte ich jetzt nämlich fragen, beeinflusst das denn deine Freundschaften zu diesen Leuten, die du normalerweise triffst in diesen Orten?

K [00:17:35] Also, viele sehe ich einfach gar nicht mehr, wir haben auch keinen Kontakt. Und mit anderen habe ich noch einen Austausch per E-Mail. Und das ist ja immer so, dann wird das mit dem einen vielleicht ein bisschen mehr, ein bisschen weniger. Aber wie gesagt, gerade weil, wie soll ich das ausdrücken... Ja, ich habe mich bewusst erst so ein bisschen mehr rausgehalten aus der ganzen Diskussion, weil ich da ja... Aber das ist eigentlich nicht die Diskussion, oder die Frage. Ich sehe einfach, dass ich das, was ich gerne mit den Leuten mache, nämlich Tennisspielen und Yoga machen, nicht machen kann. Und das fehlt mir. Mir fehlt natürlich auch diese Beziehung zu den einzelnen Leuten. Und weil man lernt natürlich auch viele Leute kennen. Das ist ja zufällig. Man verabredet sich ja nicht in der Regel zum Yoga, sondern man geht, weil man sagt, geil heute habe ich Bock auf den Kurs. Dann ist der Lehrer oder die Lehrerin, und dann gibt's den und den Yoga Stil, und dann weiß man, ok habe ich Bock drauf, gehe ich hin. Heute fühle ich mich fit, dann mache ich Rasa. Oder ich fühle mich nicht so, dann mache ich lieber Rata oder Yin. Und ja, und dann trifft man immer wieder neue Leute oder alte Leute, die man kennt. Das ist natürlich immer, das fällt weg. Und ich kompensiere das schon durch andere Sachen, aber es fällt auch viel weg, und das merke ich auch. Und ich sehne mich wirklich wieder danach, wenns wieder losgeht und wir hoffen, dass es nächste Woche losgeht. Am Montag in einer Woche.

P [00:19:29] Was mich jetzt interessiert, woran ich interessiert wäre, wären zwei Sachen. Erstmal, du meinst mit manchen Leuten hast du noch ein bisschen Kontakt vom Tennis, Mit anderen weniger, mit den meisten weniger. Woran liegt das genau? Kannst du da, gibt's da ein Muster sozusagen? Kannst du dir vorstellen, ja ich weiß, warum ich mit denen Leuten jetzt noch Kontakt habe und mit den anderen nicht?

K [00:19:51] Ich glaube, dass das Problem ist, sagen wir mal in der Yoga Gemeinschaft, da geht man mit der ganzen Situation anders um, in dem Sinne, dass man da aktiv etwas gegen diese Angst und gegen diese ganze Chaos Stimmung, die teilweise auch herrscht. Mittlerweile ist es ja gottseidank



ruhiger geworden. Aber die ersten Wochen waren ja grade auch sehr von großer Nervosität und Panik bestimmt. Und das habe ich sehr genossen, dass man einfach so einen Ruhepol hat. Man kommt da runter und die erzählen dann eine Geschichte vorne. Ich weiß nicht ob du Yoga auch machst, aber da werden auch Geschichten erzählt. Ja, und das ist eine ganz andere Geschichte, wie, wenn ich jetzt beim Tennis mir die ganze Zeit diese WhatsApp-Gruppen, ne. Und dann gibt's immer wieder Gimmicks darüber und was hat der gesagt und das ist doch wichtig. Ja, und dann gibt es diese ganzen Diskussionen, die man auch in Zeitungen lesen kann. Ja, und wo ich halt, sagen wir mal, mich eher zurückhalte mit Meinungen, und das eher so beobachte und sage, okay, das kann man so sehen, muss man aber nicht. Es gibt statistisch eben nach wie vor viele Diskussionen. Und gerade in den letzten Wochen kam ja auch immer mehr auf, dass es viele Leute gibt, die anderer Meinung sind. Und wenn ich dann sehe, da die Frankfurter hat dann so eine Umfrage gemacht und 30 Prozent halten das alles für übertrieben, dann finde ich das schon eine relevante Zahl. Und das ist, ja ich gehöre eher zu den 30 Prozent. Ich sage nicht, dass man jetzt wieder alles freischalten soll. Aber ich sage eine Risikostrategie fahren, dass man eben die Gruppen, die gefährdet sind, nach wie vor schützt. Keine Frage. Aber dass man auch hier eine Öffnung finden soll, ohne dass man jetzt diese Grundsatzdiskussion aufhört. Das halte ich nach wie vor für sehr wichtig, weil dem Planeten gehts deutlich besser seit Corona. Und wir diskutieren seit 50 Jahren über Umweltschutz, und es gibt keine Maßnahme, die auch annähernd nur annähernd so wirkungsvoll war die Corona. Und das ist schon etwas, wo alle mal innehalten sollten. Und dein Onkel Sven hat ja auch einen schönen Punkt in Diskussion gebracht mit dem auf Wachstum ausgerichtete Gesellschaft, dass das sich anders gestalten soll. Aber nochmal zu der Frage, also auf Tennis kann ich momentan so ein bisschen, das kann ich so ein bisschen laufen lassen. Da lasse ich die Ärzte da diskutieren, und ich habe Spaß im Yoga. Also das ist so meine Einstellung grade dazu. Obwohl mir beide fehlen.

P [00:23:09] Was ich so das Gefühl habe, basierend auf dem, was du mir erzählt, ist, dass du vor Corona auch schon die jeweilige Aktivität, die jeweilige Gruppe benutzt hast, um über bestimmte Themen dich hauptsächlich zu unterhalten. Und jetzt, durch Corona, ist das Thema der Unterhaltung im Yoga noch relativ ähnlich geblieben, also du kannst dich weiterhin darüber unterhalten, wie auch vorher schon, wie Entspannung ein bisschen alles ruhiger zu sehen. Aber beim Tennis kriegst du das jetzt nicht mehr so. Da hat sich die Unterhaltung extrem geändert, und man quatscht nicht mehr wirklich über die Dinge wie vorher, sondern jetzt viel über Corona. Und das scheint nicht mehr ein Thema zu sein, über das du dich gerne unterhält mit diesen Leuten und deswegen ist die ganze Unterhaltung weniger.

K [00:23:57] Ja nee, es ist halt eine Energiefrage. Es würde mich Energie kosten, und das mache ich eigentlich zur Entspannung. Also die Unterhaltung über Corona, das führe ich schon im Job und führe ich an anderer Stelle, wo ich aussage, ich verstehe das und so weiter, aber guckt euch die Zahlen an, und ja. Und mit den anderen habe ich halt genau diesen Austausch über Sport. Und wir haben immer auch über Politik und alles Mögliche diskutiert und gesprochen. Aber das ist eben nach dem Sport. Du hast dich zwei Stunden da verausgabt, oder eineinhalb, und dann redet man auch ganz anders miteinander, als wenn man nach der Arbeit, nach acht Stunden Arbeit noch irgendwo in eine WhatsApp Diskussion einsteigen will und dann vielleicht nicht unbedingt der Meinung ist, wie der, die da jetzt vorherrscht.

P [00:24:54] Alles klar. Um nochmal zurückzukommen kurz auch das mentale Wohlbefinden. Ich meine wir hatten da vorher kurz drüber geredet. Jetzt, wo du, wie gesagt, nicht mehr zugriff hast auf diese beiden Orte, hat das irgendwelche Konsequenzen auf wie du dich fühlst?

K [00:25:11] Also die erste Zeit fühlte ich mich schon richtig scheiße.

P [00:25:18] Was du auch darauf beziehen kannst jetzt direkt, dass du nicht mehr zu diesen... ja.

K [00:25:21] Genau. Ich hab das zwar von Anfang an im Yoga gemacht, also ich bin dann auch gleich digital gegangen. Aber die haben ja auch mal ein, zwei Wochen gebraucht, um das digital aufzubauen. Und da fühlte ich mich schon, also ich bin dann halt laufen gegangen oder habe sonstigen Ausgleich gesucht. Aber das fehlte mir schon sehr. Und da war ich auch selber irgendwie so angepisst. Da ware ich in dem Stadium, verstehe ich alles nicht und was soll die Scheiße, und so.

P [00:25:54] Das sagen viele wirklich, witzigerweise.

K [00:25:54] Und dann habe ich aber plötzlich realisiert, Moment, das macht irgendwas mit der Welt. Und das ist doch eigentlich genau das, wo wir alle hin wollten. Wir haben immer drüber geredet. Wir müssen mal langsam aufhören mit dem ganzen Wahnsinn. Und jetzt machen wir das einfach. Dann ist für mich Corona plötzlich so anders geworden, und ich habe dann auch viel meditiert, und dann habe ich angefangen, das wirklich zu genießen. Und habe halt neue Sachen, geh viel mehr spazieren, bin viel draußen, halt so mit irgendwelchen Leuten, die ich überhaupt nicht kenne, irgendwelche kurzen Pläuschchen. Und die Sachen, Bekanntschaften zu machen, die man normalerweise die im Yoga oder Tennis gemacht habe, die mache ich jetzt woanders. Das hat sich so ein bisschen kompensiert. Wobei es natürlich lange nicht die Qualität hat wie im Yoga oder im Tennis. Also, das ist schon, nach wie vor vermisse ich was. Aber ich finde die Zeit auch mittlerweile sehr, sehr spannend und bin jetzt positiv eingestellt, während ich vorher immer gehadert habe. Also die ersten gerade im März, dann noch, als das so losging. Das war ja, wir kamen ja Anfang März zurück, und dann war das, wir waren ja in Südtirol, und das war ja bis Mitte, Ende März war es schon eine ganz schwierige Stimmung. Und seit April ist es viel, ja, es ist plötzlich eine besondere Zeit und die ich jetzt aber auch anders zu nutzen weiß. Aber im Bezug auf die sozialen Kontakte, ja, ich freue mich einfach über die Leute, mit denen ich darüber reden kann. Und die, die halt Abstand halten und Angst und so weiter, das respektiere ich auch und nehme darauf in der Regel Rücksicht. Ich kann mich jetzt an eine Szene erinnern, wo mich mal zwei Damen an der Kasse vorgelassen haben, dann wurde es ein bisschen enger und dann hat die Verkäuferin gerade gesagt, uh jetzt wird es aber eng, und ich meinte, ja das geht schon noch. Aber ansonsten respektiere ich das ja.

P [00:28:12] Aber ich kann mir vorstellen, dass du trotzdem noch weiterhin wirklich essenzielle Beziehungen führen kannst zu deinen Kindern, Familie. Es ist jetzt nicht so, dass du komplett abgeschnitten bin.

K [00:28:24] Nein. Nein, nein. Genau das, das ist vielleicht auch wichtig. Ich mache eigentlich alles so wie früher und hab da auch Kontakte, und habe eh schon einen sehr kommunikativen Job. Also ich sitze mit zwei Leuten in einem Büro. Und bei uns ist es eh so ein Büro, wo jeder reinkommt und rausgeht, also es ist eher so ein Treffpunkt. Und ich habe da eigentlich sehr viele soziale Kontakte, nach wie vor. Es wäre jetzt bestimmt anders, wenn ich so einen Elfenbeinturm Job hätte, wo ich an der Uni sitze und nur forsche.

P [00:28:54] Obwohl ich mir vorstellen könnte, dass die... sorry.

K [00:28:59] Da hast du Abends dann gar niemanden. Und das wäre natürlich schwierig. Aber ich habe hier, wir haben Spaß. Wir gucken natürlich viel Fernsehen auch und machen weniger Dinge draußen und machen halt mehr drinnen.

P [00:29:16] Obwohl du jetzt kurz das Gespräch im Job angesprochen, ich mein, ich kann mir vorstellen, dass trotzdem dann diese Gespräche bei dir auf dem Beruf, dann doch ein bisschen ernsthafter sind als jetzt die, die du mit deinen Tenniskompanen hättest. Die wären ja wahrscheinlich ein bisschen entspannter, ein bisschen spaßiger sozusagen. Aber trotzdem fehlt dir diese spaßige Unterhaltung nicht zu sehr, oder du kriegst sie halt trotzdem wirklich von woanders, würdest du sagen, jetzt momentan?

K [00:29:40] Ja, zum Teil. Also es fehlt mir auf jeden Fall, aber zum Teil habe ich es mittlerweile kompensieren können, zum Teil. Ganz auf keinen Fall. Das, nee da sind wir ganz weit weg von. Da fehlt schon noch ein ganz schöner Stück vom Kuchen.

P [00:30:01] Als letztes Thema, was ich noch ganz kurz ansprechen würde, ich finde es interessant, dass dein Yoga Verein trotzdem jetzt versucht, weiterhin noch, digital, ihre Kurse fortzuführen. Jetzt wieder versuchen, das ein bisschen auf die soziale Komponente zu beziehen, inwiefern wird denn das sozusagen durch diese digitalen Yoga-Kurse, wie kann man sagen, sozusagen erreicht? Gibt's da irgendwie in jeglicher Art und Weise soziale Kommunikation dann auch noch oder ist das wirklich ein Video? Ihr macht das Yoga zusammen und dann war es das. Also die soziale Komponente des Yogas fällt komplett weg.

K [00:30:42] Es gibt, es gibt die Chat Möglichkeit in dem Kurs. Wobei ich einfach mit dem, Vimeo heißt das, mit dem System so meine Probleme habe weil es schmiert mir ab und zu immer wieder ab. Also das Bild bleibt einfach stehen. Und dann muss man neu laden. Und ich habe jetzt die Erfahrung gemacht, dass, wenn ich den Chat weg lasse, und ich nutze das eigentlich nur um Hallo und Tschüss zu sagen. Und auch so die Kommunikation in Chats läuft eigentlich nur zwischen den Schülern, den einzelnen Schülern, Schülerinnen, oder Teilnehmer, Teilnehmerinnen und dem Lehrer oder Lehrerin. Und nicht untereinander. Was normal ist. Normalerweise sitzt du vorher zusammen, trinkst dein Teechen und auch teilweise danach noch eine Runde oder gehst sogar noch was trinken danach. Das fällt alles weg. Das ist eigentlich wirklich sehr tot, wenn man so will. Das Einzige, was halt bleibt, ist die Kommunikation zwischen Lehrer und ne. Und dann habe ich ich auch teilweise E-Mail-Kontakt mit denen. Und dann tauscht man sich noch auch parallel oder danach noch aus. Aber mit den einzelnen Mitschülerinnen und Schülern, mit anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern tot.

P [00:32:08] Das fällt weg. Gab es denn nie eine Initiative von irgendjemandem der anderen Schüler, die versucht haben, lasst uns doch mal ein Zoom Telefonat organisieren mit allen Leuten oder ähnliches?

K [00:32:18] Ne. Also im Yoga Studio, da gibt's vielleicht auch Facebook-Gruppen und so weiter, und das weiß ich nicht. Aber nee, nee, aber da muss man auch sehen. Da gibt es halt auch Gruppen, die dann zum Beispiel Workshops zusammen gemacht haben, die vielleicht auch schonmal auf Retreats waren. Ich war auch schon einmal weg. Und da hat man, da habe ich dann diese Gruppen mit dem Singen zum Beispiel, und da haben wir uns schon einmal getroffen, also einmal digital getroffen und haben zusammen geträllert. Aber nein, sonst war da nix. Aber es gibt so andere Gruppen, von denen ich weiß, da kann ich mir vorstellen, dass es da auch noch einen Austausch gibt. Aber da kann ich jetzt weniger zu sagen. Das ist reine Spekulation.

P [00:33:19] Nö manchmal, ich habe schon von Gruppen gehört, auf jeden Fall, aber würde mich jetzt interessieren, ob das bei dir auch der Fall ist. Weil natürlich unterscheiden sich die Gruppen auch wirklich extrem voneinander.

K [00:33:30] Und ich bin da auch nicht so auf Facebook, Instagram unterwegs. Da gibt es natürlich auch viele, gerade bei den Jüngeren, die das natürlich regelmäßig machen. Ich habe zwar bei beiden Konten, aber ich guck da eigentlich manchmal wochenlang nicht rein. Was für viele unvorstellbar ist. Aber es ist für mich einfach viel weniger erfüllend, als jetzt wirklich jemanden zu treffen. Und ich habe auch gar keine Lust mehr, mich mit jemanden digital austauschen, den ich überhaupt nicht kenne. Und da ist das Einzige, was mich interessiert wären dann so Runden, da gibt es durchaus auch Runden, wo man sich früher auch mal getroffen hat. Aber das ist jetzt halt alles nicht drin. Die treffen sich dann vielleicht auch mal so. Ich habe da irgendwas gehört, dass es da mal was gegeben hat. Das war jetzt aber eine anderen Geschichte, wo es um so Persönlichkeitsentwicklung ging, und die haben da was gemeinsam gemacht. Aber ich habe das nur am Rande gesehen, af Facebook war da irgendwo so ein Hinweis. Aber ich glaube da passiert unheimlich viel, was ich nicht mit kriege. Und ich bin natürlich auch, ich habe schon ein relativ enges Zeitkonto.

P [00:35:00] Ja, ich weiß nicht wie jung die anderen Leute sind, die anderen Teilnehmer in deinem Yoga Kurs, aber falls sie natürlich ein bisschen mehr Zeit zur Hand haben als du, dann...

K [00:35:07] Ja, also allein schon wenn du Kinder hast, wenn du einfach noch andere Familie hast, dann ist das was anderes. Die Singles, die einfach so unterwegs sind, die sagen halt, ja. Natürlich fällt denen wahrscheinlich ab und zu öfter die Decke auf den Kopf, als mir.

P [00:35:27] Und müssten halt öfters ins Yoga oder Retreat oder ähnliches.

K [00:35:27] Ja ja. Deshlab gehen die dann auf Facebook oder Instagram.

P [00:35:38] Gut, ich glaube, du hast mittlerweile ein ziemlich gutes Verständniss bekommen, darüber über was ich schreiben will. Es geht, wie gesagt, um diesen dritten Ort, so heißen die. Also erste Ort wird benannt als dein Haus, zweiter Ort ist die Arbeit und dritte Orte sind dann die Orte, wo du trotzdem viel Zeit verbringst, größtenteils zum socialising und ähnliches. Und ich wollte halt herausfinden, inwiefern diese dritten Orte und jetzt durch Corona, die Schließung dieser dritten Orte, die eigenen erst mal sozialen Kontakte, aber auch mentale Gesundheit beeinflusst. Gibt's da noch irgendetwas, was dir einfallen würde bezüglich deinem Yoga oder dem Tennisclub, was du nicht erwähnt hattest, was du denkst, könnte noch interessant sein für mich?

K [00:36:23] Ja, hab ich ja gesagt. Also, Familie, Opa und Oma, oder man fährt ja jetzt einfach auch nicht, ja, wenn das weiter so bleibt. Oder je nachdem wie die Situation sich entwickelt, also wie man sich so in größeren Gruppen trifft. Das fällt ja alles weg. Ja und dieses spontane, einfach mal irgendwo hingehen mit jemanden, was trinken, auch mal in eine Kneipe. Wir haben hier halt auch im Essener Süden ist schon ein Ausgehviertel, wo man sich treffen kann, einfach. Und das ist mit dem Fahrrad für mich zehn Minuten. Und das gibt es schon auch viele Sachen, die sonst stattgefunden hätten oder auch Feste also, wo man sich auch trifft. Und das ist alles nicht da.

P [00:37:16] Alles klar. Aber wir sind sowieso am Ende jetzt. Ja, super gut, es tut mir leid. Es hat jetzt doch um einiges länger gedauert. Aber du hast viele interessante Sachen auf jeden Fall angesprochen. Was mir viel helfen wird.

### **Meredith Transcript**

00:00:03

P: Jetzt läuft's. Perfekt. Gut, so! Und bevor es wirklich wirklich losgeht, muss ich eine Sache sozusagen vorher noch abhaken, und das ist sozusagen das Konsentform. Also meine Uni verlangt von mir, dass ich dich sozusagen grundlegend übers Grobe meiner Forschungsarbeit informiere und sage, wie ich die Daten benutze. Und eigentlich wäre das ein Form, was ich dir geben würde, was du einfach unterschreiben würdest. Aber dadurch, das das nicht geht jetzt momentan machen wir das einfach oral und dann sagst du zum Schluss, ja mit all den Sachen bin ich einverstanden und dann können wir loslegen. Ok?

