

Gedanken über das Glücklichein in Zeiten von COVID-19

von Raffaella Sgrosso

Das Werk '*Decameron*' von **Giovanni Boccaccio**, neben der '*Göttlichen Komödie*' von Dante Alighieri, der Klassiker der italienischen Literatur par excellence, ist in den letzten Monaten wieder sehr aktuell geworden.

Das Werk ist vermutlich zwischen 1349 und 1353 entstanden und erzählt, wie man aus einer Quarantäne das Beste machen kann.

In den Jahren 1348-49 wurde Florenz von der Pest heimgesucht. Um den verheerenden Konsequenzen dieser Epidemie zu entkommen, flüchten sieben adlige Damen und drei junge Herren in ein Landhaus auf den Hügeln von Florenz. Diese Zwangsisolierung fordert die jungen Menschen heraus. Sie setzen einige kreative Energien frei, um sich zu beschäftigen, sowie der Langeweile und der Einsamkeit zu entkommen. Also entscheiden sie, dass jeden Tag eine(r) von ihnen sich ein Thema ausdenkt, und dass alle zehn Personen um dieses Thema herum eine unterhaltende Geschichte erzählen sollen. Auf diese Weise entstehen jeden Tag zehn Geschichten, in denen sich die Lebensbilder der damaligen Zeit widerspiegeln.

Vielleicht kann uns heute das Werk Boccaccios inspirieren, um in diesen Tagen von COVID-19 kreativ mit unserer Lebensumstellung umzugehen.

Diese Krise hat uns gezwungen, den gewohnten Alltag zu verlassen, uns plötzlich vor neue Herausforderungen gestellt, neue Wege zu gehen und alte Gewohnheiten zu überdenken. Das Wort Krise (vom Altgriechisch *krísis*) beschreibt einen Wendepunkt einer gefährlichen Entwicklung. Das chinesische Wort für Krise hat eine ähnliche Bedeutung, heißt aber gleichzeitig Chance und Gelegenheit. Gelegenheit, etwas Neues zu beginnen, indem wir über unsere festgefahrenen Wege und Vorstellungen nachdenken und neue Perspektiven einnehmen können.

Diese Überlegungen waren für meine Schüler und mich Anlass, um diese besondere Lebensphase aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten, und um uns mit dem Thema 'Glücklichsein in Zeiten von COVID-19' zu beschäftigen.

Was macht uns in diesen schwierigen Zeiten mit Beschränkungen und dem sozialen Abstand eigentlich glücklich? Kann ich mich im Moment überhaupt glücklich fühlen?

Meine Schüler hatten die Aufgabe sich mit diesen Gedanken zu beschäftigen und nach 'kleinen' und alltäglichen Momenten des Glücklicheins zu suchen.

Zum Glück sind es viele Dinge, die unsere Kinder im Moment trotz allem glücklich machen: Ein neues Hobby, die Möglichkeit mit den Großeltern Postkarten zu tauschen, Musik zu hören und sich mit den Texten bewußter auseinanderzusetzen, die Zeit mit der Familie intensiver zu verbringen und mit ihr gemeinsam zu kochen oder zu spielen, mit Freunden zu telefonieren, sich gesünder zu ernähren, über die Zukunft sowie über die jetzige Lebenssituation nachzudenken, über die Möglichkeiten hilfsbedürftige Menschen zu unterstützen und sich sozial zu engagieren, Urlaubsbilder anzuschauen, das Zimmer umzuräumen, sich neuen Kunstprojekten zu widmen ... und vieles andere mehr, um der neugeschenkten Zeit einen Sinn zu verleihen.

Wichtig ist ihnen aber auch 'la gioia dell'attesa' - die Freude, auf etwas zu warten, wie den Urlaub, der irgendwann wiederkommen wird, oder auch die Pläne und Ziele nach der Schule und der Corona-Zeit. Diese Pläne und Ziele helfen uns, Kraft und Motivation zu behalten. Clara bringt dies mit einem Satz auf den Punkt: "*Ma ci sono delle cose che ci rendono felici e non lo dobbiamo dimenticare!*"- Es gibt die Dinge, die uns glücklich machen und wir sollten das nicht vergessen!

