

Meine Erfahrungen in der Corona-Krise

Die Corona-Pandemie stellt unser aller Alltag auf den Kopf. Die aktuellen Regelungen schneiden so sehr in die Freiheit jedes Einzelnen ein, wie noch nie zuvor seit dem Zweiten Weltkrieg.

So belasten die Schulschließungen den Alltag einiger Familien. Für viele Eltern, die praktisch von einem Tag auf den anderen plötzlich Homeoffice und Kinderbetreuung miteinander vereinbaren müssen ist es eine große Herausforderung. Meine Eltern haben das Glück, dass ich alt genug bin, um auf meine jüngere Schwester aufzupassen. Trotzdem hocken wir eng aufeinander, was natürlich manchmal zu kleinen Streitigkeiten führt. Die Schließung unzähliger Geschäfte und die Vorgabe, hauptsächlich zu Hause zu bleiben, zwingt uns auf die Wohnung bezogene Nähe und bringt viel gemeinsame Zeit. Diese Zeit nutze ich positiv, um Spiele mit meiner Familie zu spielen, zu puzzeln, kochen oder backen.

Um weiterhin etwas zu lernen werden uns täglich Aufgaben unserer Lehrer per E-Mail geschickt, die wir bearbeiten müssen. Bei Fragen kann die entsprechende Lehrkraft auch erreicht werden. Dieses alleine zu Hause Lernen, ohne Lehrer und Mitschüler fordert viel Selbstverantwortung und Selbstständigkeit.

Für viele Schüler ist dieser neue Alltag wahnsinnig langweilig. Mir hilft es daher meinen Tag zu strukturieren und mir Ziele zu setzen und bestimmte Routineabläufe für Arbeit, Schlaf und Mahlzeiten einzuhalten, um den verlorenen Alltag wieder aufleben zu lassen. Den Tag mit Aktivitäten und Gewohnheiten, wie spazieren gehen oder Ausprobieren neuer Rezepte zu gestalten, bringt Spaß und Abwechslung. Ich gehe zum Beispiel täglich mit meinem Hund laufen.

Dabei ist mir in den letzten Tagen aufgefallen, wie blau der Himmel ist. Ich habe das Gefühl, die Erde atmet auf und kann sich durch die Einschränkung des Flugverkehrs und allgemein der Wirtschaft, wodurch Müll reduziert wird, ein wenig regenerieren.

Die gewonnene Zeit nutze ich außerdem positiv für Dinge, die ich schon immer mal machen wollte, die aber im normalen Alltag aus Zeitgründen kaum möglich waren. So kann man zu Beispiel ein Instrument lernen, ein Buch lesen, Kleidung aussortieren oder Tagebuch schreiben. Die Medien überschlagen sich ständig mit neuen Hochrechnungen wie schlimm die Neuinfektion und Todeszahlen möglicherweise werden könnten. Diese Nachrichten beanspruchen auch unsere Psyche massiv. Die Sorge, dass sich ein Familienangehöriger oder Freunde infizieren könnten, macht viele Menschen fertig. Mir persönlich hilft es deshalb enorm meine eigenen Gedanken und Gefühle jeden Abend in einem Tagebuch aufzuschreiben und zu ordnen.

Auch wenn Begegnungen mit geliebten Personen von Angesicht zu Angesicht zurzeit sehr eingeschränkt sind, gibt es heutzutage viele Möglichkeiten trotzdem miteinander in Kontakt zu bleiben, egal ob einfach über das Telefon oder über Apps mit denen sogar Videoanrufe möglich sind, um das Gefühl von Nähe zu verstärken. Es hilft sich mit Freunden und Familienangehörigen auszutauschen. Insbesondere für ältere Menschen ist es wichtig, sich in dieser Situation nicht alleingelassen zu fühlen. Deshalb telefoniere ich täglich mit meiner

Oma, Tante oder meinen Freunden, um ihnen die Botschaft „du bist nicht allein!“ zu vermitteln.

Viele Menschen fühlen sich gerade in ihren Häusern und Wohnungen eingesperrt, so geht es auch mir teilweise. Jedoch habe ich seit langem wieder ein Gemeinschaftsgefühl in unserer Gesellschaft erlebt. Menschen helfen einander, indem sie Einkäufe und Besorgungen älterer oder vorerkrankter Nachbarn und Angehörigen erledigen. So kaufen auch die Kinder meiner Oma die nötigen Dinge für sie ein. Manchmal erhält man sogar Nachrichten von Personen, mit denen man jahrelang wenig Kontakt hatte und die jetzt fragen : „Hey, wie geht es dir? Brauchst du etwas?“ Auch in dem Ort in dem ich wohne, machen Leute zu bestimmten Zeiten Musik und spielen Instrumente, als Zeichen der Solidarität.

Urlaub, Freunde treffen, Hobbies, Geburtstage und Ostern mit der ganzen Familie – das alles zu verpassen ist frustrierend und unglaublich traurig für mich. Eigentlich würde ich in ein paar Tagen zum Beginn der Osterferien im Flieger sitzen, um Urlaub bei meinen Verwandten in der Türkei zu machen. Es war eine große Enttäuschung für meine Familie zu hören, dass der diesjährige Urlaub abgesagt wurde. Dennoch haben wir durchaus verstanden, dass es zur derzeitigen Situation keineswegs möglich ist diese Reise anzutreten und es zur Sicherheit unserer selbst und anderer Menschen dient.

Ich glaube ich spreche für alle, wenn ich sage, dass uns die derzeitige Situation und die damit verbundenen Sorgen und Ungewissheiten in irgendeiner Weise belasten. Jedoch darf man nicht vergessen, dass man nicht alleine ist, da die jetzige Situation eine Herausforderung für die gesamte Gesellschaft aufweist. Allerdings ist es wichtig das Positive und die Hoffnung nicht zu verlieren. Hierbei gibt mir das Vertrauen in meinen Glauben Kraft und Mut. Es ist wirklich schön und berührend zu sehen, wie die Menschen in dieser schwierigen Zeit zusammenhalten. Gerade jetzt merke ich wertzuschätzen, was ich habe, was wirklich wichtig im Leben ist und deshalb dankbar für meine eigene Gesundheit und die meiner Familie zu sein.

Von Luisa Eberliköse, 15 Jahre, Albstadt