00:00:38

M: Ok.

00:00:38

P: Alles klar. Also so ganz basic, es geht geht darum, dass, wie gesagt, jetzt hier das Interview Teil meiner Batchelorthese ist von der Universität zu Groningen. Keine der Informationen, die du mir erzählen willst, werden an irgendeine Drittpersonen weitergegeben. Ich benutze Synonyme, also du bleibst auch weiterhin anonym. Und natürlich hast du zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Interviews die Möglichkeit, eine Frage nicht zu beantworten, falls es dir unangenehm ist, oder auch das ganze Interview komplett abubrechen. Das ist alles kein Problem. Genau, bist du mit alldem einverstanden?

00:01:12

M: Ja, da bin ich mit einverstanden.

00:01:17

P: Perfekt super, ok. Dann will ich noch sagen, dass es natürlich super ist für mich, wenn du so ausführlich wie möglich antworten würdest. Manche Fragen benötigen jetzt keine super langen Antworten, aber für die meisten wäre es schon cool, wenn du so viel antworten kannst wie möglich. Besser mehr als wenig und erzähl mir ruhig Geschichten, falls du welche zu erzählen hast. OK, erste Frage, das ist nur ganz kurz so zum reinwerfen, das brauche ich, um die Daten gut analysieren zu können. Könnte es mir kurz dein Alter sagen und wie lange du jetzt schon in der Nachbarschaft wohnst, wo du momentan wohnst?

00:01:54

M: Ich bin 61... Gerade noch (lacht) und wohne seit zwei Jahren hier in der Nachbarschaft.

00:02:04

P: Alles klar, super. Ok, dann gehts doch wirklich los. Ich habe eine kleine Einleitung vorbereitet, nur um dich kurz sozusagen nochmal in die aktuelle Lage zu bringen. Ich meine, du weißt darüber Bescheid, im Dezember 2019 trat das neuartige Coronavirus namens SARS-COV II zum ersten Mal in Wuhan auf, hat sich relativ schnell verbreitet, kam auch nach Europa. Und Europa ist besonders hart

getroffen worden von dem Virus, weswegen viele europäische Länder recht drastische Maßnahmen ergriffen haben, um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. In Deutschland gilt jetzt schon seit einigen Tagen... Tagen, sorry, seit einigen Wochen Kontaktverbot, und viele Institutionen wie Schulen, Kitas, Supermärkte... Schulen, Kitas, Universitäten sind geschlossen. Und bis auf wenige Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen sind die meisten Geschäfte auch geschlossen. Also eine ziemlich extreme Situation, die das persönliche Leben recht stark beeinflussen kann. Kannst du mir denn ganz kurz so zur Einleitung sagen, wie du denn deine Tage so in der Selbstisolation verbringst?

00:03:18

M: Ja, der Fahrtweg zur Arbeit, der eine Stunde beträgt, fällt weg. Ich stehe also um sieben auf und um zwanzig nach sieben schmeiße ich meinen Laptop an und frühstücke und trinke Kaffee, wahrscheinlich im Büro. Ich genehmige mir aber auch zweistündige Auszeiten mittags oder geht tagsüber mal einkaufen, wenn das nötig ist. Ja, es ist völlig völlig anderes Arbeiten. Ich beobachte mich dabei ein bisschen, wie diszipliniert ich da bin, aber ich finde es okay. Ja, also manchmal mache ich auch ein bisschen früher Schluss. Wir haben eine Vertrauensarbeitszeit, und ich denke, dass ich damit ganz gut hinkomme.

00:04:16

P: Klingt nach noch einem relativ entspannt Tagesablauf.

00:04:20

M: Genau. Neu sind die Videokonferenzen. Auch da lernt man dazu, dass man den Hintergrund mal unscharf macht. Oder weil ich ja auch nicht immer aufgeräumt habe. Ja, das nimmt schon... Es ist eine andere Situation. Du lernst auch die Küchen von deinen Kollegen kennen. Also es ist völlig... ich finde, das ist schon spannend teilweise, ja. Witzig.

00:04:49

P: Und wie bleibst du mit deinen Freunden in Kontakt jetzt, während der Corona Situation?

00:04:55

M: Mit meinen Freunden über WhatsApp meistens.

00:05:00

P: Du schreibst sozusagen.

00:05:02

M: Ich schreibe genau, ich schreibe.

00:05:05

P: Ja. Aber draußen triffst du dich nicht wirklich mit irgendjemandem?

00:05:07

M: Nein, ich habe eine Person im Haus, mit der ich mich immer treffe. Wir sind so quasi wie so eine WG in verschiedenen Wohnungen.

00:05:19

M: Ah ok, alles klar.

00:05:20

M: Ansonsten habe ich niemanden, treffe ich niemanden.

00:05:25

P: Ok, sehr, sehr gut. Weil genau das Treffen von Leuten, das ist sozusagen mein Hauptthema meiner Arbeit. Und zwar sind ja, wie gesagt, viele dieser typischen Orte, in denen man sich normalerweise treffen würde mit Freunden wie Cafés, Restaurants, Bars, aber auch Museen. Die sind ja alle zu, und ich wollte dich mal fragen, kannst du mir von einem Ort erzählen, in dem du dich regelmäßig mit Freunden triffst? Gibt es so ein Ort? Und wenn ja, dann erzähl mir ein bisschen davon.

00:05:58

M: Es gibt, jetzt so ein Ort in Potsdam, jetzt auf meine aktuelle Situation einzugehen, mal abgesehen von Corona?

00:06:09

M: Genau, also vor Corona sozusagen.

00:06:10

M: Genau da gibt es das Café Eden. Da treffe ich mich sehr gerne mit Freunden, am Rande des Park Sanssouci. Wunderbar. Da gibts Picknickdecken, Liegestühle, sehr entspannt und nur eine kleine Bude, wo du was zu trinken kriegst und die Grillen, und das ist halt super schön, irgendwie. Du guckst auf die Schlösser und sitzt da... Ja, das vermisse ich ja.

00:06:43

P: Das ist draußen meistens? Du kannst drinnen und draußen draußen sitzen?

00:06:47

M: Das ist nur draußen. Das wäre jetzt im Frühjahr so der Ort.

00:06:55

P: Ja, ja. Wie oft würdest du da normalerweise hingehen oder wie oft gehst du da normalerweise hin?

00:07:00

M: Mindestens einmal die Woche.

00:07:04

P: Und mit was für Leuten triffst du dich da?

00:07:09

M: Ja hier aus dem Haus Leute oder Freunde, die mich in Potsdam besuchen.

00:07:15

P: Ja. Aber wenn du versuchen wollen würdest so zu unterscheiden, ob das jetzt wirklich Bekanntschaften sind, sehr enge Freunde, also mitunter deine besten Freunde oder so, ja normale

Freundschaften. Könntest du das da bisschen mehr differenzieren, was für Leute das sind genau für dich?

00:07:36

M: Ähm normale Freunde, Bekannte. Meine besten Freunde sind alle nicht hier.

00:07:45

P: Ah ok, alles klar. Also das ist alles recht Ortsbezogene deswegen mit den Leuten?

00:07:48

M: Ja, genau.

00:07:52

P: Und wie wichtig würdest du denn dann sagen, dass dieser Ort, dieses Café - wie heißt das Café nochmal?

00:07:58

M: Eden.

00:08:00

P: Eden. Oh das Cafe Eden. Wie wichtig würdest du denn sagen ist dieses Café Eden für die Pflege dieser Freundschaften? Mit denen Leute, mit denen ich normalerweise dort triffst.

00:08:14

M: Das ist... ja, das ist, Freizeit Entspannung, die man mit anderen teilt, das ist schon sehr wichtig. Also, ja. Und auch das ist so ein Ort, wo du mal sitzt und nicht unbedingt mal unterhältst. Weißt du? Das hat so eine Ruhe, manchmal, dass du einfach sitzt und trinkst was und guckst irgendwie mit anderen, die dir auch wichtig sind. Und das kann man ja auch nicht jedem machen, das man irgendwo sitzt und nicht spricht. Das ist so eine besondere Sache. Ja, so ein Ort ist das!

00:08:55

P: Das heißt, du verabredest du dich schon sozusagen mit den Leuten, aber unterhältst dich dann nicht wirklich durchgehend?

00:09:01

M: Ja genau.

00:09:02

P: Also ihr sitzt da zu zweit, aber habt auch ruhige Momente, sozusagen.

00:09:05

M: Genau, es hat sowas genußvolles, ja.

00:09:09

P: Schön. Aber diese Leute zum beispiel, mit denen du dich da triffst, triffst du dich mit denen auch in anderen Orten, jetzt abgesehen von dem Café Eden? Oder gibt es manche Freundschaften, wo du



wirklich immer, Cafe Eden, das ist klar, man trifft sich da, redet ein bisschen, und das ist so ziemlich der einzige Ort, wo man sich trifft zusammen?

00:09:27

M: Ja, sonst gibt's nur noch ein Restaurant, wo man mit Freunden essen geht. Aber ich habe hier nicht so viele Freunde, das ist einfach... Ich kenne sehr viele Leute. Aus dem Zug - oder was heißt sehr viel - aber, ich wohne hier seit zwei Jahren, und ich glaube nicht, dass ich hier so ganz innige Freundschaften schließen werde.

00:09:52

P: Sag sowas nicht, M.

00:09:54

M: Das ist nicht negativ gemeint! Es ist so schwer... Freundschaften, gute Freundschaften brauchen eine gewisse Pflege. Und ich habe einfach ein paar gute Freunde, und damit bin ich auch ausgelastet. Dass ich da immer, das wir immer in Kontakt bleiben. Deswegen ist das ein bisschen schwierig, finde ich.

00:10:18

P: Ja. Aber was ich halt, je mehr ich mich mit dem Thema beschäftige, desto mehr finde ich auch raus und hab ich das Gefühl, dass... Natürlich hast du diese wirklich dicken Freundschaften, die wirklich wichtig sind, weil man sich gegenseitig Ratschläge gibt und aus schwierigen Situationen hilft und sich einfach beiseite steht, aber gleichzeitig diese weniger dicken Freundschaften, wie du jetzt meinstest, aus dem Haus und Cafe Eden. Auch wenn man ja jetzt nicht so tiefgründige Gespräche hat oder sag die Freundschaften an sich sind nicht so dicke. Sind Sie trotzdem wirklich wichtig?

00:10:49

M: Ja, absolut.

00:10:50

P: Das merke ich jetzt auch mehr.

00:10:52

M: Absolut. Die sind total wichtig!

00:10:53

P: Ja und ich meine, was ich meine zum beispiel, du meintest schon, man trifft sich da und genießt einfach ein bisschen. Kannst du mir noch ein bisschen mehr erzählen was das so mit einem Gefühlszustand macht, wenn du dich mit diesen Leuten triffst, im Café Eden. Wie fühlst du dich?

00:11:08

M: Es holt mich runter. Das ist... Ich entspanne mich dabei. Ich fühle mich wohl. Ja, ich glaube, das ist es so, ja.

00:11:33

P: Ja, ich meine das ist genug, mehr als genug. Entspannung ist eigentlich so ziemlich das, was ich hören will. Nee, da komme ich später nochmal drauf zurück. Und ja, das Problem ist ja jetzt, dass ich

meinen Kaffee Eden ist geschlossen, schon seit einiger Zeit. Und in was für einer Weise beeinflusst den Fakt, dass du jetzt nicht mehr ins Café Eden kannst, deine Freundschaften mit diesen Leuten? Also triffst du dich immer noch mit denen? Telefoniert du, oder?

00:12:00

M: Ich seh, niemanden. Ich sehe die alle nicht, weil.... Ich eben in den zwei Jahren sehr viele Kontakte einfach über die Bahn Anfahrt nach Berlin gemacht habe. Und da wir alle nicht fahren irgendwie, ja, da ist der Kontakt so ein bisschen auf Eis gelegt. Die Kontakte sind nicht so gut, dass man telefonieren würde.

00:12:27

P: Ja. Und meinst du das der Fakt, dass wie gesagt, dass Cafe Eden jetzt geschlossen ist, da auch wirklich wichtig zu ist?

00:12:32

M: Ja. Ja.

00:12:35

P: Und vermisst du es aber? Also würdest du nicht gerne weiterhin mit den Leuten treffen und weiterhin...

00:12:39

M: Ja, definitiv! Auch, dass du so einen Ort hast, wo zufällig andere, auch die du kennst, kommen oder so. Weißt du, wo du dich freust. Solche Sachen. So ein Ort ist das, ja.

00:12:51

P: Da hast du sowas, also du musst dich theoretisch nicht unbedingt mit Leuten verabreden, vorher, sondern manchmal gehst du auch einfach hin und hast da Leute, die schon da sind?

00:13:00

M: Genau (lacht).

00:13:00

P: Und bist du selber auch ein Stammgast? Würdest du dich als Stammgast bezeichnen?

00:13:09

M: Ja. Ich mein schon.

00:13:13

P: Kannst du mir noch kurz erzählen warum ist es genau Cafe Eden? Warum Cafe Eden über jegliches andere Cafe in Potsdam? Ich meine, da muss es doch wirklich viele Schöne geben. Was macht Cafe Eden so besonders für dich?

00:13:25

M: Man sitzt nicht so eng beieinander. Du kannst dich hinlegen, du kannst dich im Liegestuhl legen, du kannst sitzen. Du kannst, also es gibt dir so verschiedene kleine Freiheiten. Es ist nicht vorgegeben.

00:13:42

P: Aber es klingt ja alles wirklich, als wäre es sehr passend zu dem Gefühlszustand, den du da sozusagen erleben möchtest.

00:13:51

M: Ganz genau.

00:13:51

P: Also, du kommst dahin um abzuschalten, und es klingt ja nach einem sehr entspannten, ruhigen Cafe. Und nochmal zurückzukommen jetzt auf die ganzen Gefühlszustände, weil das ist ziemlich wichtig für mich, wie die Gesundheit durch diese Freundschaften und Orte beeinflusst werden. Wie gesagt, wo du nicht mehr kannst. Hast du das Gefühl, dass auch deine Gesundheit dadurch irgendwie beeinflusst wird? Oder nicht, direkt deine Gesundheit, aber dein mentales Wohlbefinden, könnte man meinen.

00:14:19

M: Ja...

00:14:19

P: In welcher Hinsicht?

00:14:23

M: Na ja, das ist, man fühlt sich schon alleine, auch wenn man über Medien verbunden ist. Das ist einfach das Persönliche. Und ich verbinde das natürlich auch mit Sonne, mit schönem Wetter. Weil das ist halt so. Also alles positive Sachen, die jetzt einfach nicht da sind.

00:14:54

P: Ich mein, du meinstest, das Café Eden dir die Möglichkeit gibt so ein bisschen abzuschalten, runterzukommen. Würdest du dann also sagen, dass du jetzt mehr angespannt bist, durchgehen? Ich meine, natürlich ist die ganze Corona Situation auch ziemlich anstrengend und nervenaufreibend. Aber wie gesagt, der Fakt auch, dass du dich nicht mehr ins Café begeben kannst, um ein bisschen runterzukommen.

00:15:17

M: Also angespannt nicht, nein. Nein, aber ich glaube das, was alle haben, dass man so ein Gefühls auf und ab hat. Dass es einfach Tage gibt wo es einem schlechter geht und am anderen, am nächsten Tag ist es wieder besser. Aber das kann ich nicht mit diesem Ort in Verbindung bringen.

00:15:41

P: Das ist natürlich auch interessant. Wenn du meinst, okay das Café hat auf jeden Fall Effekte auf dich, wenn du da bist, aber du würdest nicht sagen, dass es jetzt so stark ist, dass du sofort merkst, wo du mal nicht hingehen kannst... Und was ich... Wenn ich jetzt jüngere Menschen spreche ich halt auch immer die ganzen modernen Kommunikationsmethoden wie Skype und HouseParty Apps an. Können diese Freundschaften auch über diese Programme weitergeführt werden, ob sie weitergeführt werden, darüber. Aber du meinstest schon, nee machst du gar nicht. Also schreibst du vielleicht mit denen, wenigstens mit relativ guten Freunden über WhatsApp?

00:16:27

M: Ja, oder telefonieren. Oder wir telefonieren einfach. Ja, ja, doch. Telefonieren auch. Definitiv. Also es gibt meine besten Freunde, also meine beste Freundin, wir haben auch gesagt, wir telefonieren jetzt mindestens einmal die Woche. Und das machen wir auch, weil wir uns manchmal auch sechs Wochen nicht sprechen. Das ist jetzt in diesen Zeiten anders. Das ist eher intensiver geworden. Weil dann auch so eine Fürsorge irgendwie füreinander eintritt.

00:17:04

P: Aber deine beste Freundin ist ja jetzt keine, mit der du dich im Café Eden triffst?

00:17:08

M: Nein.

00:17:09

P: Also nochmal zurückzukommen auf die Leute. Mit denen, hast du mit denen Kontakt jetzt?

00:17:16

M: Nein.

00:17:18

P: Und ich meine, es macht Sinn, weil wie du schon meintest, die Leute, mit denen man sich so trifft in diesen dritten Orten, wie man sie nennt, das sind halt weniger die, wo man sich wirklich sozusagen - wie könnte man es meinen - ja wirklich für Unterstützung, mentale Unterstützung trifft, sondern einfach nur ein bisschen Spaß zu haben, ein bisschen sozusagen aus der Routine rauszukommen.

00:17:39

M: Genau.

00:17:40

P: Und deswegen macht es Sinn, wenn man sich nicht bei diesen Leuten meldet, wenn man sich ein bisschen komisch fühlt während der Corona Zeit.

00:17:49

M: Ja, das stimmt.

00:17:52

P: Hast irgendwelche anderen Methoden, wie du jetzt in dieser komischen Situation dir ein bisschen Zeit nimmst, um runterzukommen, dich zu entspannen?

00:18:00

M: Ich habe ja eine Terrasse. Ich setz mich einfach in die Sonne und mach die Augen zu. Ich liebe das, wenn diese Wärme kommt irgendwie, die man so lange vermisst hat. Das sind so Kleinigkeiten irgendwie. Ja, ich glaube, das ist eh so eine kleine Demut irgendwie kommt. Die Dinge, über die du dich freust. Aber ich habe natürlich auch, ich bin sehr viel im Internet. Und ich finde, da entstehen total witzige Sachen. Ich hab da auch richtig Spaß, irgendwie. Das ist schon... ja (lacht). Ich kriege Filmchen geschickt und schicke weiter.

00:18:44

M: Also man ist nicht komplett allein?

00:18:47

M: Nein! Nein, nein, definitiv nicht.

00:18:51

P: Da ist die fehlende Unterhaltung dann auch nicht so wichtig, für dich persönlich. Sondern da geht es mehr darum, sozusagen, die Präsenz des anderen zu spüren.

00:18:59

M: Genau. Ich habe ja auch einen Freund. Ich weiß nicht, ob wir das weiß.

00:19:03

P: Ja, natürlich weiß ich das.

00:19:03

M: Ja wir telefonieren bestimmt zwei, dreimal am Tag. Also das ist so, als würden wir normal... Ja, als wäre der hier, irgendwie.

00:19:18

P: Also wirklich der Kontakt ist sozusagen, größtenteils bezogen auf die enge Freundschaften. Und du hast nicht das Gefühl, dass der fehlende Kontakt zu diesen relativ guten Freundschaften, zu den Cafe-Freundschaften, dass die dich irgendwie jetzt gesundheitlich beeinträchtigen?

00:19:37

M: Nein.

00:19:38

P: Ja, alles klar. Okay, gut, das ist auch schon das meiste von dem, was ich hören wollte von dir. Sehr gut. So als kleine Endfrage, ich meine, was wird die erste Sache sein, die du machen wirst, wenn du wieder raus darfst, und die ganzen limitation sozusagen aufgehoben werden des öffentlichen Lebens, die Cafés öffnen wieder?

00:20:01

M: Na ich würd da schon ins Café Eden und gucken wer kommt (lacht).

00:20:03

P: Ach echt ohne sich zu verabreden? Einfach hingehen?

00:20:08

M: Ja genau. Genau da würde ich alleine hingehen glaube ich, weil das so einen Überraschungseffekt hat.

