

## **Kurzinterview ‘Selbständigerwerbende im Lockdown’**

Mit Sebastian Wild von powershape, EMS Personal Training Center

Matthias Rüschi, Uster, 16. Februar 2021

**«Als Mensch den Mut bewahren, nicht aufgeben.»**

*Sebastian, wie geht es dir in diesen Tagen?*

Oh, eine schwierige Frage: Hauptsächlich geht es mir gut. Manchmal aber auch nicht, da doch immer wieder existentielle Fragen auftauchen, auch Angst: Wie komme ich bis Ende Monat finanziell über die Runde? Ich bin sehr unter Druck und zurzeit definitiv ausserhalb meiner Komfortzone.

*Wie blickst du in die (nahe) Zukunft?*

(Lacht.) Ich versuche, mich doch noch positiv einzustellen. Irgendwann wird auch diese Krise einmal enden, werden die Geschäfte wieder offen sein. Ich kann nur kurzfristig denken, von Tag zu Tag. Eine Zukunft zu planen ist unmöglich. Die Ungewissheit ist zu gross. Ungewissheit ist das bestimmende Gefühl.

*Was machst du aus der gegenwärtigen Situation?*

Ich habe nicht auf staatliche Hilfe gewartet, sondern bin aktiv geblieben. In einer Klinik, die mir schon früher ein paar Kunden vermittelt hatte, habe ich um Zusammenarbeit angefragt. Es hat geklappt. So habe ich zurzeit 20 Kunden pro Woche. Immerhin! Normalerweise hatte ich 70. Ich schaue, dass ich die Wohnungsmiete bezahlen kann, das Essen, die Krankenkasse. Für die Geschäftsmiete reicht es aber definitiv nicht mehr.

*Kannst du der Coronakrise auch etwas Positives abgewinnen?*

Doch, ein bisschen. Als Mensch den Mut bewahren, nicht aufgeben. Das ist ja auch meine Rolle als Trainer: auch aus dem schlechten Moment etwas machen, nicht aufgeben. Solange ich immer in der Komfortzone verweile, konzentriere ich mich auf Unnötiges, Blödes. Nun geht es darum, die Zuversicht zu bewahren, dass wir weiterkommen, dass ich den nötigen Power bekomme.

*Was macht die Erfahrung des letzten Jahres mit dir?*

Ich habe den Wohlstand, den wir in der Schweiz haben, schätzen gelernt. Aber sich immer nur in der Komfortzone aufzuhalten, das ist nicht gut. Jetzt sind wir hingefallen, und ich habe kämpfen gelernt. Die Situation im Geschäft ist heikel, darum bin ich auch privat angespannt. Ja, man lernt etwas mehr.

*Was erwartest du / wünschst du dir von der Gesellschaft / der Kirche / der Politik?*

Als Gesellschaft waren wir auf die Krise im Kopf, also psychisch nicht gut vorbereitet. Es braucht auch die mentale Vorbereitung! Der Staat dürfte auch in diese Sache investieren, in Schule und Bildung, eben, die mentale Stärkung.

Der Staat hat unklar reagiert: zuerst hiess es, Masken seien unnötig, dann nun aber doch Maskenpflicht. Auch mit dem Impfen geht es nur schleppend voran. Meine Familie in Chile, die sind alle schon geimpft. In Chile sind sie schon viel weiter mit Impfen.

*An was oder wo findest du zur Zeit Freude?*

(Spontan) Wenn die Sonne scheint!

Es sind die kleinen Momente, die einfachen Sachen des Lebens. Z.B. am Morgen aufwachen und merken: ich bin gesund. Mit der Familie zusammen essen, ja, die Harmonie in der Familie.

Vielen herzlichen Dank, Sebastian Wild! Ich hoffe sehr, du kannst bald dein Sportstudio wieder öffnen.

Anmerkung der Redaktion: Das powershape EMS Personal Training Center im Zentrum von Uster ist während dem Lockdown geschlossen. Sebastian Wild hat über Nacht Arbeit und Einkommen verloren.