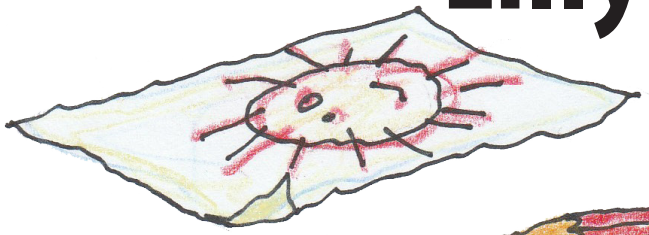
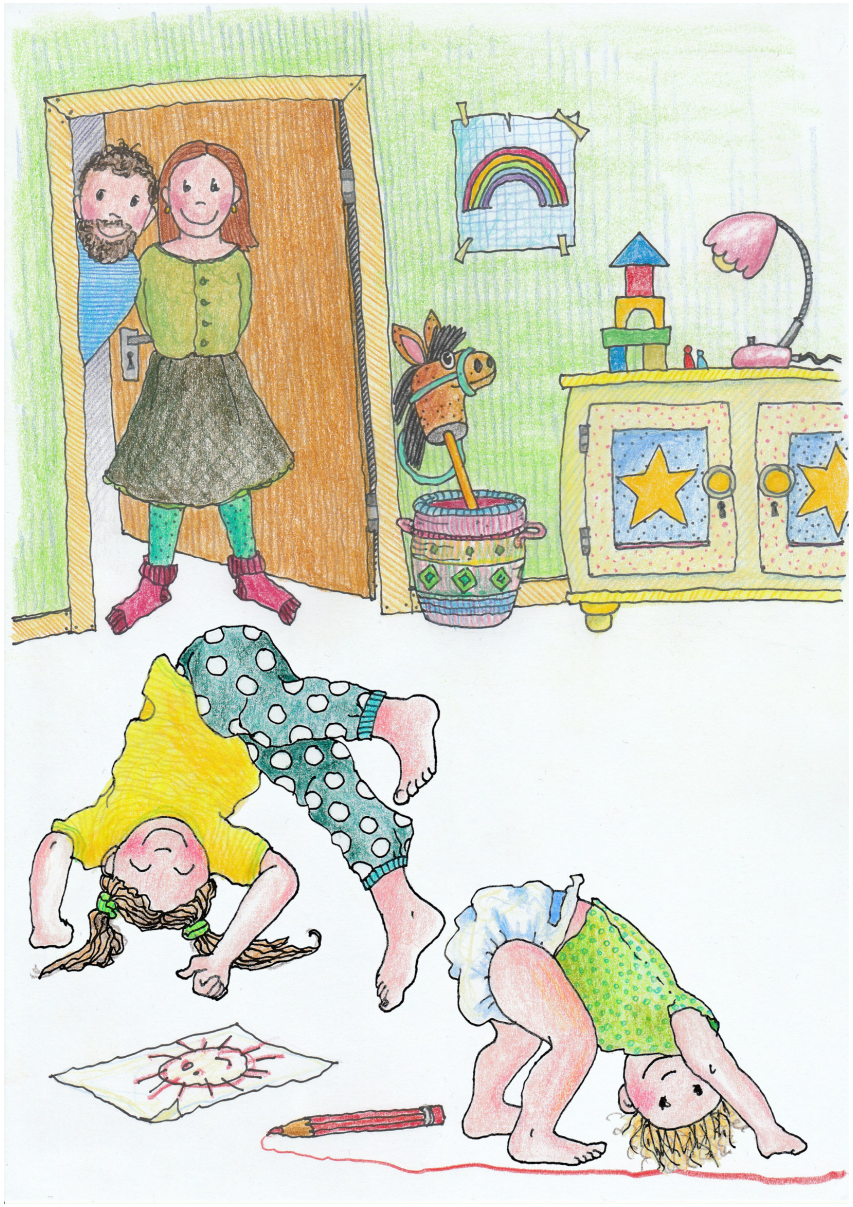
Lilly und der komische Virus

Eine Geschichte für Kinder über Corona



Text: Jana Röhler-Schultz & Illustration: Noa Reuß



Das ist Lilly. Lilly ist schon 6 Jahre alt und wohnt mit ihrer Mama, ihrem Papa und ihrem kleinen Bruder Max in einer schnuckeligen, kleinen Wohnung. Lilly teilt sich ein Zimmer mit Max. Weil sie die große Schwester ist, kann Lilly ihrem Bruder schon Vieles beibringen. Letzte Woche haben die beiden Purzelbäume geübt, bis die Haare ganz verstrubbelt waren.
Normalerweise besucht Lilly mit ihrem Bruder einen Kindergarten, die Tigergruppe, und Mama und Papa gehen in die Arbeit. Nächstes Jahr kommt Lilly in die Schule. Da ist sie mächtig stolz darauf!