00:20:25

P: Oh man das klingt echt cool, wirklich. Jetzt hab ich dich wahrscheinlich doch dazu gebracht, dass ein bisschen mehr zu vermissen, oder?

00:20:29

M: Ja, das ja. Aber das hält man aus.

00:20:37

P: Mir ist aufgefallen, dass je mehr ich mich selber über dieses Thema informiert habe, dass ich so einen Ort nicht habe, irgendwie. Keine Ahnung, ich weiß nicht, ob das an der Jugend liegt oder so. Es gibt so viele Orte, wo man hinget, aber so ein Hauptcafé zu haben wäre echt was Cooles.

00:20:53

M: Ja, aber das ist schon schwierig bei mir, die Chris im Haus, mit der ich halt sehr viel mache, die hat letztes Jahr an den Schlössern gearbeitet, und hat dort im Café Eden auch Prozente bekommen. Weißt du, das ist auch sowas.

00:21:04

P: Kennst du den Besitzer oder Barmann, Barfrau auch mittlerweile schon?

00:21:13

M: Ja, da sind drei Leute, die da in dem Wagen arbeiten. Aber ich denke, das wird jetzt sowieso umgebaut, weil da ein altes, ein bisschen verfallenes Haus ist. Und dann ist der Charm eventuell weg. Dann muss man sich nach etwas Neuem umschauen.

00:21:28

P: Du würdest dich dann nach etwas Neuem umschauen?

00:21:30

M: Eventuell, ja.

00:21:32

P: Genau, das ist jetzt auch recht interessant. Ein kleines 'what if', sagen wir Cafe Eden würde sich umstrukturieren, gefällt dir nicht mehr so gut aber deine ganzen Freunde gehen da noch weiterhin hin. Würdest du denen folgen und auch da bleiben? Oder würden Sie sagen, nee, da ist mir der ist mir wichtiger, ich suche mir ein neues Café?

00:21:48

M: Der Ort ist mir wichtig.

00:21:50

P: Wirklich?

00:21:51

M: Ja, ich bin, glaube ich, mit Freundschaften nicht so... Ich bin da recht autark. Ich brauch da nicht so eine... ja.

00:22:03

P: Qualität über Quantität.

00:22:05

M: Ja.

00:22:08

P: Auf jeden Fall. Ok super. Ich meine du hast ja jetzt auf jeden Fall ein relativ gutes Bild darüber, über was ich meine Arbeit schreibe. Hast du noch irgendetwas, was du dazu hinzufügen möchtest? Irgendwas, wo du denkst, ah Cafe Eden, das wäre vielleicht auch interessant. Das würde ich dir gerne erzählen. Irgendwas, was du hinzufügen möchtest?

00:22:31

M: Warum das so ist oder so?

00:22:33

P: Nö ich einfach, weil ich habe ja...

00:22:37

M: Ja vielleicht. Pass auf, ich geb dir nochmal eine kleine Beschreibung, was ich auch ganz toll finde. Da ist ein ganz großer Baum, der so halb umgefallen ist. Und da klettern immer Kinder, und es ist total schön. Weil es hat auch so was, das an Kindheit erinnert. Einfach im Baum zu sitzen, irgendwie. Und ich glaube, das ist auch so etwas, was mich unheimlich anspricht. Weißt du, das hat so eine Verbindung, das ist manchmal wie ein Geruch, wo du... Hey, der Tom!

00:23:17

P: Ach, siehst du den? Ah ja klar!

00:23:12

M: Natürlich seh ich den!

00:23:12

M: Ja Ich meinte schon, Familie, bitte seid leise, ich muss arbeiten. Das sind wichtige Interviews.

00:23:31

M: Ah jetzt weiß ich, wo du sitzt. Im Wohnzimmer vorne.

00:23:35

P: Genau, ich sitz an Mamas Arbeitsplatz. Ich habe mir den heute reserviert.

00:23:40

M: Nee, sonst hab ich dem nichts hinzuzufügen. Gehts hier eigentlich nur um das Wohlbefinden oder was ist jetzt so die Quintessenz aus den Interviews?

00:23:52

P: Also, diese Theorie, die ich benutze, die heißt, also es ist keine Theorie, sondern es ist ein Konzept, und zwar geht es um diese dritte Orte. Also der Autor, der sich diese Theorie ausgedacht hat, der hat gesagt, okay wir haben den ersten Ort, das ist das Haus natürlich, den zweiten Ort, das ist die Arbeit. Und er meinte, dass diese dritten Orte, wo man sich sozusagen mit Freunden trifft und Soziales und Freundschaft pflegt, das die wirklich essentiell sind für unser eigenes Wohlbefinden und erklärt dann, wie das halt dazu kommt, warum wir die so sehr genießen, warum die so wichtig sind. Und der hat halt darüber geschrieben, weil er aus Amerika kommt und meinte, dass in Amerika solche Orte weniger und weniger werden, obwohl man in Europa halt die französischen Cafés hat, die Biergärten

in Deutschland, und er hat so ein bisschen davon geschwärmt. Und mein Thema umfasst einerseits sozusagen, dass ich angucken wollte, ok inwiefern hat er denn recht? Ich wollte diese dritte Ort Theorie so ein bisschen überprüfen und gucken, ist es denn überhaupt noch zeitgerecht? Also haben Leute wirklich noch so Orte? Zum Beispiel meinte er, dass wirklich charakteristisch für diese dritte Orte sind regulars, also Stammgäste. Und ich dachte Stammgäste, sowas kenne ich gar nicht. Aber du meinst ja doch schon, dass es auf jeden Fall Stammgäste gibt bei dir. Und dann wollte ich diese dritte Ort Theorie sozusagen auf die aktuelle Corona Krise beziehen und wollte sagen, okay, ich mein, er sagt, es ist wichtig fürs eigene Wohlbefinden, für die Gesundheit. Ich kann das ja gerne und leicht testen, indem ich einfach sage, ey jetzt haben wir ja nicht mehr Zugriff zu unseren dritten Orten und müssten uns theoretisch dann ja schlechter fühlen. In einer gewissen Weise. Und das habe ich versucht herauszufinden. Und dann zusätzlich wollte ich noch ein bisschen das Thema der virtuellen Medien anschneiden und sagen, okay inwiefern sind die denn sozusagen in der Lage, unser Wohlbefinden sozusagen, oder dritte Orte sozusagen zu ersetzen? Genau.

00:25:55

M: Ok, ja cool.

00:25:57

P: Und da habe ich schon wirklich interessante Sachen. Also du bist die dritte erst, die ich interviewt habe, also heute erst angefangen. Und ich habe bis jetzt schon einen Berliner Club gehabt, als dritter Ort und ein Escape Game. Und ja, es ist wirklich witzig, weil man erwartet, dass wahrscheinlich alles nur Cafés und Bars sind, aber wirklich um einiges differenzierter, als man sich das vorstellt.

00:26:21

M: Ja, klar, das ist ja das eigene Wohlfühl-Ding irgendwie. Ja. Na Mensch. Alles klar.

00:26:31

P: Ok, dann beende ich mal die Aufzeichnung jetzt. Ich mache mal Stopp.

## **Michael Transcript**

00:00:00

P: Ja, jetzt gehts los. Aber bevor auch ich wirklich anfangen kann, muss ich ja noch kurz sozusagen, das Konsentform mit dir abhaken, die Einverständniserklärung. Also normalerweise hätte ich dir das in Papierform gegeben, aber das geht jetzt alles nicht. Meine Universität hat mir ehrlich gesagt verboten überhaupt direkt mit Leuten in Kontakt zu treten. Deswegen müssen wir das jetzt alles digital machen. Also nur kurz als Information, wie gesagt das Interview ist Teil meiner Bachelorthese an der Universität Groningen. Keine Informationen werden weitergegeben an irgendjemanden. Ich benutze ein Synonym für deinen Namen, also du bleibst anonym weiterhin. Und du hast natürlich zu jedem Zeitpunkt die Möglichkeit, eine Frage nicht zu beantworten oder auch das ganz Interview abzubrechen falls es dir unangenehm ist. Bist du mit allem einverstanden?

00:00:43

M: Jawohl.

00:00:47



P: Perfekt ok. Gut, und dann natürlich wäre es hilfreich, wenn du auf die Fragen so ausführlich wie möglich antwortest. Manchmal gibts nur kurze Antworten. Aber ja, genau wie gesagt, ausführlich Antworten. Ganz kurz vorneweg, kann du mir kurz dein Alter sagen und wie lange du in der Nachbarschaft wohnst, in der du gerade wohnst.

00:01:28

M: Den letzten Part habe ich nicht verstanden. Wie alt ich bin und was?

00:01:30

P: Wie lange du jetzt schon in der Gegend wohnst, wo du momentan wohnst.

00:01:35

M: Achso, ich bin 27 Jahre alt und wohne jetzt seit viereineinhalb Jahren in Schöneberg.

00:01:41

P: Alles gut. Und dann, kurz vor Einführung nochmal. Ich meine du bist dir ja bewusst über die ganze Corona Situation. Seit Dezember 2019 hat sich der Virus verbreitet, mittlerweile ziemlich weltweit vertreten. Ich glaube, mehr als 185 Länder sind betroffen, Europa speziell stark. Viele Länder haben deswegen drastische Maßnahmen ergriffen, um die Ausbreitung zu verlangsamen. Und Deutschland gelten Kontaktbeschränkungen seit einigen Wochen und Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten sind geschlossen und bis auf einige Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen, bleiben auch die meisten Shops und Geschäfte geschlossen. Ziemlich extreme Situation. Kannst du mir vorneweg kurz erzählen wie du so deine Tage in Selbstisolation verbringst.

00:02:33

M: Ok, also bei mir ist es bisschen spezieller, weil ich arbeite bei der Firma Eismann. Die verkaufen Tiefkühlprodukte und da läuft das Geschäft quasi komplett so weiter. Die sind quasi eine Organisation, die für die Lebensmittellieferung tätig ist. Und wir sind quasi dafür da, dass die Leute Tiefkühlprodukte oder generell Lebensmittel noch bekommen. Von daher ist das quasi die Arbeit... die wird immer mehr, sage ich mal. Dadurch, dass ich da halts der Vertriebsleiter bin gucke ich halt, dass die Jungs, die die Sachen natürlich so gut wie möglich einhalten. Also wir haben schon Mundschutz vor Ort. Wir gucken, dass wir bei den Kunden dann vor Ort immer schön Abstand halten, nicht mehr reingehen. Da muss man sich natürlich anpassen. Aber so von Isolation der Isolation her ist es natürlich so, dass wir immer noch trotzdem in Kontakt mit anderen Leuten sind. Bzw. ich halt nicht nur zuhause sondern halt rund um die Uhr eigentlich arbeite. Es hat sich jetzt auch so entwickelt, dass ich viel viel mehr arbeite als vorher, weil wir jetzt auch einen neuen Mann bei uns haben, den ich einarbeite und dadurch viel Arbeit. Und von der Isolation merkt man eigentlich am Wochenende am meisten, wenn man dann irgendwie ein bisschen Freizeit hat. Und die verbringen dann halt meistens bei mir zu Hause. Manchmal fahre ich noch zu meinen Eltern, es ist ja ein bisschen weitläufiger hier. Da kann man sich so ein bisschen aus dem Weg gehen, ein bisschen in den Pool gehen, ein bisschen mal auf den Korb werfen. Aber ja, der überwiegende Teil ist dann Arbeit und Zuhause.

00:04:06

P: Und was Kontakt zu Freunden angeht, wie machst du das momentan?

00:04:13

M: Also, ich versuche es natürlich so gut es geht auch runter zu regeln. Letztendlich sehe ich aktuell nur einen Kumpel, mit dem ich mich aber auch schon vorher die ganze Zeit getroffen habe. Also den sehe ich persönlich. Einen Freund. Mit den Restlichen macht man halt sowas wie Skype oder Anrufen und so weiter. Ansonsten sehe ich halt mein Mitbewohner, der ist ja sowieso bei mir im Homeoffice zu Hause die ganze Zeit. Und meine Eltern halt, die ich ab und an mal sehe, aber zu denen ich auch immer Abstand halte.

00:04:47

P: Alles klar. Jetzt wollte ich nämlich zu diesem Ort kommen. Wie gesagt, viele dieser Orte, wo man sich normalerweise mit Freunden trifft, ich meine man hat natürlich richtige Freunde oder Mitbewohner, die wohnen sowieso bei einem Zuhause oder kommen auch mal zu Besuch zu einem nach Hause. Aber viele Orte sind ja dann oft die Plätze, wo man sich mit normalen Bekanntschaften verabredet. Und davon sind die meisten jetzt geschlossen. Kannst du mir, wie gesagt, jetzt von einem Ort erzählen, wo du dich einfach regelmäßig mit Freunden trifft? Also ein Ort, der dir als soziales Kontaktfeld dient.

00:05:15

M: Also bei mir sind es wirklich Sportplätze allgemein. Also Beachvolleyball, vor allem jetzt wo der Sommer jetzt losgeht, schönes Wetter. Und durch mein Studium von Sportmanagement bin ich immer im Sport gewesen und mit dem Basketball ja auch immer da aufgewachsen sag ich mal, und das fehlt natürlich dann jetzt schon. Dadurch, dass man eben mit den Kumpels aus der Uni vor allem geht, die sind ja auch alles so Sport begeistert, mit denen battled man sich dann auch mal gerne. Dann kann man hier bei uns mal auf den Korb werfen oder Beachvolleyball spielen. Golfen gehen wir öfters mal.

00:05:56

P: Gibt es da einen Sportplatz, der dominant ist sozusagen? Wo du am öftesten hingest?

00:06:01

M: Ja also aktuell ist es wirklich der Beachvolleyballplatz. So im Sommer ist eigentlich immer bei uns immer die Beachsaison, wo wir dann meistens im Pristerwegweg - da ist es nämlich umsonst - da haben wir Netz, und so eine Umrandung, sage ich mal für das Feld, das haben wir und können dann portabel mitnehmen. Das ist so ein kleines Stück, wo ein bisschen Sand ist, ein Netz steht da. Da sind wir zu viert bis sechst immer so, und im Sommer tatsächlich jede Woche, einmal mindestens, am Wochenende sowieso. Und ja, für mich persönlich ist es schon schwierig. Man merkt es, und es beeinflusst einen, natürlich auch ganz schön, so der Sport generell, wenn da etwas wegfällt. Ich bin jetzt auch nicht so der Jogger, was man ja noch machen könnte (lacht). Ja, dann kann ich mich nicht so selber aufraffen, und man merkt, dass es schon Einfluss hat auf einen selber. Wenn der Sport oder dieses Miteinander da wegfällt.

00:06:53

P: Ja, wenn wir uns jetzt erst einmal nur angucken, okay, sagen wir, du hättest die Möglichkeit, noch weiterhin Volleyball zu spielen, mit den Leuten. Erst mal, was für Menschen sind das genau mit denen du Volleyball spielst? Sind das wirklich deine engsten Freunde oder eher Studienbekanntschaften?

00:07:07

M: Ich sag mal dass sind Kumpels aus der Uni. Aber mit denen mache ich seit der Uni regelmäßig was, also das sind schon diejenigen, mit denen ich jetzt auch am meisten mache. Das kann man schon so sagen.

00:07:17

P: Also ihr trefft euch nicht nur zum Volleyball spielen?

00:07:17

M: Nee, wir treffen uns auch zum Abends mal Zocken oder wenn es um Party geht, dann macht man auch viel zusammen. Auch ist mal bei den anderen Freundesgruppen, dann, wenn ein Kumpel da Beachvolleyball irgendwie bei nem Geburtstag eingeladen ist, dann fragt er auch mal ob wir mitkommen können. Also mit denen macht man schon sehr viel, auch neben dem Sport.

00:07:35

P: Ok, also wenn du dich jetzt auch unabhängig von Volleyball spielen mit denen treffen würdest, wie wichtig würdest du dann sagen ist das Volleyball spielen und der Volleyballplatz dann für die Pflege von Freundschaften? Ist es wirklich abhängig davon, und jetzt sagen wir wo du nicht mehr Zugang dazu hast, werden die Freundschaften auch beeinträchtigt?

00:08:00

M: Also ich sag mal den ein Freund, das ist tatsächlich der, mit dem ich mich jetzt auch mal ab und an treffe. Das heißt da halte ich, da ist der Kontakt eben so gegeben, dass man sich dann eben auch mal so trifft. Dann halt nicht zum Sport, sondern zum Zocken, Playstation oder was auch immer. Den sieht man auch so noch. Aber bei den anderen ist es schon zurückgegangen, das muss man schon sagen, weil man es halt eben dann doch nicht schafft, dadurch, dass ich immer noch viel arbeite, sich dann regelmäßig zu sehen, und ja, letztendlich ist es ja dann auch so, man spielt ja nicht nur Volleyball, sondern man unterhält sich ja dabei auch noch, tauscht sich aus, was bei einem gerade so los ist, worum es gerade bei einem so geht. Und das fehlt schon. Man weiß jetzt nicht so genau, wo sind die jetzt und was machen die gerade. Wie waren so die letzten Wochen, da der Kontakt dann schon eingeschlafen ist. Das muss man schon sagen, ja.

00:08:48

M: Und das fehlt, oder würdest du sagen, es ist in Ordnung, ich verstehe warum das so ist?

00:08:48

M: Doch, das fehlt! Also natürlich verstehe ich, warum, und dass es aktuel nicht geht ist natürlich auch klar. Und eigentlich müsste man sich wahrscheinlich auch noch mehr Zeit nehmen, um dann zu sagen, ok man telefoniert dann doch mal. Aber ist dann irgendwie ja doch nicht das Gleiche, irgendwie. Und macht man halt irgendwas anderes erst mal... Und ja, ich sag mal, wenn Corona jetzt wirklich über ein, zwei, drei Jahre gehen würde, dann müsste man natürlich auch gucken. Also ich glaube zu manchen Leuten würde dann der Kontakt schon auch wegfallen. und wegbrechen. Aber zu den ganz, ganz engen, würde ich sagen dann versucht man schon es irgendwie zu halten und zu sagen, ok komm, machen wir irgendwie einmal im Monat, wo wir irgendwie in ner Gruppe zusammen skypen, und dann redet man, oder macht so ein bisschen Bierchen trinken. Also das kriegt man schon hin, aber es macht die ganze Sache natürlich etwas schwerer durch Corona, ne. Also beim Beachvolleyball sind natürlich alle sofort dabei, aber beim Skypen dann alle so, joah... mal gucken ob wir es schaffen... Wir hatten schon einmal mit den Unijungs, da wollten wir nen Skypetag machen, das hat einer mal vorgeschlagen. Hat sich dann irgendwie im Sande verlaufen, weil man dann

irgendwie, dann doch nicht so hinterher ist. Das ist dann doch nicht so... Naja, ich sag mal, man geht raus und trifft sich, das ist dann irgendwie ein festerer Punkt im Leben, als wenn man sagt man skyped jetzt mal, dann sagt man ok, kann man ja immer mal machen. Kann man auch abends machen oder so.

00:10:20

P: Du meinstest ja schon, beim Volleyball spielen, einerseits ist es natürlich der Sport, aber die Unterhaltungen sind auch wichtiger Bestandteil eurer Treffen da.

00:10:34

M: Definitiv!

00:10:34

P: Und über Skype hätte man nur die Unterhaltung, die dann aber bestimmt auch leiden würde.

00:10:45

M: Ja ich sage mal, man hat halt immer diese Pausen untereinander, man hat diesen Trashtalk, den man dann auch untereinander macht. Das sind ja dann noch ganz andere Komponenten, die man hat, wenn man irgendwie zusammen ist. Das kannst du ja nicht, also Trashtalk, das machst du ja nicht über skype.

00:10:55

P: Das finde ich interessant. Weil viele meinten nämlich genau das, dass wenn du wie gesagt, mit diesen Freundschaften, die du in diesen dritten Orten pflegst sozusagen, nicht unbedingt deine dicksten Freunde, die du jetzt jeden Tag siehst und absolut tiefsten Gespräche miteinander führt, sondern man hat halt doch diesen Trashtalk. Der aber trotzdem auch fehlt. Man würde ja denken, ok der ist jetzt nicht wirklich so wichtig um, sagen wir, das eigene Wohlbefinden zu erhalten. Aber man vermisst ihn dann doch schon irgendwie.

