

# Mamablog: 10 Tage Corona-Strudel

## Plötzlich Gewissheit: Papa ist positiv

**Vom grossen Schock bis zum ermüdenden Rösslispiel: Unsere Autorin berichtet von der Covid-19-Erkrankung ihrer Familie.**

Nadine Fessler-Besio

Publiziert heute um 05:45 Uhr



Tag 1: Ein positives Testergebnis in der Familie bringt das Alltagsleben erst mal zum Erliegen.

Foto: Christian Beutler (Keystone)

### **Tag 1: Infiziert und fassungslos**

Es begann bei meinem Mann als ungläubiges Fragezeichen und wird nun zur Gewissheit: «Ihr Testergebnis ist positiv». Mein Gehirn fühlt sich an wie in der Waschmaschine. Wir informieren sofort persönlich unsere Kontakte der Woche und begreifen es doch noch nicht. Die Reaktionen von Familie, Freunden, Nachbarn, Arbeitsumfeld und Schule sind verständnisvoll und empathisch. Die Alltagsorganisation stürzt subito ins Chaos.

## **Tag 2: Auf den Schultern die Last der Welt**

Meine zwölfjährige Tochter zieht sich wütend aufs Zimmer zurück, ihr graut vor der verordneten Familienzeit – die Jungs streiten. Die Kinder stecken in der Stormingphase und machen ihr alle Ehre: Kämpfe, Konfrontationen und Spannungen lassen Gefühle hochkochen. Mein «Ruhe!» fällt zusammen mit dem «Bling» der Mail, die auch *mein* positives Testergebnis verkündet. Ich ergänze die Liste mit meinen Begegnungen der Woche und das schlechte Gewissen zerfleischt mich: Haben wir etwas falsch gemacht? Das Virus ist komplex, wieso streute es bei uns?

Woher nehme ich die Energie für Rituale, damit die Tage nicht zerfleddern?

Wie weit dehnt sich die Menschenkette potentieller Ansteckungen nun aus? Haben wir 48 Stunden vor den ersten Symptomen bis zum Start unserer Selbstquarantäne die Regeln des BAG eingehalten? Statt um unseren Mikrokosmos zu Hause kümmere ich mich sorgenvoll um das Wohlbefinden der Welt. Es lastet schwer auf meinen Schultern. Gleichzeitig fehlen die Ressourcen in unseren vier Wänden. Wie soll die Isolationsanordnung beider Eltern funktionieren, mit drei Kindern vor unseren verschlossenen Türen? Kein Paragraph verrät uns dies.

## **Tag 3: Den Überblick verloren**

Ich ordne meine Gedanken, die sich in Richtung Gliederschmerzen, Scham- und Schuldgefühl zerstäuben. Den Kindern jetzt Struktur zu geben, ist ein Kraftakt, der mir nebst dem Jonglieren privater und beruflicher Herausforderungen nicht gelingt. Mein Mann wiegt in fiebrigem Schlaf und mich quälen neue Fragen: Woher nehme ich die Energie für Rituale, damit die Tage nicht zerfleddern? Ist Mittagszeit? Wie geht es meiner Tochter emotional? Wer kocht? Warum räumt niemand hier auf? Gehe ich schlafen oder dringende geschäftliche Mails checken? Habe ich bei P. schon nachgefragt, wie es heute geht? Und wo lese ich nach, ob wir noch zum Briefkasten dürfen? Der wievielte Tag der Isolation ist heute wirklich, wenn der Tag mit Symptomen Tag 0 ist?

## **Tag 4 und 5: Kraftspritze aus Solidarität und Unterstützung**

Freunde und Nachbarn bieten Hilfe an. Ein schöner Blumenstrauss, Fresspäckli, wärmende «Lagerpost» mit ermutigenden Worten. Freunde der Kinder bringen Comics, engagierte Lehrpersonen halten Kontakt zu den Kindern und schnüren erneut Fernschulungspakete: Ich bin sehr dankbar. Diese Verbindungen geben uns «Aussätzigen» Zuversicht. Die Lockdownroutine pendelt sich ein.



Danke, liebe Freunde und Nachbarn: Ermutigende Botschaften und kleine Geschenke erleichtern den Familien-Lockdown.  
Foto: Nadine Fessler-Besio

## **Tag 6: Corona bäumt sich nochmals auf**

Corona zeigt Wellengang, ich habe Atemprobleme. Oder schnürt mir die Situation die Kehle zu? Dialoge zu Covid unter Freunden werden auf dünnem Eis geführt und das Gleichgewicht in Gesprächen kippt rasch. Gegen Mittag geht es mir besser und mein Humor erwacht partiell. Ich spüre, wie wichtig dieser für die Kinder ist: Wir lachen über eine Grimasse und scherzen über eine Aufgabe. Was für ein Glück: Die Sonne scheint, unser Trampolin lockt und die bunten Blätter im Garten ebenfalls. Wir sind privilegiert, ja, das sind wir!

## **Tag 7: Lessons learned**

Welche Anregungen für Familien in Isolation erwachsen aus meinen Tagen? – – – –  
«Glimmermomente» festhalten: Was war schön heute, trotz allem? – *Den Kontakt mit der Aussenwelt pflegen*: Sie versorgt den verseuchten Familienstollen mit Halt und positiver Energie. – *Die Erfahrungen der Isolation in einen anderen Rahmen setzen*: Unsere Familie ist auch in der Not ein Team. Wir sind am Limit, bleiben aber im Dialog. Und: Wir können endlich jassen!

## **Tag 8, 9 oder 10?**

Tag 8 ist Tag 10. Und doch erst Tag 9: Das Covid-Rösslspiel dreht weiter, weil die Tochter nun auch positiv ist und sich die Quarantäne verlängert. Erneut Abklärungen und Rückfragen an Behörden und Instanzen. Wir hoffen, dass nach dem Chaos die Neuordnung kommt. Denn es wird allmählich Zeit, dem Schatten der Isolation das Genick zu brechen. Demütig. Innehaltend. Dankbar.