Hier einige Auszüge aus den Gedanken meiner Schüler zu diesem Thema: *Che cosa mi rende felice in un momento difficile come quello che stiamo vivendo?*

(Was macht mich glücklich in einer schwierigen Situation, wie die, die wir gerade erleben?)

"Cosa mi rende felice in questo momento?

È un momento molto difficile e brutto che tutti noi dobbiamo superare.

Sono molto felice di poter trascorrere molto tempo con la mia famiglia, specialmente con mia sorella. Mi scambio cartoline con i miei nonni e parliamo al telefono. Guardo anche molte foto delle vacanze o con i miei amici. (...) Adesso abbiamo anche tutto il tempo per uscire nella natura e fare sport. Sono anche felice di avere il tempo di dipingere molto.

Soprattutto adesso che il futuro di tutti noi non è chiaro, ho pensato molto a quello che voglio fare dopo la scuola. Questo mi aiuta a rimanere motivata e ad avere un obiettivo dopo 'Corona'."

(Anna Queißer, Q2)

"Durante le vacanze scolastiche il mio obiettivo principale era quello di avere una routine quotidiana per non stare pigramente a letto tutto il tempo. La fase attuale e quella passata con il virus è un affare molto deprimente. Ho pensato che non sarebbe stato un bene per me se non mi fossi tenuta occupata. Ho iniziato la mia mattinata per lo più con un'unità sportiva. Dopo ho finito i compiti e ho passato molto tempo con il mio cane. Durante la fase della quarantena ho cercato diversi progetti per passare il tempo.

In questo periodo ho fatto molti progetti d'arte e ho provato nuove cose creative. Ho progettato un top con la vecchia macchina da cucire di mia nonna. Ho anche dei mobili nuovi nella mia stanza. Insomma, sono diventata più creativa e ho potuto concentrarmi di più su me stessa, sul mio corpo, sulla mia mente e sulla mia vita quotidiana."

(Paula Rosgalla, Q2)

"Secondo me, dopo la crisi del 'Corona' abbiamo imparato ad apprezzare anche le piccole cose. (...) Anche tornare a scuola mi ha reso felice, perché ho potuto rivedere i miei amici e avere qualcosa da fare durante il giorno. Credo che questo momento ci abbia mostrato che anche 'le piccole cose' sono importanti e che, anche se non sempre le apprezziamo, ci accorgiamo comunque quando ci mancano."

(Emilia Klein, Q2)

"Che cosa mi rende felice in un momento difficile come quello che stiamo vivendo? Queste cose mi rendono felice: ascoltare la musica che mi piace e studiare il significato delle canzoni, leggere più libri e entrare in un altro mondo, pranzare con i miei genitori, fare una bella dormita, guardare la TV e parlare di serie televisive, chiacchierare con le amiche al telefono, passeggiare con un'amica e parlare di molte cose."

(Amelie Trummer, E2)

"In questo momento difficile della crisi del coronavirus, la mia famiglia in particolare mi ha reso e mi rende felice. Mi rende felice passare un momento tranquillo, parlare e fare cose con loro. Sono molto grata per la mia famiglia che vive qui e mi sostiene tanto quanto io sostengo loro. Naturalmente la mia famiglia include anche Maxi, il mio cane, che mi accompagna sempre e senza il quale la quarantena non sarebbe così divertente.

Oltre alla mia famiglia, i miei amici svolgono un ruolo importante. Anche se possiamo incontrarci solo in misura limitata, dà una sensazione di libertà incontrarsi e parlare con persone della stessa età. Sono anche grata ai social media che mi stanno aiutando a mantenere i contatti."

