

Liebe in Zeiten von Corona - Ein ein Plädoyer für den Imagewandel des Valentinstags

Wertschätzung und Solidarität sind zwei Begriffe, die uns seit Monaten begleiten. In einer Zeit, in der viele essentielle Möglichkeiten für ein soziales Miteinander auf Eis liegen, wiegt jedes freundliche Wort und jedes Lächeln - ob nun per Video-Chat oder von Angesicht zu Angesicht - wie ein Güterzug voller Wärme und Zuversicht.

Liebe und freundschaftliche Gesten sollten als essentieller und omnipräsenter Teil unseres Lebens in unserer derzeitigen Situation noch mehr im Zentrum unserer Aufmerksamkeit stehen als ohnehin. Das gilt für die Liebe zwischen zwei Partner*innen, Familienangehörigen und natürlich guten Freund*innen. Ein vielseitig umstrittener Feiertag wie der [Valentinstag](#) rückt vor diesem Hintergrund in ein völlig neues Licht. Verschrien als oberflächliches, glitzerndes Sinnbild der Verschwendung und des Kaufrausches, kann der 14. Februar in Zeiten sozialer Isolation zur Inspirationsquelle eines metaphysischen Miteinanders avancieren. Die große Chance eines vielleicht längst überfälligen Imagewandels.

Impulse setzen gegen den Lagerkoller

Arbeiten von Zuhause, der fehlende Besuch von Familie und Freund*innen und der komplette Stillstand nahezu jeglicher Freizeitaktivitäten stellt selbst die gesündeste Beziehung vor die ein oder andere Herausforderung. Vermeintlich kleine Probleme des alltäglichen Miteinanders bäumen sich aufgrund fehlender Ventile zu mittelschweren Belastungsproben auf. Eine ausgeglichene, gesunde Kommunikation ist der Dreh- und Angelpunkt jeglicher



zwischenmenschlicher Probleme. Wenn diese auf verbaler Ebene an ihre Grenzen stößt, ist es womöglich eine sinnvolle Herangehensweise, Logik und Strukturen zumindest temporär ad acta zu legen und durch kleine Gesten seine Emotionen sprechen zu lassen. Ein selbst gezaubertes Essen hier, ein kleines Mitbringsel da. Im vollgepackten Alltag scheint die Energie für solche Zeichen schnell verloren zu gehen. Ein äußerer Anstoß in Form eines Aktionstages kann uns in solchen Fällen wieder auf den richtigen Weg bringen und uns ins Gedächtnis rufen, welche Größe in vermeintlich kleinen Gesten steckt.

Die Bewusstmachung der Wertschätzung

Der Lockdown bedeutet natürlich nicht zwangsläufig Mord und Totschlag für jede Beziehung. Viele bestärkt er auch in ihrem harmonischen Miteinander: Neue Facetten der Persönlichkeit treten zutage und lassen die gemeinsame Liebe nur noch mehr reifen und wachsen. Solche Entwicklungen und Erfolge als besonders herauszustellen und unter Umständen auch zu „belohnen“, kann für Beziehungen genauso wichtig sein wie eine gesunde Kommunikation. Statt Restaurantbesuch und Kinofilm wird das eigene Zuhause mit einem gemeinsamen Essen, einem kreativen Erlebnis oder kleinen [Überraschungen](#) ganz einfach zum leuchtenden Liebes-Idyll. Wenn nicht sowieso schon regelmäßig, sollten sich Paare zumindest anlässlich des Valentinstags ein besonderes Geschenk machen: einen eigenen Tag nur für sich, an dem sie sich die Aufmerksamkeit und Wertschätzung entgegenbringen, die im Alltag nur allzu oft verloren geht.

Eine Botschaft aus der Ferne

Mutter und Tochter, Onkel und Nefte, gute Freund*innen, Kolleg*innen oder Kommiliton*innen: Liebe gibt uns nicht nur in einer Partnerschaft Freude und Kraft, sondern eben auch in allen anderen zwischenmenschlichen Beziehungen. Hier ist es ebenso wichtig, miteinander zu kommunizieren, aufeinander einzugehen und sich gerade in diesen herausfordernden Zeiten die gegenseitige Wertschätzung bewusst zu machen - auch wenn beziehungsweise gerade weil uns der unmittelbare Kontakt verwehrt bleibt. Eine mit liebevollen Worten gefüllte Nachricht oder gar ein handgeschriebener Brief, ein persönliches [Paket](#) per Post: Der Valentinstag kann als Anstoß fungieren, außerhalb der gewohnten Tagesabläufe wertvolle Gedanken und Gefühle auszudrücken oder Zuversicht und Mut in die Ferne zu entsenden. „Ich denke an dich“, „Du machst das toll“, „Du packst das“: Mit simplen Botschaften und Gesten können wir auch jenen Freund*innen und Verwandten Unterstützung geben, die sich mit kleinen und großen Problemen herumschlagen oder denen im Alltag die Decke auf den Kopf zu fallen droht. Ein nicht in Worten oder Zahlen zu bemessenes Glück beim Lesen einer persönlichen Nachricht oder beim Auspacken einer unerwarteten Überraschung wirkt da für sich schon wie Balsam für Körper und Seele. Da spielt es auch keine Rolle mehr, ob ein vermeintlich kitschiger Aktionstag der Auslöser war.

Über TrendRaider:

[TrendRaider](#) ist ein ambitioniertes Start-up aus Berlin, welches seine treuen Kund*innen jeden Monat mit neuen, trendigen und nachhaltigen Überraschungen zu einem bewussteren Lebensstil inspiriert. Grün denken und Freude schenken: Die innovativen Lifestyle-Produkte der verschiedenen Trend-, Geschenk- und ThemenBoxen stoßen nicht nur ein Umdenken des eigenen Lebensstils an, sondern zaubern den Empfänger*innen auch ein Lächeln ins Gesicht. Darüber hinaus sieht sich TrendRaider als Erlebniswelt für einen nachhaltigen Austausch zu den Themen Umwelt, Gesundheit und Lifestyle.