Doch gerade ist alles anders als normal…

Lilly und ihr Bruder dürfen gerade nicht in den Kindergarten gehen. „He, wieso das denn nicht? Waren die beiden etwa zu frech? Oder geht es mit Mama und Papa etwa in die Ferien?“ könnte man sich fragen. Keines von beidem stimmt. Alle Kinder dürfen gerade nicht in den Kindergarten, weil es einen gemeinen Virus gibt und keiner soll sich mit diesem anstecken.
Als Mama versuchte, das Lilly zu erklären, war Lilly erst einmal ganz überrascht und auch ein bisschen ängstlich. Sie weiß, dass man nicht in den Kindergarten geht, wenn man einen Schnupfen hat oder ganz dolle Bauchschmerzen. Aber dass alle Kinder auf ein Mal zu Hause bleiben müssen, das ist schon richtig komisch!

Mama erklärte mit einer ruhigen Stimme: „Sieh meine Kleine, dieser Virus ist ein kleiner, unsichtbarer Krankmacher, der auch einen Namen hat:

Er heißt Corona.

Er ist ganz neu und die Ärzte und andere schlaue Leute müssen ihn erst noch ein bisschen besser kennenlernen und verstehen. Was die Ärzte schon wissen, ist, dass er ganz schön schnell ist und liebend gerne von einem Menschen zum anderen hüpft. Bei den Menschen angekommen, macht er manchmal Fieber und manchmal Husten. Manche Menschen haben aber auch Glück und es geht wieder schnell vorbei.“

„Aber was ist, wenn ich den Virus kriege, Mama?“,

unterbrach Lilly ängstlich ihre Mutter. Sie spürte schon einen dicken Kloß in ihrem Hals. So fühlte sich das immer an, wenn Lilly richtig zum Weinen zumute war. Lillys Mama merkte gleich die Sorgen ihrer Tochter, nahm sie fest in den Arm und beruhigte sie: „Den meisten gesunden Menschen, so wie dir, macht der Virus nicht viel aus. Denn dein Körper hat genug Kraft, den Virus zu bekämpfen. Das ist übrigens bei den meisten Menschen und vor allem Kindern so. Du musst dir also gar keine Sorgen um dich und deinen Bruder oder um Papa und mich zu machen.“ Da fiel Lilly ein riesengroßer Stein vom Herzen und sie fühlte sich gleich viel ruhiger. Nach einer Weile im Arm ihrer Mama fragte sie sich dann:

„Aber warum darf ich dann nicht einfach wieder in den Kindergarten, wenn dieses Ding gar nicht so schlimm ist?“

Da erklärte ihre Mutter weiter: „Es ist so, dass dieser Virus für gesunde Menschen ungefährlich ist. Es gibt aber ein paar Menschen, die sehr alt sind oder aber schon eine Krankheit haben. Für die ist es gar nicht so gut, noch einen Virus zu bekommen, weil der Körper nicht mehr so kräftig ist. Manchmal müssen diese Menschen dann sogar ins Krankenhaus. Damit sich der Virus nicht weiter breit macht und die Menschen nicht ins Krankenhaus müssen, sollen wir alle für eine Weile zu Hause bleiben. Wenn wir doch einmal hinaus gehen, dann müssen wir mehr Abstand zu anderen halten, denn der Virus kann nicht so weit hüpfen.“

„Ach so!“, stieß Lilly lauthals aus, „Das heißt, wir stoppen das Rumgehüpfe von dem Dingsda und dann müssen sich nicht so viele Menschen anstecken?“

„Ganz genau!“, bestätigte Lillys Mama. Plötzlich fühlte sich Lilly viel besser und spürte Kraft in ihrer Brust, fast so wie eine Superheldin, die alles tun wollte, um den Virus zu stoppen.