00:11:32

M: Ja, definitiv, definitiv. Sagen wir mal so, Sportler, das ist ja irgendwie auch, man battled sich ja auch, um zu gewinnen. Und wenn man mal auf die Schnauze bekommt, dann muss man auch damit rechnen, dass man auch nochmal nen Spruch hinteher gedrückt bekommt. Andersherum ist es eben auch so, wenn du jemanden den Arsch versohlst, kannst du eben nochmal nen Spruch hinterher drücken. Dann macht es ebend nochmal mehr Spaß zu gewinnen. Ja das ist schon so, ja.

00:11:49

P: Was würdest du dann sagen - ich versuchte jetzt natürlich ganz akademisch so tief wie möglich zu gehen und zu verstehen, ok wie fühlen sich die Leute, was genau hat es für einen Einfluss auf den Gefühlszustand, auf die mentale Gesundheit auch? Könntest du mir dazu irgendwann sagen? Ich meine, dieses Ganze gemeinsam Volleyball spielen, wie genau, dadurch, dass es jetzt nicht mehr verfügbar ist für dich, beeinflusst es dein mentales Wohlbefinden einfach. Denkst du es hat einen Effekt? Also merkst du so etwas?

00:12:17

M: Ja doch. Das denke ich schon. Ich glaube zum einen natürlich der Sport generell, ne. Dadurch, dass man sich eben nicht mehr so ausschlächtet und nicht mehr so viel sich bewegt. Ich habe ja schon gesagt, Joggen mach ich so einmal in zwei Wochen, aber das hilft ja auch nicht so viel. Generell, man

sitzt einfach mehr zuhause, halt mehr irgendwie vor dem Fernseher. Das Wochenende auf der Couch, und ich sage mal so, ich merk, man ist halt schneller, gereizter auch. Das merkt man an so Kleinigkeiten. Da schmeißt einer zum Beispiel mal irgendeinen Spruch raus und dann ist man direkt genervt, weil man einfach nicht mehr so ausgelastet ist. Ich meine da ist natürlich der Sport mit dabei. Aber ich persönlich, ich bin auch so einer, ich rede gerne mit Leuten, ich mache was mit anderen. Und wenn man irgendwie zuhause alleine sitzt, das geht irgendwie doch. Du kannst so Serien gucken, das ist vielleicht an einem Tag auch mal ganz nett. Aber so ein ganzes Wochenende oder letzte Woche hatte ich auch Urlaub, da muss man sich natürlich überlegen, wie kriegt man jetzt die Stunde rum. Sonst rufst du irgendwie mal ein paar Leute an und sagst ok wir machen was, ab nach draußen, ein bisschen Körbe werfen, Beachvolleyball zocken, was auch immer. Und das fehlt schon. Das muss man schon sagen. Manche lernen dann vlt ne neue Sprache oder so...

00:13:18

P: Oh ja? Was denn? Spanisch?

00:13:56

M: Nee so einer bin ich nicht. Also Sprachen neu lernen, darauf habe ich dann keine Muse für, mich da alleine hinzusetzen und Vokabeln zu lernen, da habe ich nicht so Lust drauf. Dann wirds bei mir tatsächlich dann doch mehr so, entweder ich bin dann länger arbeiten, einfach weil ich denke ok, ich kann zuhause eh nichts machen. Dann konzentriere ich mich halt mehr auf die Arbeit oder ich sage ok, dann wird es halt Netflix. Oder auf den Balkon setzen und die Sonne genießen. Also es fehlt schon was, das muss man schon sagen.

00:14:13

P: Du meintest ja auch, du triffst dich ja noch ab und zu mit Freunden, mit deinem einem Kumpel, der Mitbewohner und so. Aber da fehlt was, wenn du es jetzt vergleichen würdest mit den Zusammentreffen, sozusagen mit den Volleyball Jungs.

00:14:25

M: Ja aber es ist irgendwie doch was anderes. Man hat ja viele... also bei mir ist es persönlich jetzt so, ich habe, sehr viele Freunde, auch aus unterschiedlichen Kreisen. Und der Mix machts halt irgendwie. Mit dem einen kannst du halt mehr das machen, mit dem anderen kannst du mehr das machen. Und klar ist es natürlich cool wenn kannst du dich mit dem einen Kumpel, dann halt trotzdem noch triffst, mit dem Mitbewohner dich auch mal so unterhalten kannst. Aber es ist irgendwie nicht das gleiche, weil so die Gruppendynamic fehlt halt trotzdem. Wenn man zu zweit ist, spricht man vielleicht auch über andere Themen mal und auch wie es generell bei einem persönlich läuft. Aber wenn du so in der Gruppe bist, dann machst du halt einfach mehr Faxen, machst mehr Späße, lachst viel. Das ist ne ganz andere Stimmung kann man schon sagen. Das merkt man auch, wenn man mal, also ich zocke auch manchmal online mit anderen über Headset und da merkt man es halt schon mal, weil man dann auf einmal ganz andere Gespräche und Themen hat, die man bespricht, weil man eben in einer Gruppe ist. Es ist halt einfach etwas anderes wie als wenn man sich nur alleine mit jemanden trifft. Ja, das merkt man schon.

00:15:33

P: Ja der Spaß Aspekt, den kann ich mir gut vorstellen, dass der um einiges mehr kommt, wenn man eine Gruppe ist, sozusagen. Also man kann sie immer noch unterstützen, wenn man jetzt mit einer anderen Person sich unterhält, einem guten Freund sozusagen. Deswegen denke ich auch, dass selbst in dieser Corona Situation viele noch klarkommen, weil sie ebend die Unterstützung haben

durch ihre engen Freunde. Aber es ist halt ein bisschen trister, irgendwie manchmal, wenn man diese ganzen lustigen, spaßigen Aktionen vermisst.

00:16:02

M: Definitiv. Das rumalbern und Scheiße bauen, das gehört halt dazu irgendwie.

00:16:08

P: Genau ein letzter Punkt wäre noch gewesen, inwiefern diese ganzen neuen digitalen Kommunikationsmöglichkeiten wie halt Skype, HouseParty jetzt diese Freundschaften beeinflussen. Aber du meinstest ok ihr habt es einmal ausprobiert, und ich hattest es geplant gehabt in dieser Gruppe euch zu verabreden.

00:16:28

M: Also, ich sage mal so, wir hatten es einmal mit der Unigruppe geplant, da hatte es nicht funktioniert. Wir hatten einmal online, da haben wir über Whatsapp nen Anruf gemacht, während wir gezoockt hatten nebenbei. Das war okay, das hatte geklappt. Ich hab mir jetzt auch solche Apps wie HouseParty und sowas runtergeladen, nutze ich aber ehrlich gesagt nicht so oft. Keine Ahnung, es gibt ja auch sowas wie Zoom, das beginnen wir jetzt auch auf der Arbeit zu nutzen, wenn wir dann mit Führungskräften reden und Führungskräfte Tagung haben, wenn man dann nochmal so Themen bespricht, die dann an die Fahrer weitergegeben werden müssen. Die dann eben darüber zu behandeln haben wir aber auch noch nicht gemacht, weil es wird ja auch immer gesagt, Zoom, ist dass denn so sicher, passt das. Das wäre ja das Schlimmste, wenn das nicht verschlüsselt ist und dann die ganzen Internen aus der Firma doch rauskommen. nie wieder rauskommen. Naja, deshalb sind wir davon dann auch abgewichen erstmal. Und ja, so HouseParty hab ich jetzt einmal benutzt mit einem Kumpel, so ein bisschen mal ausprobiert, ein paar Spiele und so. Aber es war ja nicht so, wo ich gesagt habe, das ersetzt das jetzt adequal und das werd ich jetzt immer machen. Nee.

00:17:43

P: Also für dich persönlich ist es dann eher ok, dann treffen wir uns gar nicht, dann haben wir halt gar keinen Kontakt?

00:17:46

M: Ja, dann lieber mal irgendwie telefonieren kurz. Wenn es dann irgendwann so ist, dass man es gar nicht mehr aushält und mit den anderen. Aber ich glaube, ich würde dann tatsächlich eher darauf verzichten, als dann HouseParty oder sowas zu benutzen. Weil das ist einfach nicht das Gleiche. Man hat ebend nicht diese persönliche Bindung. Das ist schon was anderes.

00:18:06

P: Es kann oft immer nur einer reden. Man hat nicht diese kleinen Sub-Gespräche, die neben einem stattfinden.

00:18:11

M: Ja genau, genau. So die Stimmung ist auch einfach, ich mein du kannst ja sagen okay, wenn du dann nicht mit den untehältst wenn man zusammen ist, man albert rum, einer macht irgendwie ne lustige Aktion, und alle lachen drüber. So sieht man halt sein gesicht (über Skype), so wie bei uns, aber da entstehen halt irgendwie keine Momente, sage ich mal. Ich glaube, so kann man es ganz gut ausdrücken. So Momente an die man sich einfach gerne erinnert hat, so früher irgendwie auf Parties oder so, irgendwie ne lustige Situationen über die man heute noch drüber redet. Oder auch einfach

lustige Wörter, die man sich irgendwie an den Kopf geschmissen hat. Oder irgendwie Versprecher oder so. Sowas ist halt darüber, finde ich seltener. Findet halt nicht so statt.

00:18:51

P: Eine letzte Frage, noch. Ich meine ich studiere ja Geografie. Also es geht bei mir jetzt größtenteils um die Orte an sich, und was die Orte sozusagen für einen Effekt haben auf Freundschaften. Du hast jetzt gesagt okay, es gibt das eine Beachvolleyballfeld am Priesterweg meintest du. Wo ihr meistens hingeht. Ist es aber wirklich essenziell für diese Aktivität, für deine Freundschaft, dass ihr genau dahin geht oder könntet ihr auch ohne Probleme sozusagen einen anderen Ort, der halt mehr oder weniger das Gleiche anbietet, besuchen?

00:19:21

M: Ja, also das ist nicht Priorität Nummer eins. Wir sind auch schon so Yorckstraße gefahren. Im Sommer gibts immer am Samstag, bei Beach 61 so ein Turnier, wo wir auch immer spielen. Also ich würde es nicht an dem Ort festmachen, sondern es liegt generell an der Aktivität, die man zusammen macht und mit den Leuten, mit denen man da zusammen ist.

00:19:43

P: Da ist jetzt kein besonders starker, sentimentaler Wert oder Verbindung, die euch zu diesem Ort bindet?

00:19:49

M: Nee.

00:19:49

P: Man hat natürlich schon viel erlebt, da...

00:19:51

M: Genau, aber das könnte jeder andere Ort auch sein, das ist nicht so wild, ja.

00:19:54

P: Ja. Was wird denn die erste Sache sein, die du machst wenn die ganzen Regelungen wieder aufgehoben werden? Alle Cafes, Bars, Beachvolleyballplätze wieder geöffnet werden.

00:20:07

M: Ich werde es wahrscheinlich so machen, Samstag direkt irgendwie nen Sporttag machen, und abends noch feiern oder so. Mit allen Leuten, mit denen man zusammen kommt. Von mir aus mache ich auch ne WG Party und da kommen 40-50 Leute zusammen. Also, ich sag mal gut, es wird ja sowieso nur nach und nach gelockert, da muss man dann auch gucken. Aber wenn Corona jetzt von einem auf den anderen Tag weg wär, direkt irgendwie alle Leute, mit denen zusammen das ganze Wochenende voll zuhauen und soviel Leute sehen wie es geht.

00:20:30

P: Ja ich glaube mittlerweile auch, dass es ein bisschen unrealistisch ist, das so zu betrachten. Das wird bestimmt Stück für Stück aufgehoben werden. Aber es wäre schon nice.

00:20:34

M: Ich hoffe die Friseure machen bald auf, denn meine Haare sind schon sehr lang.

00:20:47

P: I feel you. Ok super man. Du hast ja jetzt eigentlich schon eine ziemlich gute Idee bekommen, glaube ich, darüber, worüber ich rede, worüber informieren ich mich informiere sozusagen. Gibt es noch irgendeinen Aspekt bezüglich des Volleyball Spielens, des Platzes, was du noch erwähnen möchtest oder denkst du, du hast alles Wichtige gesagt?

00:21:05

M: Ich glaube, soweit alles Wichtige mit dabei. Falls noch was ist, kann ich dir ja nochmal schreiben.

00:21:11

P: Perfekt, super. Dann halte ich die Aufzeichnung jetzt an.

### **Pam Transcript**

P [00:00:12] Ok. Bevor es wirklich losgeht, muss ich mit dir kurz das Konsentform abarbeiten. Und zwar einfach lese ich dir kurz vor, wozu ich dieses Interview durchführe und was sie damit anstellen. Und dann sagst du schlussendlich, ja damit bin ich einverstanden, und dann ist das ist das abgehakt. Es muss gemacht werden, falls meine Dozenten irgendwie das sehen wollen. Also, wie du schon weißt wahrscheinlich, das Interviews Teil meiner Bachelor These an der Universität.

PA [00:00:43] ECHT?!

P [00:00:43] Das wusste ich gar nicht!

PA [00:00:43] Du studierst??

P [00:00:43] Ich muss das alles abschreiben, ne. Ich sehe das dann so, dann schreibe ich in ganz großen Buchstaben 'ECHT?!', Ausrufezeichen, Fragezeichen. Ok, weiter geht'Pa. Also, meiner Bachelor These an der Universität zu Groningen. Keine der Informationen, die du mir vermittelt, werden an irgendeine dritte Person weitergegeben. Ich verwende Synonyme für deinen Namen, also du bleibst anonym. Und natürlich hast du zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Interviews die Möglichkeit, eine Frage nicht zu beantworten, falls es dir unangenehm ist oder das Interview auch komplett abubrechen. Was ich nicht hoffe, dass es stattfinden wird, aber du hast die Möglichkeit. Ok, bist du mit allem einverstanden?

PA [00:01:24] Natürlich.

P [00:01:24] Super! Und dann wollte ich noch sagen, dass das super wäre für mich, wenn du so ausführlich wie möglich antworten würdest. Also erzähle mir ruhig Geschichten zu meinen Fragen. Wenn dir nichts einfällt, dann frage ich nach. Also alles ganz entspannt, eigentlich. Aber je mehr du erzählst, desto mehr Information kann ich daraus natürlich kriegen. Okay, die erste Frage geht ganz schnell vorneweg. Kannst mir sagen, wie alt du bist und wie lange du jetzt schon in der Nachbarschaft wohnst, wo du jetzt momentan wohnst. Da würde ich sagen, am besten nimmst du Cottbus. Was siehst du denn als deinen Hauptwohnort an?

PA [00:02:08] Gute Frage, eigentlich. Eigentlich beides. Sagen wir Cottbus.



P [00:02:14] Okay, alles klar. Wie lange wohnst du in Cottbus jetzt schon?

PA [00:02:16] Seit drei Jahren.

P [00:02:16] Alles klar, drei Jahre. Ja, super. Gut, dann ist die erste Frage erledigt. Und wir sind fertig, vielen dank.

PA [00:02:23] Ja gerne.

P [00:02:31] Nee doch nicht. Ich habe sonst aber eine kurze Einleitung gebraucht über den Coronavirus. Das muss ich eigentlich auch gar nicht mehr so ausführlich machen. Ich meine, du weißt ja Bescheid. Coronavirus jetzt zunehmend auch in Deutschland und Europa generell, weltweit eigentlich. Ich glaube 185 Länder sind betroffen. Und weil Europa so besonders hart getroffen wurde, haben sich viele Regierungen innerhalb Europas recht drastische Maßnahmen ausgedacht, um die Ausbreitung zu verlangsamen. In Deutschland hängen jetzt schon seit einigen Wochen Kontaktbeschränkungen, und Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten sind geschlossen und bis auf einige Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, Tankstellen und so bleiben bis jetzt auch die meisten Geschäfte noch geschlossen. Das hat sich jetzt geändert ein bisschen in der letzten Woche, aber Cafés, Bars, Restaurants, solche Institutionen bleiben noch geschlossen. Kannst du mir kurz sagen, wie du so in diese Situation mit deinen Freunden Kontakt bleibst?

PA [00:03:28] Ehrlich gesagt, treffe ich viele. Also, wir treffen uns dann bei jemandem zu Hause meistens. Oder die, die ich jetzt nicht getroffen habe, die hab ich auch per WhatsApp Videocall angerufen. Ich telefoniere viel. Ja und sonst halt WhatsApp-Nachrichten.

P [00:03:49] Aber im Grunde, würdest du sagen, du triffst dich noch relativ viel mit Leuten, dann halt immer zuhause?

PA [00:03:54] Ja.

P [00:03:54] Wie gesagt, ich gebe ja nichts weiter. Das ist alles kein Problem. Deswegen habe ich das vorher gesagt, damit Leute mir nicht antworten: Ähm ich treffe mich überhaupt nicht mit Leuten! Ich bin nur zuhause. Aber, genau du meintest, jetzt gerade schon, ihr trefft euch meistens zu Hause. Ein Grund dafür wird natürlich sein, dass du dich anderen Ort nicht wirklich mehr treffen kannst, weil alles geschlossen sind, wie Bars, Restaurants, Cafés und ähnliches. Gibt es denn jetzt, sagen wir vor Corona, einen Ort, wo du dich normalerweise regelmäßig mit Frauen getroffen hast?

PA [00:04:26] Ja, ich würde sagen, mein Atelier in Cottbus.

P [00:04:31] Erzähl mir mal ein bisschen was davon. Was genau ist das für ein Ort? Wie oft gehst du da hin? Was für Leute triffst du da?

PA [00:04:36] Das ist mein Atelier in Cottbus, das ist ebend mein Arbeitsplatz, wo ich jegliche Sachen für meine Uni oder was auch immer erledigen kann. Und das Coole dabei ist, ich kann da hingehen, und ich treffe halt je nachdem spontan wer dann auch da ist. Also, ich muss mich nicht direkt mit wem verabreden. Ich gehe einfach hin, treffe gewisse Leute, die dann eben auch da sind, und hab dann mit denen 'my best time'.

P [00:05:05] Das heißt, öfter als sich wirklich explizit zu verabreden, geht du da einfach hin und guckst wen du triffst.

PA [00:05:11] Ja, genau.

P [00:05:14] Ja, gehst du da, ich meine, es ist ja schlussendlich dein Atelier, also du solltest da ja eigentlich arbeiten. Gehst du da aber auch hin um nicht zu arbeiten, sondern wirklich nur, um Leute zu treffen?

PA [00:05:24] Nee, eigentlich arbeite ich da schon. Das ist dann halt so der Nebeneffekt, weißt du, dass man da halt auch Leute trifft. Und eben mit denen quatscht oder auch rumblödeln. Auch was trinkt. Alles.

P [00:05:32] Ach ihr trinkt da auch?

PA [00:05:32] Ja, das passiert eigentlich alles gleichzeitig.

P [00:05:42] Und verglichen mit anderen Orten, da ist das wirklich mit Abstand der Ort, wo du am meisten Leute triffst? Also gibt's Pa jetzt, davon abgesehen, irgendein Café, eine Bar oder sonst wo du regelmäßig hingehst um Leute anzutreffen?

PA [00:05:57] Eigentlich nicht. Ich würde sonst noch die Bib sagen, aber ich weiß nicht so. In Cottbus bin ich im Allgemeinen ziemlich wenig in Bars und Cafés unterwegs.

P [00:06:10] Und du weißt nicht warum das sein könnte?

PA [00:06:13] Nee, irgendwie macht man es einfach nicht so. Wir sind dann viel am Uni machen meistens. Und dann, keine Ahnung, dann geht man halt eben, mit dem man gerade ist, vielleicht kurz was essen. Aber es ist dann nicht so ein Treffpunkt, eben so ein Ort, wo man dann ja gezielt Leute trifft. Irgendwie macht man das nicht. Weil man ist sowieso immer mit Leuten umgeben und dann halt auch immer zufällig mit bestimmten Leuten, je nachdem, wer im Atelier ist oder wer auch gerade in Cottbus ist. Und dann muss ich mich auch nicht explizit mit jemanden dann da treffen, weißt du? So, man ist sowieso immer surrounded by irgendwem, und dann ist es halt so. Dann trifft man sich jetzt nicht noch extra da und da.