(Amie Thulin, E2)

"I miei amici mi rendono felice in un momento difficile come quello che stiamo vivendo. Mi piace parlare al telefono con loro. Ultimamente un'amica mi ha regalato delle foto di quando ero piccola. Siamo amiche da quindici anni. Sono stata molto felice, perché ho visto lo sviluppo della nostra amicizia. Abbiamo vissuto molte cose insieme."

(Giulia Mudrak, E2)

"In questi tempi del coronavirus non è sempre facile essere felici. (...) Ci sono anche le piccole cose nella vita di cui sono molto contento: buon cibo mediterraneo, vini squisiti o uno 'spritz'. (...) Sono anche felice di potermi dedicare a una delle mie passioni come per esempio suonare il pianoforte, giocare a tennis o andare in bicicletta. Inoltre non sono mai contrario a leggere un buon libro. Quindi ci sono molti modi per me per essere felice... ma io sono quasi sempre intrinsecamente felice."

(Florian Kavermann, Q2)

"Sono felice di avere la mia famiglia in questo periodo. Mi sento al sicuro con loro e mi piace passare il tempo e divertirmi, anche se ci sono sempre discussioni. (...) Sono felice di avere più tempo, di non essere sempre stressata e di strutturare la mia vita nel modo che più mi conviene."

(Charlotte Weber, Q2)

"La felicità è difficile da trovare in tempi in cui molte persone muoiono e si hanno poche opportunità di interagire con gli altri. (...) Ho avuto tempo per fare delle cose per cui normalmente non ho tempo a causa dello stress della vita quotidiana. Tra queste c'erano la formazione personale, una buona e sana alimentazione e soprattutto il tempo trascorso con i

miei genitori. Probabilmente ci sono cose che si possono apprezzare solo a posteriori, ma il virus ci ha dato una cosa buona oltre a tutte le cose cattive: il tempo."

(Linus Dogan, Q2)

"Per rispondere a questa domanda non devo pensare molto. La mia famiglia (incluso Janny, il mio cagnolino) mi rende felice. Io sono felice quando rido. Rido quando mio papà mi racconta le barzellette, quando trascorro tempo con mia sorella, quando gioco con Janny e anche quando cucino con mia madre. Sapere cosa ti rende felice è molto importante, perché non si sa mai, quando questa consapevolezza ti servirà. Per esempio adesso che tutto il mondo deve combattere con il coronavirus è utile sapere come distrarsi in questo momento molto buio."

(Valentina Arcuri, Q2)

"Che cos'è la felicità per me?"

In una situazione come questa, è importante pensare a tutte le persone che non hanno abbastanza soldi o una casa accogliente. (...) Mi rende felice avere molto tempo per cucire, cucinare, guardare film e passare tempo con la mia famiglia.

Anche incontrare i miei amici mi rende felice e vedere la mia classe anche se è in una conferenza online. Inoltre ho scoperto quanto amo apprendere qualcosa di nuovo! So apprezzare il fatto di andare a scuola, studiare nuove lingue e non angosciarmi perché non si hanno abbastanza soldi o un computer.

Sarei più felice se potessi aiutare altre persone. È incredibile quali cose alcune persone hanno fatto nella situazione del coronavirus. Ci sono molti gruppi che donano da mangiare ai senzatetto o sostengono gli anziani. È geniale!!!"

(Wilma Lyon, E2)

"Che cosa mi rende felice?"

In un momento difficile come quello che stiamo vivendo adesso, non ci sono molte cose per essere felici. Ma ci sono delle cose e non lo dobbiamo dimenticare! Io sono felice di vedere i miei amici, anche se non posso abbracciarli o dare loro un bacio. (...)

Un'altra cosa che mi rende felice è la gioia dell'attesa. Sono contenta di andare in vacanza e anche se mi piace stare a casa, cambiare aria fa bene. Inoltre passo molto tempo con la mia famiglia. Ogni sera cuciniamo e mangiamo insieme o facciamo dei giochi.

Nuove cose mi rendono felice che prima del coronavirus non conoscevo e che adesso trovo interessanti. Questa è la cosa positiva di questa situazione."

(Clara Bredow, E2)