Denn sie merkte nun, dass sie helfen konnte, wenn sie zu Hause blieb. Wie eine Superheldin eben.

Wenn du dich auch mal ängstlich fühlst, sei es wegen einem Virus oder einem anderen Ding, dann stelle dich einmal so vor den Spiegel, als wenn du ein Superheld oder eine Superheldin wärst. Du kannst dabei an deinen Lieblingshelden denken oder dir einfach etwas ganz Neues einfallen lassen.
Überlege dir welche Superkräfte deine Figur haben könnte? Vielleicht kann sie fliegen? Oder den Bösewicht einfach versteinern lassen? Stelle dir vor, dass du diese Superkräfte auch hast und lasse den Kampf beginnen!

Lilly verstand die ganze Aufregung nun also viel besser und freute sich, mit ihrem Bruder weiter Purzelbäume üben zu können. Dabei konnte ihnen kein Virus der Welt etwas anhaben.

Die Tage vergingen und trotzdem war es einfach irgendwie komisch. Es war alles anders. Mama und Papa durften auch nicht mehr in ihre Arbeit fahren. Mama baute sich ihren Computer in der Küche auf und Papa hatte seinen im Bürozimmer stehen.

Überall Papier und Kabelsalat!

Die beiden sollten nun also von zu Hause aus arbeiten. Manchmal mussten die Kinder dann ganz still bleiben, zum Beispiel wenn Mama oder Papa telefonieren mussten. Lilly konnte gut still spielen. Sie konnte sich in eine kleine Raubkatze verwandeln, so dass man nicht einmal ihre Tatzen auf dem Boden hören konnte. Wenn Lilly keine Lust mehr auf Raubkatze hatte, dann malte sie gerne oder bastelte schöne Blumen aus Papier für das Fensterbrett.
Manchmal ging ihr das Still-Sein aber auch gehörig auf den Senkel. „Pfff…", dachte sich Lilly beleidigt, „Was ihr könnt, kann ich schon lange!" und machte sich auf an ihre Bastelkiste. Sie suchte sich Pappe, malte, … schnitt und klebte … und siehe da: Lilly hatte sich ihren eigenen Computer und sogar ein Telefon gebastelt. Von nun an wollte sie gefälligst nicht gestört werden und tippte fleißig auf ihrer Tastatur herum.
Aber wen konnte sie nur mit ihrem Telefon anrufen? Vielleicht ihre Freunde aus dem Kindergarten? Tony und Elif? Au ja, das war eine gute Idee!

In der nächsten Woche wurde es richtig schön draußen, und die Sonne schien hell in Lillys Zimmer. Sie hatte größte Lust, auf den Spielplatz zu gehen. „Papa, können wir auf den Spielplatz?“, fragte Lilly beim Mittagessen. „Leider können wir nicht auf den Spielplatz. Der ist gerade auch geschlossen, denn du weißt ja: wir wollen doch weiter gegen den Virus kämpfen. Das schaffen wir, indem sich nicht so viele Menschen treffen“, antwortete Papa.
Lilly war genervt und hatte es satt. Sie fegte ihre Gabel vom Tisch, sprang auf und lief in ihr Zimmer. Das war so gemein. Nun durfte Lilly nicht in den Kindergarten und der Spielplatz war auch noch zu, dachte sich Lilly mit dem Kopf tief in ihr Kissen vergraben. Schon kam Lillys Papa hinterher und versuchte Lilly zu trösten. Er war gar nicht sauer auf Lilly, sondern sagte verständnisvoll: „Lilly, ich verstehe, dass du verärgert bist. Das ist auch wirklich gemein. Was hältst du davon, wenn Max, du und ich uns nach dem Essen einen Ball schnappen und vor dem Garagentor ein bisschen Fußball spielen?“ Lilly blickte langsam aus ihrem Kissen hervor und da tat sich plötzlich ein Strahlen auf. „Au ja!“, rief sie und sprintete gleich zur Bällekiste, um sich einen passenden auszusuchen. „Aber nur mit genug Abstand!“, fügte Lilly schmunzelnd hinzu. Das war schon schön, mit Papa einfach so nach dem Mittagessen Ball spielen zu gehen. Das konnte sie sonst nicht, wenn Papa in der Arbeit war.