P [00:06:55] Vielleicht wäre es wichtig, dann irgendwie deine ganze Situation noch ein bisschen besser zu verstehen. Du bist unter der Woche in Cottbus. Also einfach um die Situation von dir ein bisschen besser zu verstehen. Du bist unter der Woche in Cottbus. Arbeitest dann da, meistens. Du konzentriert sich am meisten auf sein Studium, auf die Uni. Und gehst du dann jedes Wochenende zurück nach Berlin oder?

PA [00:07:16] Meistens je nachdem, wie viel es zu tun ist. Aber wenn, also, wenn ich mir leisten kann, dann bin ich am Wochenende immer in Berlin.

P [00:07:23] Und Berlin ist, dann sozusagen deine Freizeit, der Ort wo du dich entspannt und alles.

PA [00:07:29] Ja.

P [00:07:29] Gibt'Pa da einen Ort, wo du regelmäßig hingehst?

PA [00:07:39] Ja... ja doch gibt'Pa.

P [00:07:43] Und zwar?

PA [00:07:45] Es gibt mehrere. Muss ich jetzt einen sagen?

P [00:07:46] Nö, ich meine, wenn es jetzt nicht einen spezifischen gibt, sondern mehrere, dann sag ruhig, dass es mehrere gibt.

PA [00:07:54] Also, ich würde sagen, so die WG von den Mädels hier ist ein fester Treffpunkt. Und dann auch Alina'Pa Zuhause, auch. Da ist auch immer 'open door', also da kommen ja auch Leute und gehen auch Leute, sodass es dann auch manchmal so Überraschungen mäßig, jemand anderes dann auch da ist bei Alina. Dann hab ich mich mit Gunet eine Zeit lang immer in derselben Bar getroffen. Immer in der gleiche Shisha Bar. Aber jetzt shishat Gunet nicht mehr und jetzt treffen wir uns meistens oder haben wir uns oft in einem anderen Café getroffen. Und ja.

P [00:08:29] Das mit Gunet ist aber jetzt immer noch das gleiche Café? Also da variiert nicht so viel?

PA [00:08:36] Nah, es kommt drauf an. So es ist dann für eine gewisse Zeit, ist es dann immer der Ort und dann irgendwann es wird Zeit für was Neues. Da macht man dann wieder was Neues. Aber eigentlich ist es oft so, dass wir so ein Ort haben, wo wir uns dann halt treffen.

P [00:08:52] Ok cool. Aber dann bin ich doch mehr interessiert an deinem Atelier auf jeden Fall. Erzähle mir mal ein bisschen mehr über die Leute. Ich nehme an, das sind alles seine Studienkollegen. Also, in Cottbus sind die meisten Leute, mit denen du dann im Atelier zusammen bist, und Zeit verbringst, das sind deine Studienkollegen natürlich. Gleichzeitig ich meine, wie enge Freunde, also als wie eng würdest du die jetzt beschreiben? Oder gibt es da unterschiedliche Freundesgruppen? Bist du mit manchen wirklich sehr dick befreundet, mit anderen weniger?

PA [00:09:22] Ja, richtig. Es gibt auf jeden Fall Gruppen, und ich bin auch eben in meiner Gruppe, wo ich mit allen ziemlich eng bin. Und dann gibt es auch andere Grüppchen, mit denen ich dann weniger eng bin.

P [00:09:34] Und mit dem weniger engen, triffst du dich dann auch ab und zu bei Ihnen zu Hause oder dann fast echt nur im Atelier?

PA [00:09:39] Ja auch zuhause.

P [00:09:43] Ok. Gibt es irgendwelche Leute mit denen du dich nur im Atelier triffst?

PA [00:09:47] Ja. Viele. (lacht).

P [00:09:47] Wie viele? Sagen wir was ist so die Prozentzahl aller Leute im Atelier? Gib mir keine absolute Nummer, sondern Prozent.

PA [00:09:56] Sind schon viele. Ich würde sagen, 70 Prozent treffe ich nur im Atelier.

P [00:10:00] Alles klar. Wie sich das angehört hatte war, dass du eigentlich echt dicke mit allen Leuten im Atelier bist, und du dich auch zuhause triffst, sozusagen.

PA [00:10:07] Ja, also... Ja, wir sind schon dicke, aber ich würde jetzt nicht zu jedem, also ich schreib halt auch nicht mit jedem jetzt zurzeit weißt du. So dicke ist man nun auch wieder nicht.

P [00:10:18] Alles klar. Ich meine genau jetzt, wo wir das wissen, dass du dich mit manchen auch zuhause triffst, mit anderen aber nur im Atelier, wie wichtig würdest du dann sagen ist das Atelier jetzt für die Pflege von deinen Freundschaften?

PA [00:10:32] Also, für mich ist es schon wichtig. Obwohl ich jetzt nicht so mega dicke mit allem bin, hab ich ja, also mag ich sie ja trotzdem. Und ich würde Ihnen halt jetzt vielleicht nicht unbedingt schreiben. Aber ich sehe die ja dann halt ebend da, weißt du. Und um das irgendwie aufrechtzuerhalten, dann brauche ich ja das Atelier.

P [00:10:50] Ja, und das ist der Fall jetzt für die Dicken und weniger dicken Freunde oder nur für...

PA [00:10:55] Das ist eher für die weniger Dicken. Also, die ich halt, mit denen ich wirklich close bin, die treffe ich auch hier in Berlin. Also die sind auch alle hier.

P [00:11:03] Alles klar. Und erzähle mir ein bisschen mehr darüber, wie du deine Zeit verbringst im Atelier. Also du gehst da hin zum arbeiten, ursprünglich, das ist so der Plan immer. Und dann verläuft sich das oder...?

PA [00:11:17] Ja also es hat ja auch jeder, irgendwie immer seinen Kram zu tun. Wenn du dann eben gar nicht weiterkommen oder gar kein Bock mehr hast das zu sehen, dann stehst du auf und nervst dann den oder quatscht mit dem. Dann hast du Bock auf eine Kippe, und dann gehst du mit dem raus, und dann kommt der auch, und dann raucht man zusammen und dann quatscht man ein bisschen, und dann setzt man sich wieder zurück. Oder dann brauchst du Hilfe. Dann sagst du dem Bescheid, weil du weißt ja ja, da kann sowas gut. Also es ist arbeiten und quatschen. Wie gesagt, alles eins.

P [00:11:57] Und das Quatschen bezieht sich oft auf die Arbeit oder?

PA [00:12:00] Nicht nur.

P [00:12:02] Was quatscht man denn so? Du muss mir jetzt nicht die spezifischen Themengebiete sagen, aber sind es sehr tiefgründige Gespräche über Gott?

PA [00:12:13] Manchmal, ja.

P [00:12:13] Ach echt?

PA [00:12:13] Also es geht auch oft, wie man sich dann mit der und der Situation vielleicht fühlt. Vielleicht hat ein Prof einen richtig abgefickt und dann redet man auch darüber oder man versucht, sich so ein bisschen wieder Mut zuzusprechen. Oder manchmal haben wir auch deepe Gespräche,

vor allem eben bei den Zigarettenpausen. Da gehts dann irgendwie, keine Ahnung, aber ja auch über persönliche Sachen, die man dann vielleicht in einer größeren Gruppe dann nicht erzählen würde, weißt du. Dann ist man schon zu zweit und dann erzählt man halt, keine Ahnung, letztens ist das und das passiert.

P [00:12:51] Dafür muss man aber nur zu zweit sein. Nicht halt in der großen Gruppe stehen irgendwie, sondern zu zweit draußen eine Zigarette rauchen. Was beides geht, also. Man kann seine Zeit zu zweit haben, aber auch in großen Gruppen sein.

PA [00:13:05] Ja.

P [00:13:05] Wirklich wichtig für meine These ist auch, ich versuche so ein bisschen herauszufinden, wie diese Orte, wo man sich regelmäßig mit Leuten trifft, die das eigene Wohlbefinden beeinflussen, und eine mentale Gesundheit. Wenn du dir darüber Gedanken machst in Bezug zu dem Atelier. Wie fühlst du dich denn so, wenn du dahin gehst, wenn du mit den Leuten quatscht? Was ist dein Gemütszustand? So ändert sich da irgendwas, bevor und nachdem du dahin gehst oder?

PA [00:13:32] Ja, also wenn ich alleine zu Hause arbeite, ich finde es schrecklich, ich finde es richtig kacke. Ich komme dann vielleicht bei manchen Sachen einfach nicht weiter, oder ich kann mich selber nicht motivieren. Und dann ist es für mich immer besser, im Atelier zu sein. Ich fühle mich dann meistens besser, vor allem auch, weil man in Gesellschaft ist. Ich mag es mehr, unter Menschen zu sein als dann wirklich alleine, und dann brauche ich das schon.

P [00:13:54] Aber der Fakt, dass du dann doch auch Arbeit musst im Atelier, hat das irgendwie negative Auswirkungen auf deine Laune?

PA [00:13:59] Nö gar nicht. Weil das Atelier war sowieso immer ein Arbeitsplatz. Es ist klar, dass man da arbeitet. Und ich gehe da auch hin, um da zu arbeiten, weil ich es zuhause nicht kann, weil ich mich da mehr ablenke oder nur im Bett rumliege oder so. Also ich gehe ja wirklich gezielt hin, um zu arbeiten.

P [00:14:19] Du gehst aber auch manchmal hin, weil du einfach Langeweile hast, und du dir denkst, man es ist alles doof, ich habe keine Lust auf irgendwas? Ich gehe einfach mal ins Atelier und gucke was passiert?

PA [00:14:26] Ja, das passiert auch. Eher seltener, aber passiert auch. So einfach nur, um zu gucken, wer gerade da ist, weißt du. Um dann mit den Leuten ein bisschen rumzusitzen und zu quatschen.

P [00:14:38] Aber das ist interessant eigentlich. Weil dann gehst du ja wirklich hauptsächlich dahin, um zu arbeiten und nicht die Leute zu sehen. Also du rechnest damit, dass du Leute sehen wirst. Aber du meinst gerade der Hauptgrund, warum du zum Atelier gehst, ist um zu arbeiten.

PA [00:14:54] Ja, aber halt auch, um Leute zu sehen, weißt du. Weil ich mir dann doch denke, vielleicht kann mir die Person da und da helfen Oder vielleicht kann mir die Person dazu ein Feedback geben. Das ist es dann halt schon nicht nur arbeiten. Es geht auch um dieses Gesellige.

P [00:15:10] Alles klar. Weil als ich vorher mit Leuten geredet habe, die haben mir dann zum Beispiel eine Bar genannt als ihren Ort. Und die meinen dann, ja ich genieße die Zeit sehr weil die Laune

eigentlich immer gut ist, man ist immer entspannt, hat immer eine gute Zeit. Weil dieser Ort dir sozusagen eine Auszeit gibt von einer Arbeit und was weiß ich, deinem Stress. Und ich habe jetzt das Gefühl, dass es bei dir jetzt nicht unbedingt auch genauso der Fall ist, weil, wie gesagt, Arbeit und Soziales so verbunden ist. Was würdest du dazu sagen? Denkst du wirklich, kannst dir vorstellen, dass es weniger entspannend ist oder denkst du wirklich nee, das irgendwie keine Ahnung dadurch, dass es so sozial ist, ist die Arbeit auch wirklich viel erträglicher?

PA [00:15:50] Ja, das denke ich, dass die Arbeit erträglicher wird.

P [00:15:54] Alles. Gibt'Pa Unterschiede? Ich kann mir vorstellen, dass man manchmal länger im Atelier bleibt, nachdem man schon viel gearbeitet hat. Oder dann merkt, ok heute krieg ich eh nichts mehr auf die Reihe. Gibt es ein Unterschied von der Zeit im Vergleich zur Zeit, wo du noch versuchst, dabei zu arbeiten? Verstehst du was ich meine?

PA [00:16:15] Nicht wirklich.

P [00:16:15] So, sagen wir du arbeitest sozusagen, versucht irgendwie eine Zeichnung hinzukriegen, quatscht nebenbei immer mal wieder mit manchen Leuten, hast ne kleine Raucherpause, genießt deine Zeit in Gesellschaft mit deinen Freunden. Verglichen mit den Momenten, du hast fertig gearbeitet, es ist acht Uhr abends, du sagst okay, ich mache nichts mehr für die Uni, bleibt aber trotzdem noch im Atelier, und trinkst ein paar Bierechen und quatscht einfach ein bisschen. Gibt'Pa da Unterschiede zwischen den beiden Situationen, wie du dich fühlst?

PA [00:16:42] Ja. Gibt es schon.

P [00:16:44] Und zwar?

PA [00:16:44] Naja, wenn ich arbeite, bin ich ja, also hab ich halt trotzdem immer das im Kopf, dass ich damit fertig werden muss oder dass ich eben meine Deadlines habe. Weißt du, wenn ich da eben nicht arbeite, dann, dann arbeite ich halt nicht. Dann bin ich ja auch entspannter so an sich. Wenn ich mir extra sagem ja heute arbeite ich nicht, dann wird auch nicht gearbeitet.

P [00:17:09] Alles klar ok. So und wie gesagt, jetzt sind wir ja in einer Situation, wo du nicht mehr ins Atelier kannst, nehme ich mal an. Inwiefern hat das deine Freundschaften zu den Leuten beeinflusst? Deine engen Freunde, aber auch die Leute, die normalerweise nur im Atelier trifft.

PA [00:17:27] Wir haben jetzt so eine kleine Notlösung. Wir haben jetzt ein neues Atelier quasi, in Berlin bei wem zuhause eingerichtet. Also auch einer von mir aus Cottbus. Jetzt sind wir halt die meiste Zeit da und arbeiten und oder halt Arbeit noch nicht, weißt du. Der eine zockt, der andere arbeitet, der andere machte das. So ist es dann quasi wie im Atelier nur halt bei ihm zu Hause.

P [00:17:50] Aber ihr nennt es auch das neue Atelier?

PA [00:17:54] Ja!

P [00:17:54] Also das würde schon zeigen, dass euch der Ort fehlt und ihr versucht habt, das irgendwie zu ersetzen.

PA [00:17:59] Auf jeden Fall.

P [00:18:01] Krass, wenn du die beiden Orte jetzt vergleichst. Was ist anders? Was ist gleich? Also jetzt nicht nur physikalisch, sondern halt auch so, wie ihr euch benehmt, was es mit deinen Gefühlen macht sozusagen.

PA [00:18:16] Es ist halt mehr zu Hause, weißt du. Man fletzt halt mehr rum. Man hängt rum und arbeitet halt nebenbei, weißt du. Und im Atelier da sitzt du ja richtig an deinem Schreibtisch. Da bist du ja auch wirklich, um wirklich zu arbeiten. Und bei ihm zu Hause, da fällt man halt eher in die Schiene von wegen, ah ja mach mal den Fernseher an. Und das ist halt so ein bisschen...

P [00:18:38] Es fehlt ein bisschen Energie, sozusagen.

PA [00:18:42] Ja schon.

P [00:18:43] Und wenn du das jetzt, wie gesagt, wieder auf deinen mentalen Gefühlszustand berücksichtigen würdest, also darauf sozusagen Armbinden würdest. Was würdest du dazu sagen? Wie ist der Unterschied dazu?

PA [00:19:00] Das ist schwierig. Eigentlich eine schwierige Frage. Mein Gemütszustand. Eigentlich ist es nicht viel anders.

P [00:19:11] Vielleicht der Fakt, dass jetzt keine Leute mehr da sind mit denen du nicht dicke bist.

PA [00:19:14] Ja, genau. Es ist einfach viel vertrauter. Da wird dann auch gerülpst und gefurzt, weißt du. Und das macht man nicht im Atelier (lacht).

P [00:19:27] Wegen den anderen Leuten meinst du?

PA [00:19:27] Ja.

P [00:19:27] Und es ist schön da? also du könntest dich daran gewöhnen?

PA [00:19:32] Naja, ist halt entspannt.

P [00:19:39] Ok... Keine Sorge, wir benutzen Synonyme ne.

PA [00:19:41] Wir können alles machen, was sie wollen. Und in dem Atelier ist es halt trotzdem, irgendwie ist es ja nicht dein Zuhause. Es ist ja trotzdem ein öffentlicher Raum. Da kannst du jetzt nicht so rumfletzen wie jetzt bei ihm Zuhause, bei dem wir jetzt sind.

P [00:19:57] Aber dadurch, dass du jetzt doch eine Methode gefunden hast, um dein Atelier zu ersetzen, könnte man meinen, ist die Schließung des eigentlichen Ateliers jetzt gar nicht so schlimm für dich? Also jetzt wieder ein Gefühlszustand, Gemütszustand.

PA [00:20:10] Ja. Es ist schon erträglich, aber ich vermisse trotzdem die anderen Leute.

P [00:20:15] Inwiefern? Was vermisst du genau? Das tut mir leid, aber das ist jetzt meine akademische Art, dich zu fragen. Warum, weshalb, wieso?

PA [00:20:24] Das Quatschen eben mit den anderen Leuten, so deren Feedback, was die zudem zu sagen haben?

P [00:20:29] Aber du quatschst doch auch mit deinen engen Freunden. Was ist denn da der Unterschied?

PA [00:20:33] Naja, ein bisschen Abwechslung. Ich mag es einfach, mit vielen Leuten umgeben zu sein. Und dann eben, wenn ich jetzt Lust habe, mit der Person zu reden, dann gehe ich zu dieser Person. Wenn mich vielleicht die andere Person neben langweilt oder ich mit der schon drei Stunden geredet habe, weißt du. Das bringt einfach viel mehr Abwechslung. Man kann über verschiedene Sachen reden.

P [00:20:57] Alles klar, das sind so genau die Sachen die ich hören wollte. Also, ich will nichts hören, aber das sind so die Sachen, an denen ich interessiert bin. Aber du meinstest, du hast ab und zu doch schon Momente, wo du denkst, ah man, ich vermisse das originale Atelier doch schon.

PA [00:21:11] Klar! Voll! Ehrlich, ich vermisse Cottbus extrem. Das ist ja immer mein mein Berliner Ausgleich gewesen. Berlin war eben meine Freizeit Ding und so, und jetzt hier zu arbeiten, das fällt mir voll schwer. Und in Cottbus bin ich einfach produktiver und eben halt auch mit den anderen Leuten. Und das ist schon cool.

P [00:21:32] Nee, kann ich voll nachvollziehen. Es geht mir genauso mit meiner Bücherei ehrlich gesagt. Und da ist es genauso mit dem Sozial sein und dem Lernen. Es geht darum eine gute Balance zu finden. Einmal habe ich eine Freundin von mir auf dem Fahrrad getroffen, wir haben zwei Büchereien, eine, wo man wirklich lernt, und eine wo man eigentlich mehr zum socializing hinget, und ich hatte sie auf dem Fahrrad getroffen und sie meinte halt so, ich gehe in die Bücherei, willst du mitkommen. Und ich meine ja, ich will da auch in die Bücherei jetzt, ich will in die UB, woraufhin sie meinte, ich muss aber wirklich lernen, ich gehe nach Zernike. Willst du zu mir mitkommen? Und ich dachte mir, jetzt ist die Frage, willst du wirklich lernen oder willst du eigentlich nur mit Leuten quatschen? Und ich meinte dann, sorry ich will eigentlich eher mit Leuten quatschen, deswegen gehe ich doch in die UB. Da war es also mega offensichtlich für mich dass, ich doch irgendwie auch für die soziale Komponente in die Bücherei bin. Und gleichzeitig, was ich auch noch interessant finde diesbezüglich, sind jetzt diese ganzen, die hast du auch schon kurz angesprochenen, digitalen Medien wie WhatsApp, HouseParty, mit denen man ja eigentlich noch weiterhin in Kontakt bleiben kann mit Leuten. Inwieweit benutzt du diese Dienste denn?

PA [00:22:42] Ja, nicht so super viel.

P [00:22:44] Jetzt natürlich auch wieder in Bezug gesetzt auf deine Freundschaften vom Atelier.

PA [00:22:48] Eigentlich gar nicht. Also wenn überhaupt, dann schreibt man, oder man telefoniert, und manchmal ruft man per Video Call an, aber eigentlich relativ wenig. Ist nicht so, dass ich das jeden Tag mache.



P [00:23:04] Du hast ja jetzt auch selber noch das Glück, dass du dich mit vielen Leuten in Berlin noch treffen kannst. Sind die alle in Berlin? Gibt es keinen dicken Freund von dir, der nicht in Berlin wohnt?

PA [00:23:15] Nee, das sind alles Berliner.

P [00:23:16] Krass, das wusste ich gar nicht. Die siehst du doch regelmäßig. Wie oft gehst du eigentlich in dein neues Atelier jetzt die Woche?

PA [00:23:28] Uh jetzt diese Woche war ich zienlich oft da, ich glaub ein, zwei... Ah nee doch nicht, ich glaub nur zwei, drei Mal, war ich jetzt bei ihm diese Woche. Aber das geht schon klar.

P [00:23:38] Aber weniger auf jeden Fall als das Originelle? Wie oft gehst du dahin eigentlich?

PA [00:23:46] Im Atelier in Cottbus. Jeden Tag.

P [00:23:50] Und zu den anderen Freundschaften mit denen du wie gesagt weniger Kontakt hast, mit denen triffst du dich gar nicht. Also was heißt triffst du nicht, mit denen das so gar keinen Kontakt über...

PA [00:24:00] Ganz wenig. So ab und zu über Whatsapp, aber sonst wenig.

P [00:24:05] Warum? Hast du da kein Verlangen, mit ihnen Kontakt zu bleiben?

PA [00:24:07] Doch eigentlich schon. Doch schon. Aber keine Ahnung. Ich weiß auch nicht. Ich habe den Schritt noch nicht gewagt.

P [00:24:15] Hast du Angst, oder?

PA [00:24:16] Ich weiß auch gar nicht was mir auffällt, ehrlich gesagt, keine Ahnung. Weiß ich nicht. Ich mache es jetzt einfach. (lacht)

P [00:24:27] Du musst es ja auch nicht machen. Ich finde es nur interessant. Ich habe von vielen auch gehört...

PA [00:24:32] Ja doch! Wenn ich die vermisse, dann kann ich denen doch schreiben. Warum mache ich das nicht?

P [00:24:37] Gab es nie irgendwie eine Idee einer Person mal doch so eine Art Digitales Atelier durchzuführen, einmal irgendwie einen Gruppen Anruf zu haben mit Leuten, ey ich vermisse euch, können wir nicht mal was starten?

PA [00:24:55] Sorry, die Verbindung war gerade weg.

P [00:24:56] Sorry. Gab es nie die Initiative von irgendjemand der Atelier Leute, die meinten, ey können wir nicht einmal irgendwie versuchen, ein digitales Atelier für einmal durchzuführen? Mal ein Gruppen Call, mit nicht allen Leuten, aber vielen aus dem Atelier, die man jetzt lange nicht mehr sehen kann, weil sie vielleicht nicht in Berlin wurden.

PA [00:25:15] Ich habe leider den Anfang wieder nicht mitbekommen. Nur den Anfang!

P [00:25:16] Hörst du mich jetzt? Gab es nie eine Idee, eine Initiative von irgendjemand aus dem Atelier, so einen Gruppen Call zu initiieren, mit allen Leuten, die man nicht regelmäßig sieht in Berlin?

PA [00:25:32] Nee. Die Sache ist wir sind so viele, wir haben so viele kleine Grüppche, dass wir uns untereinander in unserem Grüppchen halt eben genug geben, weiß was ich meine? Und dass man dann deshalb eher in seiner Gruppe bleibt und dass das irgendwie einem dann auch reicht. Aber wir haben auch eine Atelier Gruppe, aber da wird dann nie drinnen geschrieben. Nie!

P [00:25:58] Sorry jetzt habe ich dich gerade nicht verstanden. Ihr habt eine Atelier Gruppe?

PA [00:26:03] Und in der wird nicht geschrieben. Und warum ich glaube, dass es auch diese Initiative nicht gab, ist, dass wir so viele kleine Grüppchen haben und dass wir uns untereinander in unseren Grüppchen glaube ich dann genug geben, weißt du was ich meine?

P [00:26:18] Ja.

PA [00:26:18] Und das deshalb sowas eben noch nicht kam. Und wir sind halt auch ziemlich viele. Wir sind hier um die 50. Ok nicht mehr, vielleicht jetzt 40 oder 30.

P [00:26:38] Was wäre denn die erste Sache, so als kleine, abschließende Frage, die erste Sache, die du machen würdest, sobald alle Regelungen wieder entfernt werden. Du darfst alles machen, du darfst überall hin. Alle Geschäfte sind geöffnet. Ich glaube nicht, dass das so schnell passieren wird, aber ich nehme das mal an. Was würdest du zuerst machen?

PA [00:26:59] Ich glaube ich würde richtig gerne nach Cottbus fahren.

P [00:27:00] Echt? Direkt ins Atelier gehen und arbeiten?

PA [00:27:00] Ne nicht arbeiten, aber im Atelier checken, wer da ist. Und dann da mit denen quatschen und wieder die Leute wieder sehen. Und dann, in einem anderen Wohnheim, in dem ich nicht wohne, da ist auch riesen Treffpunkt. Also da bin ich jetzt nicht so super oft. Aber da trifft man halt auch mal so random Leute, die man eigentlich voll mag, aber mit denen man nicht so super dick ist, weißt du. Und dann ist da auch mal wieder big wiedersehen. Das wäre mein zweiter Spot! Da würde ich danach hingehen!

P [00:27:29] Jetzt frage ich mich gerade, ich mein, okay, du hast vor jetzt deinen Master auch in Cottbus zu machen. Dann hast du ja bestimmt noch weiterhin Zugriff auf das Atelier. Aber was würdest du denn machen wenn du in Cottbus bleiben willst, aber nicht mehr da studieren wirst, ich meine dann kannst du ja gar nicht mehr ins Atelier gehen. Was würdest du denn dann machen?

PA [00:27:48] Doch kann ich schon.

P [00:27:48] Ach echt? Ich hab gedacht, irgendwie braucht man da seine Studentenkarte, muss sich identifizieren.

PA [00:27:54] Nee, erst ab 22 Uhr. Da muss man dann mit seinem Kärtchen, dann sind die Türen zu, da muss man mit seinem Kärtchen die Tür aufmachen. Aber sonst, tagsüber, kann da eigentlich jede Sau rein.

P [00:28:03] Ach wirklich? Machen das auch Leute, sind da auch Leute zum Teil drinnen?

PA [00:28:07] Nee. Aber es wurde viel geklaut. Also ab und zu sind dann halt schon Leute da gewesen, aber aus bösen Gründen. Deshalb kam das dann halt eben mit den Schließungen. Ab 22 Uhr brauchst dann eben dein Kärtchen um noch reinzukommen.

P [00:28:26] Was ist denn die längste Zeit, die du jemals da drinne warst?

PA [00:28:30] Eine komplette Nacht und ein kompletter Tag.

P [00:28:31] Echt?

PA [00:28:33] Ja. Ich habe so viele Nächte durchgemacht.

P [00:28:35] Hast du auch schon mal gepennt, im Atelier?

PA [00:28:36] Nee, tatsächlich noch nicht. Aber ich kenne viele, die es gemacht haben. Einer z.B. hatte keine Wohnung in Cottbus und dann hat er einfach die ersten Wochen im Atelier geschlafen.

P [00:28:53] Der hat wahrscheinlich immer die besten Noten geschrieben. Weil er immer im Atelier war.

PA [00:28:57] Ja der ist schon ziemlich gut.

P [00:29:02] Ok. Ich meine, das ist so ziemlich alles, was ich eigentlich hören wollte, von dir. Gibts denn irgendetwas, was du noch hinzufügen möchtest bezüglich des Ateliers und den Leuten, die übertrifft und wie du dich fühlst? Ich meine, du hast ja jetzt glaub ich, ein ziemlich gutes Verständnis bekommen darüber, worüber ich schreibe. Gibts es noch irgendwas, was du noch nicht erwähnt hast und was du gerne sagen würdest.

PA [00:29:20] Also mir fällt spontan jetzt nichts ein. Spontan, spontan, spontan. Ja ich erzähle dir von den Atelierparties. Wir hatten damals die besten Atelierparties! Da kamen dann auch irgendwelche BWLer und so ein Kram. Die kamen dann auch alle vorbei. Und da sind so komische Sachen passiert, das kannst du dir nicht vorstellen.

P [00:29:42] Wie groß ist denn das Atelier? Wie kann ich mir das vorstellen?

PA [00:29:46] Habe ich ein Foto davon? Hier ich kann dir ein richtig lustiges Foto zeigen.

P [00:29:48] Ok du musst es mir aber auch erzählen, weil ich meinte, ich kann die Fotos ja nicht in meine Arbeit einbauen.

PA [00:30:05] Also es ist relativ groß. Ich würde schätzen so, 70m<sup>2</sup>? Ja doch, könnte man schon sagen. Ja, genau. Also da gab'Pa dann halt oft so ein paar Parties und war immer richtig witzig. Also

das Atelier ist nicht nur für uns Architekten irgendwie ein Place to be, sondern auch für andere Leute gewesen. Es war voll witzig, wirklich. Und manchmal hat man einfach stundenlang, wenn irgendwie die Uni Party kacke war, ist man zurück ins Atelier gegangen, hat dann da stundenlang mit irgendwelchen random Leuten gequatscht, die dann auch zufällig da waren. Weißt du, die hat man vorher noch nie gesehen. Man hat dann da irgendwie Geschichten erzählt, gequatscht, und irgendwie, es war immer ziemlich ziemlich cool.

P [00:30:44] Aber man kennt sich gegenseitig im Atelier? Also du würdest jetzt nicht sagen, dass man da irgendwie anonym ist.

PA [00:30:49] Aber ab und zu. Vor allem früher, so im ersten, zweiten Semester, waren auch ab und zu so random People da, die wahrscheinlich irgendwer anderes dann mitgebracht hat, weißt du. So kanntest du dann halt die Leute nicht. Da hat man auch mal eben neue Leute kennenlernen können und so. Das war schon cool.

P [00:31:08] Ist schon cool. Du bist ja noch da.

PA [00:31:10] Ja schon, aber eben diese Atelier Zeit, die hat sich verändert.

P [00:31:12] Und zwar? Warum?

PA [00:31:14] Ja, wie gesagt, damals hatten wir diese fetten Parties, und wir sind da voll eskaliert. Aber das existiert irgendwie nicht mehr. Irgendwie hat das so ein bisschen abgeebbt.

P [00:31:26] Vielleicht, weil man mehr Arbeit jetzt zu tun hat.

PA [00:31:27] Ja ich denke auch. Oh man, ich muss dir das Bild, ich schick dir das mal.

P [00:31:33] Ok schick mir das Bild mal. Ich beende mal die Aufzeichnung. Wir sind schon bei 31 Minuten. Oder gibt es noch irgendwas anderes? Ich meine die Atelierparties. Gute Informationen, gute Informationen. Sehr hilfreich.

PA [00:31:49] Ja also jetzt gerade fällt mir nicht noch mehr ein.

P [00:31:51] Alles klar. Ich glaube bei 30 Minuten haben wir auch mehr als genug.

### **Phyllis Transcript**

P [00:00:26] Ok, Also dann geht es jetzt los. Aber bevor es wirklich losgeht, muss ich eine Sache noch vorher abhaken, und zwar ist das das sogenannte Konsentform. Ich weiß nicht ob du davon schon Bescheid weißt. Es geht einfach darum, dass du dich einverstanden erklärst, wofür ich deine Information benutze und wie ich sie anwenden und all sowas. Ich würde das normalerweise direkt machen und dir ein Papier geben, was du unterschreibst. Es geht jetzt aber nicht, weil meine Uni mir explizit verboten hat, direkt in Kontakt zu treten mit Leuten. Deswegen werde dir sozusagen alles einfach vorlesen, und du sagst zum Schluss, ja finde ich gut, und dann ist es abgehakt. Ok?

PH [00:01:10] Ok.

P [00:01:11] Also, wie du schon weißt, ist das Interview Teil meiner Bachelor These an der Universität von Groningen. Keine der Informationen, die du mir gibst werden an irgendeine Person weitergegeben. Das bleibt alles für mich und nur für meine Arbeit. Ich werde meine Arbeit auch nirgendwo veröffentlichen. Das bleibt wirklich alles nur für meine Bachelorarbeit. Es werden Synonyme verwendet für deinen Namen, du bleibst also anonym, keine Sorge. Und wichtig, du hast jederzeit innerhalb des Interviews natürlich die Möglichkeit zu sagen, die Frage ist ein bisschen unangenehm, die will ich nicht beantworten oder auch das ganze Interview komplett abbrechen. Falls es dir einfach unangenehm ist, keinen Spaß macht. Das ist alles kein Problem. Also jetzt, da du über alles Bescheid weißt, bist du mit diesen Maßnahmen einverstanden?

PH [00:01:57] Alles klar.

P [00:02:00] Super, dann können wir jetzt loslegen. Sonst noch, es wäre nice wenn du immer so ausführlich wie möglich antwortest. Manche Fragen sind ein bisschen kurz, aber im Grunde ist mehr immer besser, als weniger und erzähle mir ruhig irgendwelche Geschichten, wenn du welche dazu hast. So, jetzt wirklich los. Erste Frage. Aufregend. Ok das ist eine ganz kurze, und zwar kannst du mir einfach nur kurz erzählen, wie alt du bist und wie lange du jetzt schon in der Nachbarschaft wohnst, in der du jetzt momentan wohnst.

PH [00:02:29] Ich bin 23 und wir wohnen seit fast zwei Jahren hier.

P [00:02:36] Echt schon so lange?

PH [00:02:39] Ja seit 2018.

P [00:02:40] Krass echt. Na gut. Und dann habe ich jetzt hier eine kleine Einführung für dich. Über das meiste wirst du wahrscheinlich schon Bescheid wissen, aber es ist immer gut sich darüber bewusst machen. Im Dezember 2019 trat das neuartige Coronavirus namens SARS-CoV2 auf, und zwar zum ersten Mal in der Stadt Wuhan, und hat sich daraufhin relativ schnell in der restlichen Welt verbreitet. Mittlerweile sind mehr als 185 Länder betroffen. Das Virus resultiert in einer recht schwerwiegenden Atemwegserkrankungen namens CORVID-19, welche sogar tödliche Folgen haben kann. Und da europäische Länder besonders hart betroffen sind an dieser Erkrankung, haben viele Regierungen drastische Maßnahmen ergriffen, um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. In Deutschland zum Beispiel, in dem wir uns jetzt befinden, herrschen seit einigen Wochen Kontaktbeschränkungen. Zusätzlich sind ähnliche Institutionen wie Schulen, Kitas, Universitäten geschlossen und bis auf einige wenige Ausnahmen wie Supermärkte, Banken, zentrale Einrichtungen bleiben auch alle Shops geschlossen. So, ziemlich extreme Situation in der wir uns gerade befinden, die das eigene Leben stark beeinflussen kann. Und dazu wäre meine erste Frage jetzt, nur so als kleine Einleitung, erzähle mir mal kurz, wie du deine Tage so verbringst in dieser seltsamen Situation?

PH [00:04:12] Es ist ganz schön peinlich: Ich liege im Bett.

P [00:04:14] Das ist eine zu kurze Antwort. Ein bisschen ausführlicher.

PH [00:04:19] Also, ab und zu mache ich ein bisschen Home Office, wenn ich etwas kriege aus dem Praktikum. Wenn sie mir was zu schicken, dann kann ich ein bisschen arbeiten, aber das ist ungefähr fünf Stunden die Woche vielleicht. Aber sonst liege ich im Bett und lese, zocke, oder guck mir meiner Mitbewohnerin irgendwelche Filme.

P [00:04:37] Eine Mitbewohnerin hast du nur?

PH [00:04:45] Eine Mitbewohnerin habe ich. Aber ich muss zugeben Ich treffe tatsächlich, also mein Freund kommt auch des öfteren mal her. Oder meine beste Freundin.

P [00:04:54] Ja, das wäre jetzt meine nächste Frage: Wie bleibst du noch in Kontakt mit deinen Freunden? Also jetzt dein Freund, beste Freundinnen, die kommen sogar noch zu dir nach Hause. Und sonst?

PH [00:05:02] Genau. Also meine Familie habe ich jetzt an Ostern gesehen, aber sonst eigentlich auch gar nicht. Ich schreib halt mit denen oder mit Freunden mache ich halt Videoanrufe. Also von der Arbeit zum Beispiel machen wir öfter Gruppen-Videoanrufe bei HouseParty bei der App. Oder man schreibt halt bei WhatsApp. Aber sonst nicht groß.

P [00:05:25] Machst du das viel? Benutzt du HouseParty schon regelmäßig?

PH [00:05:28] Eigentlich schon, eigentlich schon.

P [00:05:30] Und es sind immer die gleichen Leute?

PH [00:05:32] Ja. Eigentlich fast immer von der Arbeit alle.

P [00:05:35] Ok cool. Weil meine Hauptanalyse handelt nämlich davon wie jetzt, wie gesagt, diese meisten Orte wie Cafés, Bars, wo man sich normalerweise treffen würde mit Leuten, die sind jetzt alle geschlossen. Also auch Museen, alles Mögliche. Kannst du mir von einem Ort erzählen, sollte einem Ort, in den du dich normalerweise regelmäßig mit Freunden triffst?

PH [00:05:58] Das ist tatsächlich meine Arbeit. Also es ist tatsächlich der Escape Room. Weil wir, also wir sind ja immer eine Gruppe von, sagen wir mal, sechs, sieben Leuten, die da arbeiten, gleichzeitig. Und da sind auch alle befreundet. Man unterhält sich ja auch während der Arbeit. Und oft bleiben wir halt auch nach der Schicht noch da und essen zusammen. Oder man trinkt etwas oder spielt, oder man trifft sich halt eben. Wir haben Dienstags zu, und dann ist halt niemand, also kein Gast im Laden, und dann fahren wir halt alle hin, also nicht alle, aber einige fahren dann hin, treffen sich dann da, trinken Bier, spielen Spiele. So was halt. Also tatsächlich mein Arbeitsplatz, der ist auch zu natürlich wegen Corona. Geil. Und da treffe ich tatsächlich viele Leute eigentlich immer regelmäßig.

P [00:06:53] Das ist ja ganz interessant. Weil ein Hauptaspekt sozusagen, dieser Ort, an denen ich interessiert bin, ist der, dass es sozusagen eine Auszeit und eine neue Umgebung bezüglich des Arbeitsplatzes wär. Aber du sagst, dass du zum Beispiel, ok also ich denke während der Arbeit denke ich unterhält man sich jetzt nicht so viel. Vielleicht ein bisschen. Doch, schon? Okay. Aber ihr bleibt dann wirklich sozusagen, wissend länger und andere kommen, dann wirklich extra nachdem alle Spiele beendet sind, kommen dann andere Leute extra noch hin, um dann da Zeit zu verbringen?

PH [00:07:30] Genau. Also wir nennen das Nachtschicht.

P [00:07:33] Nachtschicht, was dann wirklich keine Nachtschicht ist, sondern...

PH [00:07:36] Wir werden nicht bezahlt. Wir sitzen einfach nur im Laden und spielen Verstecken oder spielen irgendwelche Brettspiele oder trinken Bier. Also machen irgendeinen Scheiß, wirklich. Also Wettrennen auf den Rollstühlen aus dem Büro und so. Und da kommen halt Leute wirklich extra dann. Also die Schicht ist um 23 Uhr sagen wir mal vorbei, da sind alle Gäste draußen, und dann kommen halt Leute, und dann macht man halt was zusammen. Also, wie gesagt, nicht alle Leute, die da arbeiten, es meistens immer so die gleichen, aber wir sind dann schon manchmal zu zehnt. Und es gibt auch zum Beispiel einen Kollegen, der arbeitet gar nicht mehr bei uns, aber der kommt dann regelmäßig auch während der Schicht und chillt während der Schicht da und guckt uns zu und holt dann vielleicht etwas zu essen für alle, so dass wir dann in der Pause mal eben etwas essen können oder so. Und dann sitzt er halt mit rum, und wir reden alle miteinander, während der Großteil arbeitet.