Ein bisschen was Gutes hatte das zu-Hause-Sein also doch.

Am späten Nachmittag kam Lilly ganz erschöpft nach Hause. Sie waren viel gelaufen und Lilly hatte sogar fünf Tore gegen ihren Papa geschossen.

Als sie gerade ihrer Mama davon erzählen wollte, hörte Lilly, wie ihre Mama mit Oma und Opa telefonierte. „Ach du Schreck! Hatte Mama nicht gesagt, dass dieser Virus nicht gut für alte und kranke Menschen ist? Oma und Opa waren doch urururalt!“, sorgte sich Lilly ganz plötzlich und merke sogar wie ihr Herz schneller anfing, zu schlagen.
Lilly liebte ihre Großeltern sehr und besuchte sie gerne am Wochenende. Da gab es immer reichlich Zitronenkuchen, und Opa führte Lilly in den nahegelegenen Wald, wo die beiden Vögel und Eichhörnchen beobachten konnten. Aber all das war gerade verboten! Auch Oma und Opa durften nämlich nicht besucht werden. Lilly durfte ihre Großeltern also nicht sehen und jetzt kamen auch noch die doofen Angstmonster in Lillys Kopf dazu. „Was ist, wenn deine Oma ganz schlimm krank wird?“, spukte es in ihrem Kopf herum.

„Mama, ist der Virus schon zu Oma und Opa gehüpft, und müssen sie jetzt sterben?“,

platzte es aus Lilly heraus. Da sah Lillys Mama sie verdutzt an, beugte sich zu ihr und sprach in ihrer ruhigen Stimme: „Aber nein, Lilly. Oma und Opa geht es gut. Die beiden sind, wie wir, auch zu Hause. So kann der Virus gar nicht zu ihnen kommen.“ „Puh“, dachte sich Lilly, „das ist dann nochmal gut gegangen“. Plötzlich kam Lillys Mutter eine gute Idee und sie schlug vor, Oma und Opa doch mal selbst „Hallo“ zu sagen und sie dabei sogar zu sehen. Sie machte an ihrem Telefon ein Video an und siehe da, da waren Oma und Opa auf dem Bildschirm.

„Haaaallllooooo!“, rief Lilly in den Hörer und winkte dabei aufgeregt. Lillys Großeltern freuten sich auch und winkten Lilly zurück. Lillys Mama hatte Recht. Oma und Opa sahen aus wie immer, lachten wie immer und hörten sich an wie immer.
Da konnte Lilly ganz erleichtert und befreit sein. Sie merkte die Leichtigkeit in ihrem ganzen Körper und hätte springen können.
Plötzlich kam Lilly auch eine gute Idee:
Sie konnte jetzt Oma und Opa alles zeigen. Sie zeigte ihnen ihrer Bilder und Blumen im Fenster, ihren Superheldenumhang und wie sie gegen das Dingsbums kämpft ... Sie zeigte ihren selbstgemachten Computer und ach ja, die geübten Purzelbäume durften auch nicht fehlen. So holte Lilly Max herbei und beide purzelten durch die Gegend.
„Ja toll!“, gaben Oma und Opa von sich „Da habt ihr ja richtig viel gemacht und schöne Sachen üben können!“

Da spürte Lilly wieder ihren Stolz in der Brust und wurde ganz groß. Sie fühlte sich wie eine starke Superheldin, auch ganz ohne Umhang.

Lilly war ganz zufrieden, das alles ihren Großeltern zeigen zu können. „Und bald,“ begann Opa zu sprechen, „ist auch alles wieder so wie immer. Ein bisschen müssen wir uns aber noch gedulden, bis der Virus weniger geworden ist. So lange kannst du uns jederzeit anrufen und uns erzählen und zeigen, was du alles gemacht hast. Einverstanden?“. „Klar“, dachte sich Lilly und überlegte sich schon neue Spiel-Ideen für den nächsten Tag.

Text: Jana Röhler-Schultz
M. Sc. Psychologin
Kinder- und Jugend-
psychotherapeutin

roehler.therapie@gmail.com

Illustration: Noa Reuß
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Systemische Familientherapie
Traumatherapie
Erzieherin i.A.

n.reuss1@web.de