P [00:08:31] Wenn jetzt diese Aktivität schon den Namen Nachtschicht hat, dann heißt das eigentlich, dass du das wirklich regelmäßig machst. Wie oft würdest du sagen, wie oft arbeitest du so in einer Woche normalerweise und wie oft hast du Nachtschicht?

PH [00:08:43] Normalerweise arbeite ich, jetzt in den letzten Monaten habe ich so 30, 35 Stunden die Woche gearbeitet, und Nachtschicht wechselt immer so pro Monat, immer, natürlich wie es gerade passt. In der Prüfungsphase eher seltener. Aber so im Normalfall hatten wir schon einmal die Woche eigentlich Nachtschicht, zweimal die Woche vielleicht, wenn die Zeit war, so. Und dann halt eben noch, sagen wir mal zweimal die Woche sich so getroffen bei der Arbeit also nicht, dass man dann die ganze Nacht da war, sondern man ist während der Schicht hingekommen, ohne zu arbeiten, und hat dann oben in unserem Mitarbeiterbereich gesessen und mit den anderen geredet oder sowas, während die dann unten gearbeitet haben.

P [00:09:26] Ach, du gehst da echt manchmal hin, ohne komplett irgendeine Schicht zu haben an dem Tag, sondern wirklich nur, um Leute zu treffen?

PH [00:09:32] Ja.

P [00:09:32] Ah krass, ok. Und weißt du dann immer schon, wer arbeitet, oder denkst du, ja das wird jetzt einer halt dieser Gruppe sein, aber du weißt nicht genau, wer da sein wird, sondern du gehst einfach hin auf gut Glück?

PH [00:09:41] Wir können das nachgucken. Wir haben ja so, wir haben so eine Internetseite. Man kann ja im Internet halt nachgucken. Da kann man sich anmelden, da steht wann du Schicht hast, und da siehst du halt auch, wer sonst noch Schicht hat. Und dann schreiben wir auch bei WhatsApp die ganze Zeit, also nicht die ganze Zeit, aber öfter so, wer ist gerade im Laden oder ist grad jemand im Laden? Ich würde vorbeikommen, blablabla. Und dann schreibt jemand, der in der Nähe wohnt, ah ich komme auch vorbei. Oder man ruft halt an, so ey ich fahre jetzt in den Laden, soll ich dich abholen oder kommst du mit? Sowas.

P [00:10:16] Alles klar. Und die Leute sind also alle, bis auf die eine Person, Mitarbeiter? Und ich meine mittlerweile würdest du sie ja dann doch schon als Freunde bezeichnen, denke ich ne?

PH [00:10:33] Größtenteils ja.

P [00:10:34] Ja größtenteils, ok. Und wie hat sich denn dann diese ganze Nachtschicht Geschichte entwickelt? Hat es von Anfang an, war das von Anfang an Teil der Arbeit sozusagen? Oder hast du dich erst angefreundet mit den Leuten und dann, Stück für Stück hast du angefangen, dich auch sozusagen nach der Arbeit mit deinen, zu dem Zeitpunkt dann deinen Freunden zu treffen?

PH [00:10:56] Es war schon, als ich da angefangen habe, öfter mal so, dass man sich mal getroffen hat und ein Bier getrunken hat oder länger geblieben ist und gemeinsam gegessen hat. Aber so richtig Nachtschicht, das ist erst so später entstanden, als so ein paar Leute dann ins Team gekommen sind. Die haben angefangen bei uns zu arbeiten, halt nach mir, also später kamen die erst dazu. Die waren dann ein bisschen aktiver, was soziales Leben angeht. Die vorher, die hatten dann alle, die waren dann schon ein bisschen älter, und die hatten dann auch Stress mit Uni oder noch einen Zweitjob. Oder Familie, Partner, so mäßig. Und da kamen dann neue Leute dazu, die ein bisschen jünger auch waren oder auch mein Alter teilweise oder noch jünger tatsächlich. Zweitausender. Und die haben dann angefangen, so ey wollen wir nicht heute abend noch ein bisschen hier bleiben und saufen. Und da ist dann, es war kalt draußen. Also es war entweder wir gehen jetzt in eine Bar oder so. Und zahlen eine Milliarden Euro, oder wir trinken halt hier, was. Für umme quasi fast.

P [00:12:03] Habt ihr das anfangs gemacht aber? Seid ihr in Bars, bevor ihr angefangen habt auf Arbeit zu chillen?

PH [00:12:06] Teilweise. Machen wir jetzt auch noch. Teilweise sind wir auch in Bars gegangen. Aber ich war da noch nicht so mit drin, weil ich, weil ich da noch viel mit anderen Leuten zu tun hatte, die dann alle weggezogen sind.

P [00:12:25] Mensch, mensch, das tut mir leid. Aber ich meine, du meinstest dann ja doch schon relativ schnell dass, wenn du über den Ort nachdenkst, wo du hingehst zum socialising, dann ist es eigentlich wirklich offensichtlich für dich der Ort?

PH [00:12:39] Ja, weil da immer jemand ist. Also auch wenn wir Dienstags zu haben, dann weiß ich auch meine Chefin ist zum Beispiel da. Und wenn ich jetzt wirklich nichts zu tun habe und auf keinen Fall zu Hause sitzen möchte und meine Mitbewohnering ist arbeiten oder was auch immer, dann würde ich halt in den Laden fahren zu meiner Chefin und ihr sagen, ey ich komme vorbei, lass eine rauchen, ein bisschen Kaffee, quatschen, blablabla.

P [00:12:57] Und wie meinst du dann, wie wichtig ist dann dieser Ort sozusagen für die Instandhaltung dieser Freundschaften? Also denkst du...

PH [00:13:08] Sehr, schon. Ja, auf jeden Fall. Weil ich habe teilweise Leute, die ich jetzt gar nicht mehr sehe, mit denen ich vorher extrem viel zu tun hatte während der Arbeit oder halt bei der Nachtschicht oder so, die ich jetzt gar nicht mehr, sehe sowieso nicht, aber mit denen ich jetzt gar keinen Kontakt mehr habe. Weil es dann doch noch nicht so eine tiefe Freundschaft war, dass man sagt, wir telefonieren jetzt mal ne Stunde oder so. Aber wenn man sich halt gesehen hat, dann hat man ja schon sich angefreundet und gequatscht und kam gut miteinander klar und Alles. Aber mit denen habe ich jetzt zum Beispiel gar nichts mehr zu tun. Und auch Leute, die nicht mehr bei uns arbeiten, mit denen hat man sich da super verstanden und hat die regelmäßig gesehen, aber seit sie nicht mehr da hinkommen regelmäßig, gar nichts mehr.



P [00:13:55] Da geht es doch wirklich um den Ort. Also könntest du dir vorstellen, Leute, sagen wir du würdest nicht mehr da arbeiten, nicht mehr in den Ort gehen... Ja, das ist eine Annahme! Wenn du da nicht mehr arbeiten würdest, würdest du da noch hingehen um Leute zu treffen?

PH [00:14:08] Ja!

P [00:14:08] Weil ich meine, mittlerweile sind es ja dann doch schon gute Freunde von dir. Teilweise jedenfalls.

PH [00:14:12] Ja, ja, ja. Ich würde es schon, also wahrscheinlich nicht mehr so häufig, weil ich gehe davon aus, wenn ich nicht mehr da arbeite, dann habe ich einen anderen Job hoffe ich mal. Dass ich dann vielleicht nicht mehr so mega viel Zeit hab mehr dann da regelmäßig hinzugehen, aber ich würde schon noch zu einer Nachtschicht oder sowas mal vorbei gehen.

P [00:14:30] Lustig echt. Weil eine Sache, wo ich auch interessiert bin dran, ist wie diese Orte zum Beispiel die eigene mentale Gesundheit beeinflussen. Dein Wohlbefinden sozusagen. Und was da oft in der Literatur jedenfalls besprochen wurde, war, dass diese Orte halt eine Art willkommene Auszeit gegenüber der Arbeit, was ja bei dir jetzt überhaupt gar nicht zutrifft, weil das ist ja eigentlich die Arbeit. Wie funktioniert das da? Ich meine, du kannst dich ja, weil man verbindet ja doch schon Orte mit bestimmten Aktivitäten. Weißt du weißt, das ist jetzt mein Büro, das verbinde ich mit Arbeit. Oft hat man keinen Bock hinzugehen, man hat schlechte Laune. Aber für dich ist ja dann gleichzeitig der Arbeitsort, auch der Ort, wo du Spaß hast. Wie funktioniert das für dich? Hast du dir da jemals drüber Gedanken gemacht?

PH [00:15:21] Es ist tatsächlich so, dass für mich ist Arbeit nicht, also da arbeiten nicht wirklich, also schon Stress, aber mir macht das Spaß. Ich gehe auch gerne arbeiten so, wegen der Leute halt auch. Aber man kann das relativ gut abtrennen eigentlich. Also klar, wenn wir jetzt nach der Schicht noch länger da bleiben und quatschen, redet man auch teilweise über die Arbeit, gezwungenermaßen. So dann fällt dem eine lustige Story von heute ein, oder der erzählt etwas über das und das so, aber es ist halt einfach so als würdest, du kannst auch bei denen zu Hause mit den gleichen Leuten. Das hat nichts mehr dann damit zu tun. Wir sitzen einfach alle im Kreis an einem Ort, wo Platz ist, und quatschen oder spielen irgendwas. Das ist dann nicht mehr der Arbeitsort. Außer dass du natürlich nicht irgendetwas kaputt machst, oder so. Du hast dann natürlich trotzdem Respekt davor. Aber so an sich ist es eigentlich ganz normal, als würdest du wo anders sitzen. Es ist ein ganz anderer Ort, dann quasi an sich.

P [00:16:25] Ich meine, wenn du von Anfang an nicht die Arbeit betrachtest als nervigen Ort, wo du schlechte Laune hast oder was auch immer, sondern Spaß hast, sowieso schon, ich meine, dann kann ich mir gut vorstellen, dass es trotzdem geht, dass man im Nachhinein im gleichen Ort auch eine gute Zeit haben kann. Aber es ist wirklich der gleiche Ort? Es ist nicht so, dass ich irgendwie ein geheimes Zimmer habt, wo ihr dann eure Nachtschicht habt, sondern wirklich da, wo ihr auch eure Zeit verbringen würdet, wenn ihr Schicht hättet?

PH [00:16:52] Also wenn wir Schicht haben, wir haben so eine kleine Hütte, so eine kleine Holzhütte, da sind unsere Computer drin, und da sitzen wir dann alle vor. Und wenn wir Nachtschicht haben oder machen, dann sitzen wir nicht in dieser Hütte, sondern entweder oben drauf oder meistens unten im Foyer, wo wir die Gäste empfangen, wo wir die Abrechnung machen und so was alles, wo die Leute auch ihre Sachen wegschließen können, weil da halt einfach mehr Platz ist. Die Hütte ist

relativ eng, da ist halt Platz für sechs, sechs Leute, sechs, sieben Leute ungefähr. Und im Foyer iist Platz für 10, 15 Leute mit nem Stuhlkreis so bequem. Und dann wird da noch Bier getrunken, das wird mal umgeschichtet, das wäre eine große Katastrophe, wenn du das in der Hütte machen würdest.

P [00:17:32] Aber dann ist ja trotzdem eine gewisse geographische Unterscheidung da. Hütte ist wirklich Arbeit dann, könnte man meinen jedenfalls.

PH [00:17:38] Na ja, wir machen ja im Foyer trotzdem, wir begrüßen da die Gäste. Wir machen da die Einweisungen, machen da die Abrechnung und so was alles. Und wir machen auch unsere Musik, uum Beispiel machen wir über das Arbeitstablet an. Also wir lassen den Tag immer bei der Schicht auch Musik laufen, übers Tablet und wenn wir abends dann unsere Musik anmachen wollen, dann geht das auch über das Arbeitstablet. Also wir sind trotzdem da an diesen Geräten dran und so. DU sitzt nicht an deinem Arbeitsplatz direkt, aber du sitzt halt da, wo du sonst teilweise auch ein bisschen arbeitest.

P [00:18:09] Ja verstehe ich. Ich war ja jetzt auch da schon. Ok, und ich meine die Leute, die du da triffst, deine Arbeitskollegen, sind gute Freunde von dir, jetzt aber nicht deine besten Freunde, denke ich?

PH [00:18:23] Nein.

P [00:18:23] Erzähle mir ein bisschen mehr, wie ist eure Beziehung so? Über was unterhaltet ihr euch? Wie fühlst du dich dabei? Es geht auch ein bisschen mehr jetzt darum, ja, genau, was hat das für einen Einfluss auf dein Wohlbefinden? Deine Gefühle?

PH [00:18:38] Na, es ist schon viel, es hat viel mit Escape Rooms zu tun, auch. Also es ist zum Beispiel viel, dass ich mit den Leuten auch andere Escape Games spielen gehe oder gegangen bin, regelmäßig.

P [00:18:51] Da kommen wir noch zu, keine Sorge.

PH [00:18:55] Weil wir neulich auch eins online gemacht haben. Das war sehr cool.

P [00:18:59] Ah ja? Klappt das, wirklich?

PH [00:18:59] Ja. Das ist jetzt ganz neu. Genau, also wir machen viel so etwas dann halt zusammen. Oder was halt irgendwie uns ein bisschen verbindet. Das ist halt das, was uns verbindet, was alle gerne machen, weil wir das ja auch als Job machen. Ich meine du musst es ja gerne machen, um da arbeiten zu können. Und das verbindet uns alle ein bisschen. Sonst würde ich sagen, dass es schon teilweise eine eher oberflächliche Freundschaft. Also ich würde jetzt, wenn ich, keine Ahnung, irgendwas passiert, und ich fange an zu heulen, würde ich eher zu meinen besten Freunden laufen als zu denen. Aber ich könnte auch zu denen hingehen. Habe ich teilweise auch schon gemacht. Also geht auch, aber es wäre nicht meine erste Wahl.

P [00:19:41] Es ist nicht das Gesprächsthema, was die meisten zuzusagen...

PH [00:19:46] Genau.

P [00:19:46] Sondern stattdessen redet man über Escape Games. Und wie fühlt man sich dann dabei so? Das ist vielleicht eine schwierige Frage, wo man sich nie drüber Gedanken gemacht hat selber. Aber wenn du mal drüber nachdenken müsstest, was ist die Stimmung? Ist es entspannt, ist es lustig?

PH [00:19:59] Es ist halt locker und lustig. Es ist halt viel, wir sind halt alle sehr albern und du gehst dann da auf den Zug mit auf und da wird auch schon viel Scheiße gelabert. Und so ernste Themen hat man halt einfach nicht, weil da keiner Bock drauf hat da. Oder es halt eben nicht die Leute, mit denen du diese ernstesten Gespräche führen würdest. Sondern es ist eher, ja, oberflächliches, lockeres, entspanntes. Man Quatsch darüber oder hat das gesehen oder labert hier ein bisschen Müll. Sowas, es ist schon eher sowas, als dass man sich da hinsetzt und sagt der Sinn des Lebens, was ist denn das? So das macht halt niemand.

P [00:20:41] Sind eng Freunde, mit denen du über solche Themen reden würdest, sind die jemals auch zu diesen Afterpartys gegangen mit dir?

PH [00:20:48] Nee. Shirin und Daria waren einmal da, weil Daria ihren Schlüssel vergessen hatte. Und dann haben sie ein Bier da getrunken und mit einer Kollegin so ein bisschen gelabert. Aber dann sind die auch wieder losgegangen. Es ist einfach eine andere Art von Freundesgruppe. Die würden sich natürlich trotzdem mit denen verstehen. Aber meine Kollegen sind dann doch ein bisschen eigen. (lacht).

P [00:21:16] Ok, du hattest auch schon kurz angeschnitten, jetzt, wo der Escape Room geschlossen ist, wie hat das deine Freundschaften zu diesen Leuten beeinflusst?

PH [00:21:31] Bei mir war es so, dass ich tatsächlich so in den letzten Monaten angefangen habe, viele Escape Rooms zu spielen, mit unterschiedlichen Leuten. Also nicht immer mit den gleichen, sondern dann hat man gesagt, hmm mit dem und dem von meiner Arbeit hab ich noch nie gespielt, jetzt nehme ich den mal mit. Und dann noch den da, weil mit dem habe ich auch noch nie gespielt. Das ist halt jetzt nicht mehr. Ich hab halt diese Freundschaften dann nicht vertiefen können groß. Aber eigentlich zu den Leuten, mit denen ich schon, mit denen ich schon öfter Escapen war oder so mich getroffen habe, eigentlich nicht besonders. Weil man trotzdem sich noch schreibt oder eben Videochats macht oder sowas oder eben online Escape Rooms spielt. Aber die Leute, mit denen ich gerade dabei war, mich ebenso anzufreunden, da ist es halt ein bisschen abgebrochen jetzt, logischerweise. Was jetzt auch nicht so wild ist, weil ich hab trotzdem noch genug andere Leute, mit denen ich reden kann.

P [00:22:25] Aber du meintest, dass die Leute, mit denen du dich schon ein bisschen besser verstehst, aus dem Escape Room, mit denen du dich auch schon in anderen Orten getroffen hast. Mit denen hast du noch Kontakt eher Kontakt jetzt als mit denen, wo du wirklich nur im Escape Room was zusammen machst?

PH [00:22:42] Ja. Man hat sich halt auf der Arbeit gut verstanden so und hat auch miteinander gelabert. Aber hab halt mit denen nie über mein Leben oder irgendwas geredet, was mich so beschäftigt hat oder Sonstiges. Und hab halt auch wenn ich jetzt die Wahl hatte zwischen Person X, mit der ich mich gut verstehe, oder Person Z, mit der ich schon mich auch privat treffe, dann gehe ich halt eher zu Person Z natürlich um mit der zu quatschen.

P [00:23:10] Aber es scheint ja wirklich dann so, dass, je enger man wird, sozusagen, desto eher trifft man sich ja auch aus diesem Escape Room Environment.

PH [00:23:22] Ja.

P [00:23:22] Jetzt wo du dich immer noch, also du unterhält dich immer noch mit den Leuten, mit einigen von denen, mit denen du dich besser verstehst. Aber inwiefern hat es denn sozusagen eure Themen, über die ihr euch unterhaltet beeinflusst? Die Art, wie euch unterhalten, gab es da irgendwie Unterschiede?

PH [00:23:41] Es ist jetzt inzwischen so, dass wir halt, man redet nicht mehr die ganze Zeit. Wenn wir diese Videochats machen, da HouseParty zum Beispiel, dann passiert es auch mal, dass der eine puzzelt zum Beispiel nebenbei und der andere kocht sich was zu essen oder so. Und ist dann vielleicht nicht hundertprozentig anwesend. Oder man labert halt nicht gerade, aber man ist halt trotzdem nicht alleine sozusagen. Also es ist nicht so, dass man sich die ganze Zeit unterhalten muss, weil man jetzt gerade Videochattet, sondern es ist halt ein relativ normaler Zustand geworden, dass man sich nicht hundertprozentig darauf konzentrieren muss, sondern nebenbei ein bisschen labert, so als würde man zusammen rumhängen, ohne groß was machen zu müssen, sozusagen. Als wäre die Person halt immer da. Und dann puzzelt halt der eine fertig und sagt, ja ich habe grad nicht zugehört, was ist passiert, und ist so für fünf Minuten raus so, weil der gerade kocht oder so. Dann kommt er wieder und sagt, ah ich hab das und das gekocht. Es ist natürlich logischerweise so langweilig für alle Leute, weil wir sitzen nur zu Hause. Und was hast du heute gemacht? Nix, und du? Ja ich auch nicht. Cool. Aber es ist halt tatsächlich normaler geworden, dass man einfach so telefoniert, ohne zu telefonieren, quasi auch teilweise.

P [00:25:00] Hast du das Gefühl, dass es mehr darum geht, die Freundschaften weiterhin zu pflegen oder darum geht, nicht alleine zu sein? In den Moment?

PH [00:25:14] Das ist ne krasse Frage. Beides. Also bei mir, ich bin halt nicht alleine. Ich hab halt auch meine Mitbewohnerin eben so zum Beispiel. Deshalb, bei mir ist es glaube ich, wirklich eher Freundschaften pflegen oder halt eben weil du Bock hast jetzt mit denen zu labern. Ich habe jetzt richtig Bock, nur Schwachsinn zu hören, dann rufe ich die an.

P [00:25:31] Also ist es dann ja doch schon, dass, sorry jetzt habe ich dich unterbrochen, dass die Natur der Gespräche, Schwachsinn reden, die wird einerseits im Escape Room sozusagen angewandt, aber gleichzeitig halt auch über HouseParty. Also da ändert sich nicht unbedingt so viel.

PH [00:25:49] Naja, man kann ja bei HouseParty auch so Spiele spielen, das machen wir halt auch viel. So Cards against Humanity mäßig, oder wie heißt das, Montagsmaler oder so. Das machen wir halt auch viel. Und da geht es wirklich darum, dass einem einfach langweilig ist. Da ist mir dann auch egal, ob das jetzt der, der und der ist oder ob das jetzt du und Dario bist. Da geht es halt hauptsächlich darum, Langeweile tot zu kriegen. Aber so wenn man jetzt redet, dann geht es schon eben darum, auch dieses Lockere mit den Leuten eben.

P [00:26:20] Und hast du, wie wir das beschreiben, um jetzt wieder zurück auf das mentale Wohlbefinden zu kommen. Der Fakt, dass du jetzt nicht mehr mit vielen Leuten überhaupt in Kontakt stehst und mit den paar, mit denen du noch in Kontakt stehst halt nurnoch über HouseParty,

inwiefern beeinflusst denn Wohlbefinden? Wie fühlst du dich dabei? Oder vermisst du irgendwas, was dir vorher gegeben wurde durch die Freundschaften im Escape Room?

PH [00:26:47] Ich vermisse es halt schon, mit den Leuten da dann rum zu sitzen. Aber da gehts hauptsächlich glaube ich bei mir darum, ich vermisse es generell mit Leuten rum zu sitzen. Das ist jetzt nicht explizit ausgerechnet die Leute so, sondern ich wär auch glücklich mit, ja mit anderen. Also mit meinen anderen Freunden rumzuhängen. Hauptsache mit irgendwem rumhängen. Aber ich würde schon sagen, dass mich das ein bisschen, nicht runterzieht, aber ein bisschen...

P [00:27:26] Erzähl mir über deine Gefühle.

PH [00:27:26] Es nervt halt, dass man die Leute nicht sehen kann, so weil, dann ja, dass man nicht die normalen Aktivitäten machen kann, die man eben gemacht hat. Was man vorher, keine Ahnung, verstecken spielen bei uns in den Räumen macht mir eigentlich gar keinen Spaß. Aber ich würde es halt jetzt gerne machen, weil es jetzt einfach nicht geht. Und das nervt einen schon. Aber es ist nicht so, dass mich das tot traurig macht, weil ich weiß es wird irgendwann wieder kommen, so.

P [00:27:49] Aber man kann ja trotzdem sozusagen darüber nachdenken, wie man denkt, dass diese Verstecken spielen, so Sachen, die einem jetzt fehlen, wie die deine generelle mentale Gesundheit beeinflussen. Ich meine, die Sachen, die du aufgezählt hast, sind alles sehr spielerische Sachen, wo man Spaß hat, wo man ein bisschen miteinander herumalbern. Und ich meine es kann ja trotzdem sein, dass wenn man so etwas nicht mehr hat, dadurch, dass der Ort nichtmehr verfügbar ist, dass man sich dann, ich weiß nicht, wie fühlt man sich dann?

PH [00:28:20] Ich finde es halt schwer zu sagen, weil ich habe ja trotzdem alles andere. So Sachen, wo ich mir was von meine Seele reden möchte, kann ich halt mit meiner Mitbewohnerin machen, wenn sie hier zuhause ist oder mit Daniel, wenn er vorbeikommt, so. Oder eben auch anrufen irgendwen so, das geht ja trotzdem. Also, wenn ich jetzt wirklich etwas hätte, worüber ich reden möchte, dann könnte ich das ja machen. Aber eben so etwas Albernes, Lockeres, um sich die Langeweile zu vertreiben oder so, das geht halt nicht. Und das ist halt das, was mich persönlich am meisten trifft. Weil man halt nur zu Hause sitzt und teilweise eben nur ernste Gespräche hast. Weil es ja nichts anderes passiert. Und alle machen sich natürlich Sorgen. Ich meine, die Sorge ist ja, bei jedem Gespräch gehts irgendwie Corona. Es geht halt immer dieses Ernste. Und dieses Alberne, Lockere das fehlt halt eben.

P [00:29:10] Da jetzt halt die momentane Situation unter Corona nochmal extremer. Normalerweise, wenn wir kein Corona hätten, und du trotzdem nicht diese spielerischen Gespräche haben könntest, dann würde man sich ja trotzdem, denke ich, ein bisschen. Ach keine Ahnung. Ich weiß nicht, ob man sich dann gelangweilt fühlt, es halt schwierig, jetzt ein richtiges Wort dazu zu finden. Es ist langweilig.

PH [00:29:27] Eingeschränkt halt.

P [00:29:31] Eingeschränkt?

PH [00:29:31] Ja, du kannst halt nur ein Gefühl haben, quasi: langeweile. Ja nein, dass ist jetzt auch nicht war.

P [00:29:42] Aber ich meine, ich glaube wirklich daran, dass versuche ich auch mit meiner Forschung, Forschung, mit meiner kleinen Arbeit so ein bisschen rauszufinden, dass diese kleinen Freundschaften, die zunächst so ein bisschen unwichtiger erscheinen, weil sie jetzt halt keine mega tiefgründigen Gespräche nach sich ziehen, wo man seine ganze Seele von einem reparieren kann. Dass die halt trotzdem mega wichtig, vielleicht sogar genauso wichtig, weil sie dich ja trotzdem, deine Gesundheit irgendwie auf eine andere Art beeinflussen, die vielleicht weniger offensichtlich ist, aber trotzdem viel dir gibt.

PH [00:30:16] Ich glaube, dass auf jeden Fall. Weil du hast ja auch mit jeder Person, mit jedem Freundeskreis andere, man ist ja bei jedem Freundeskreis anders, und dann bist du bei denen halt auch so und so drauf, bist da auch lustig drauf und kannst mit denen lachen und so. Aber anders halt als mit dem Freundeskreis. Und dann brauchst du ja irgendwie beides, glaube ich.

P [00:30:38] Ja, man hat schon bestimmte Freundeskreise, die man hauptsächlich für einen Aspekt sozusagen benutzt und dann einen anderen um lustig zu sein, andere irgendwie mehr fürs akademische, tiefgründige Gespräche zu haben.

PH [00:30:51] Genau.

P [00:30:51] Ok dann nochmal zu Skype und zu HausParty speziell. Wie regelmäßig benutzt du denn HouseParty jetzt, um mit diesen Leuten dich zu unterhalten. Was würdest du sagen so?

PH [00:31:04] Alle 2 Tage.

P [00:31:05] Echt? Das ist ja dann doch eigentlich mehr, als du dich mit den treffen würdest, wenn du in dem Ort wärst ne?

PH [00:31:11] Ja, aber die treffe ich dann halt, wenn ich sie treffe, treffe ich sie ja für mehrere Stunden. Und HouseParty mache ich dann vielleicht mal für ne Stunde oder so. Oder eineinhalb, je nachdem wie langweilig mir gerade ist. Und dann mache ich halt auch wieder was anderes.

P [00:31:28] Sag mir nochmal wie oft triffst du dich mit den Leuten im Escape Room?

PH [00:31:34] Kommt drauf an. Ich hab halt, so sagen wir mal, drei, vier Tage die Woche gearbeitet. Da hast du halt nicht immer die gleichen Leute getroffen. Aber wenn wir ein Team von 40 Leuten sind, dann hast du schon unterschiedliche Leute getroffen. Und Nachtschicht war so ein, zweimal die Woche ungefähr so. Ich sag mal, zwei Personen aus diesen 40 Leuten habe ich vielleicht zweimal die Woche mal dann gesehen.

P [00:32:00] Und der Unterschied zwischen Nachtschicht und einfach Arbeiten, der ist schon da auf jeden Fall?

PH [00:32:03] Absolut. Arbeiten ist halt arbeiten. Weil, wenn ich arbeite, dann übernehme ich jetzt nicht die Chefrolle, aber ich bin ja schon lange dabei, und ich weiß ein paar Sachen, die gehen und die nicht gehen. Und dann achte ich auch drauf, dass die Leute nicht zu laut sind und das und das nicht machen und blablabla. Aber bei der Nachtschicht ist mir das dann halt juppe. Sollen die doch ihr Bier umkippen. Das ist nicht mein Ding. Solange es nicht mein Bier ist, ist das ihr Problem so. Aber bei der

Arbeit gucke ich halt, dass da halt nix passiert und bin verantwortungsbewußt und bei der Nachtschicht ist das dann vorbei. Ist mir dann egal.

P [00:32:42] Und du meinstest, dass, ich mein ihr spielt oft Spiele, ihr albert rum während der Nachtschicht. Die Spiele, die ihr spielt, sind die zum Teil auch wirklich nur da verfügbar?

PH [00:32:56] Nee.

P [00:32:58] Nee, weil ich meine verstecken spielen ist ja dann schon eigentlich abhängig von dem Ort könnte man sagen.

PH [00:33:03] Na wir spielen halt Verstecken im Dunkeln manchmal, also in den Räumen halt dann. Oder wir spielen irgendwelche Exit Games, das sind auch so Escape Games aber als Brettspiel quasi. Die spielen wir. Die haben wir halt bei der Arbeit, deshalb können wir die da auch gut spielen. Also wir verkaufen die bei der Arbeit und können uns dann auch nehmen dann da. Oder man bringt halt Karten mit, UNO oder sone Brettspiele halt. Irgendjemand bringt dann mal was mit, und sagt, ey habt ihr Bock, und dann ja, nein und dann spielt man das halt so. Also das könnte man auch zu Hause machen. Aber es bietet sich halt einfach an bei der Arbeit.

P [00:33:39] Aber könnt das ja nicht unbedingt machen jetzt bei HouseParty, aber gleichzeitig doch irgendwie. Weil es gibt ja diese online Spiele. Würdest du sagen, jetzt kommt wieder so eine sehr wissenschaftliche Frage, würdest du sagen, dass diese digitalen Spiele Brettspiele und Spiele sozusagen ersetzen?

PH [00:34:00] Nee. Nicht für mich. Also für die anderen vielleicht, habe ich ein bisschen das Gefühl. Weil die spielen glaube ich ein bisschen lieber als ich. Ich mache das nur, weil die es halt machen. Die Spiele die es da gibt langweilen mich halt, das ist halt ein bisschen... Ich spiele dann lieber mit denen Monopoly oder was als jetzt online Montagsmaler oder was. Es ist halt auch was anderes, als auf dem Handy da was zu zeichnen als in echt. Es ist halt einfach ein Unterschied. Also für mich ersetzt es das nicht.

P [00:34:29] Aber es könnte sein, dass es für andere so wirkt, dass sie wissen Okay, ich bin es gewohnt, mit den Leuten Spiele zu spielen. Jetzt können wir uns nur über HouseParty darüber unterhalten. Lass uns doch trotzdem versuchen, Spiele zu spielen. Wir versuchen, diese alte Situation so weit wie möglich nachzustellen. Ich weiß es nicht.

PH [00:34:49] Ich glaube, bei denen Leuten bei mir ist es einfach viel Langeweile tot kriegen. Weil die halt zum Beispiel alleine wohnen oder mit ihren Eltern noch und sich halt enorm langweilen. Und dann ist es so, wir spielen jetzt hier Cards Against Humanity auf der App. Besser als nichts.

P [00:35:10] Aber diese HouseParty Konversationen haben dann wirklich nicht den gleichen Effekt wie die Treffen da?

PH [00:35:17] Nee.

P [00:35:17] Ok man versucht sich die Langeweile ein bisschen zu vertreiben. Aber man ist ja nicht so lustig drauf wie während den Treffen, man ist...

PH [00:35:27] Nee. Man sitzt ja nicht alleine in seinem Zimmer vom Handy und fängt an irgendeinen Schwachsinn zu laber und lacht sich da einen ab. Du wirst einfach nicht so albern drauf, oder du kommst einfach nicht so rein, wie wenn du jetzt mit denen Gesicht zu Gesicht gegenüber sitzt. Bei dem einen läuft dann auch nebenbei der Fernseher oder irgendwelche anderen Eindrücke von außen kommen halt mir rein. Dann ist das Ganze schon wieder ein bisschen anders.

P [00:35:57] Wann genau, als letzte Frage, oder fast letzte Frage, wann genau entscheidest du dich, zu einer Nachtschicht zu gehen, obwohl du nicht arbeitest? In was für einer Situation befindest du dich? Was für einen Gefühlszustand?

PH [00:36:14] Ich bin nicht müde, weil das ist ja dann immer erst ab 23 Uhr. 23:30. Weil unsere Schicht geht halt bis 23 Uhr. Manche halt ein bisschen länger, wenn wir Pech haben. Mit Zuschließen und so geht die Schicht halt bis 23 Uhr. Und genau, ich gucke dann, bin ich müde, so will ich in einer Stunde schlafen gehen, dann fahre ich halt nicht mehr los. Oder muss ich morgen früh arbeiten, vielleicht, dann fahre ich auch nicht mehr los. Aber sonst eigentlich, ich bin auch schon hingefahren für eine Stunde oder anderthalb, und bin dann nach Hause gefahren. Ich fahre auch nur 15 Minuten mit der U-Bahn hin, also das ist jetzt auch nicht so wild. Eigentlich, ja was für ein Gemütszustand, einfach ganz normal ich habe jetzt noch keinen Bock schlafen zu gehen. Ich will noch etwas machen.

P [00:37:00] Weil es muss ja nicht vorher verabredet sein. Du kannst ja wie du meinst einfach hin.

PH [00:37:05] Genau. Man fragt halt schon vorher, ob noch jemand anderes bleibt. Weil wenn alle Leute, die jetzt schicht hatten, dann gehen und du sitzt alleine im Laden, dann ist auch scheiße. Aber passiert halt eigentlich nicht. Du kannst halt immer eigentlich fragen, ey bleibt noch jemand, und irgendjemand bleibt immer. Und am Ende sitzt du vielleicht nur zu zweit da. Aber passt ja auch, dann hast du halt zu zweit irgendein krasses Gespräch.

P [00:37:30] ok. Letzte Frage dann, was ist denn dann die erste Sache, die du denkst, dass du machen wirst, sobald die ganzen Maßnahmen hier wieder geliftet werden und man wieder raus darf? Erst mal einer Nachtschicht, oder?

PH [00:37:44] Jein. Tatsächlich glaube ich nicht direkt eine Nachtschicht, weil dann ist man ja wieder drin. Ich will halt nicht mehr drin sitzen. Ich will ja jetzt raus in die Sonne. Also ich glaube, ich würde dann mit den Leuten vielleicht an See oder im Park, je nachdem wie warm es ist. Aber vielleicht im Park, einfach in die Sonne. Aber mit den Leuten schon. Und dann abends, wenn es kalt ist, dann kann man eine Nachtschicht machen. Aber ich meine man sitzt jetzt die ganze Zeit drin. Ich will jetzt dann schon die Sonne genießen und das warme Wetter.

P [00:38:13] Hattet ihr das im Sommer aber jemals, dass ihr dann gesagt habt, okay, die Leute von der Nachtschicht, ihr seid alle rausgegangen. Ist ja eigentlich spät abends dann immer.

PH [00:38:23] Nee genau. Wir waren tatsächlich, letzten Sommer haben wir sehr, sehr häufig Nachtschichten gemacht, also drei, viermal die Woche sogar und dann bis fünf oder sechs Uhr morgens. Also wir hatten auch ein paar Leute, die hatten am nächsten Tag Frühschicht und haben einfach im Laden geschlafen. Aber wir sind halt dann nicht zusammen rausgegangen nachts. Wir sind dann, weils auch teilweise kalt war und du wusstest nicht wohin. Weil es auch teilweise unter der Woche war. Weil wir ja alle Studenten sind und nichts zu tun haben, haben wir dann halt die ganze Nacht im Laden gechillt. Aber zusammen rausgehen haben wir auch mal gemacht, sodass man auf



dem Tempelhofer Feld gegrillt hat mit der ganzen, also auch mit den Chefs und so. Das haben wir auch gemacht, aber nicht so häufig, wie jetzt Nachtschichten halt, weil es auch viel schwerer ist zu organisieren. Mit 40 Leuten zu sagen, ey wir grillen jetzt alle auf dem Tempelhofer Feld, ist enorm viel Arbeit.

P [00:39:25] Die leichte Sache bei der Nachtschicht ist auch, du kannst einfach hingehen, ohne was vorher planen zu müssen.

PH [00:39:28] Genau. Du sagst, wir sind jetzt hier, kommt vorbei oder nicht. Alle haben Schlüssel, jeder kann abschließen oder aufschließen, wenn er will. Und du musst halt auch nicht aufs Wetter achten. Beim Grillen ist halt auch so, es regnet, was machen wir jetzt.

P [00:39:41] Nachtschicht.

PH [00:39:49] So war das tatsächlich letzten Sommer, da waren wir auf dem T-Feld halt und es hat dann angefangen zu regnen, und wir wussten nicht wohin und wollten dann in den Laden gehen. Aber es waren noch Gäste da, weil es war es erst 20 Uhr oder 21 Uhr. Da sind wir kurz zu einer Freunden oder zu Kollegen nach Hause für eine halbe Stunde und sind dann alle in den Laden gefahren.

P [00:40:03] Warum seid ihr in den Laden dann und nicht da geblieben?

PH [00:40:08] Ja, na ja, weil es einfach bei der Kollegin zu Hause erstens nicht so viel Platz war und auch nicht so viele Sitzmöglichkeiten gab. Plus ihr Mitbewohner war krank, das kam noch dazu. Und es war halt nicht für alle, so gut zu erreichen oder so gut von da wegzukommen. Und außerdem, wenn du bei wem Anders zu Hause bist, der muss dann, wenn er jetzt schlafen gehen will, dann muss er euch entweder rausschmeißen oder er muss halt wach bleiben, bis alle gehen. Aber beim Laden, das ist halt so, jeder geht, wann er will.

P [00:40:42] Das ist eine Key Charakteristik von denen Third Places über die ich schreibe. Sehr gut erkannt. Das ist ein guter Schlusspunkt. Du hast jetzt relativ gut verstanden, worüber ich schreibe, denke ich. Gibt's noch irgendwas, was du erwähnen würdest, zur Nachtschicht oder ähnliches zu den Freundschaften, den Gefühlen, was auch immer, was du noch nicht erwähnt hast?

PH [00:41:04] Ich habe noch nie so viel über die Nachtschicht geredet.

P [00:41:10] Ich finde das ganz cool, weil einerseits kann man über einen Ort reden, der einem sehr nah am Herzen liegt. Deswegen macht es Spaß, denke ich, aber gleichzeitig, ich hoffe, dass ich nicht so irgendwie eure Gefühle da raus presse und irgendwie die Magie sozusagen aus dem Ort nehme.

PH [00:41:27] Nee. Also ich habe mir wie gesagt noch nie so viele Gedanken, über den Ort oder die Leute da gemacht. Da ist jetzt nichts, keine Magie genommen oder so. Ich glaube eher, dass ich das jetzt noch mehr wertschätzt vielleicht.

P [00:41:43] Ja genau, durch Corona, deswegen so kam ich auch auf die Idee des Themas, weil ich denke, dass diese Freundschaften, die halt oft an diese Orte gebunden sind, dass die wichtiger sind, als man denkt oft. Und was macht es mit dir, wenn du nicht mehr in den Ort kannst jetzt? Fühlt man sich wirklich dann einsamer? Oder ist man deprimiert als Resultat davon?

PH [00:42:05] Das kommt ja auch durch deine Fragen, dass man den dadurch mehr wertschätzt, weil man sich noch mehr Gedanken drüber gemacht hat. Und sich dann überlegt, ach stimmt, eigentlich mache ich schon viel da.

P [00:42:13] Aber das ist ja gut eigentlich. Ok super, dann war das das Interview jetzt und ich beende die Aufnahme.