

Josefine Sonneson: „Wie man einen Bammel auf Hosentaschengröße schrumpft“

Pläne schmieden gegen die Angst

Von Ursula Nowak

Deutschlandfunk, Bücher für junge Leserinnen und Leser, 15.02.2025

Ängste sind unvermeidlich und nicht angenehm. Deshalb sind sie häufig Thema in Kinderbüchern, so auch im aktuellen Roman von Josefine Sonneson. Die Autorin hatte gleich mit ihrem 2022 erschienenen Jugendbuch „Stolpertage“ großen Erfolg. „Wie man einen Bammel auf Hosentaschengröße schrumpft“ ist ihr zweiter Roman.

Bammel, Muffensausen oder Angst, das sind Wörter für ein unangenehmes Gefühl, das Jeder kennt. Auch die zehnjährige Elli und ihr Freund Jaro haben Erfahrung damit. Sie sind beste Freunde, gehen zusammen zur Schule, und ihre Wohnungen liegen übereinander im selben Haus. Fast täglich treffen sich die Kinder in ihrem Geheimversteck auf dem Dachboden, um Pläne zu schmieden. Agentenpläne, wenn sie eine verdächtige Person beschatten, oder Bammelüberwindungspläne.

„Ich will kein Angsthase sein“, sagt Jaro und guckt in die Straße, in die wir sonst nie einbiegen. Dort wohnt nämlich der Kläffer. „Aber du bist kein Angsthase!“, sage ich und mache einen Schritt auf Jaro zu. Beste Freundinnen müssen sich manchmal an was erinnern. „Ja aber“, sagt Jaro, „ich will keinen Bammel mehr haben. Ich will nicht immer Straßenseiten wechseln und Umwege gehen. Ich will einfach da langgehen, wo ich langgehen will. Ohne dass mir der Bammel im Weg steht.“ Jaro meint es ernst. „Okay“, sage ich. „Dann ist das unser neuer Auftrag!“

Angst als Begleiterin

Elli und Jaro gestehen sich ihre Ängste gegenseitig ein und überlegen gemeinsam, wie sie sie loswerden können. Mit dem Fragewort „wie“ und mit vielen schönen Vignetten von Stefanie Jeschke beginnt jedes Kapitel dieser ganz in blauer Farbe gedruckten Geschichte: „Wie man sich anfeuert“ oder „Wie man sich anschleicht“ fragen sich Elli und Jaro und schmieden Pläne. Josefine Sonneson beschreibt in ihrem ersten Kinderbuch „Wie man einen Bammel auf Hosentaschengröße schrumpft“ die Angst als Begleiterin und macht sie damit greifbar.

Josefine Sonneson

Wie man einen Bammel auf Hosentaschengröße schrumpft

Illustriert von Stefanie Jeschke

Carlsen Verlag

160 Seiten, 12 Euro, ab 10 Jahren

Hörbuch gesprochen von Friedel Morgenstern

Silberfisch Verlag

1 CD, ca. 149 Minuten, ab 10 Jahren

„Den Bammel als Wesen zu begreifen, macht ihn vielleicht ein bisschen nahbarer oder vielleicht auch ein bisschen umgänglicher als so eine Angst. Es geht ja vor allem um den Umgang mit der Angst, natürlich auch ein bisschen um die Überwindung. Ich glaube, mir war es aber auch wichtig, von Mut zu erzählen auf eine Weise, dass mutig sein genauso heißen kann, sich eine Angst einzugestehen oder Hilfe zu suchen, wie es auch bedeuten kann, sich ihr zu stellen oder sie zu überwinden. Ich finde, Bammel ist einfach ein sehr tolles Wort, und ich mag Wörter.“

Mit viel Humor und originellen Wortschöpfungen beschreibt Josefine Sunneson die Gefühle ihrer Figuren. Manchmal hat Elli „Grummelsellerielaune“ oder redet „Schwabbelpuddingmist“ und bringt damit ihre Familie zum Lachen. Die Zehnjährige versteht sich gut mit ihren Eltern. Sie lebt mit ihren zwei Müttern zusammen, ihr Vater wohnt um die Ecke. Er nimmt regen Anteil am Leben seiner Tochter, auch wenn er den Alltag nicht mit ihr teilt.

„Mir war es wichtig, von queeren Familienkonstellationen oder auch von Regenbogenfamilien als eine ganz normale Lebensrealität zu erzählen. Mir ist es generell wichtig, darauf zu achten beim Schreiben, so wenig Klischees wie möglich zu bedienen oder im besten Fall mit ihnen zu brechen. Das gilt besonders für Geschlechterklischees und Rollenzuschreibungen.“

Kammerspiel im Wohnhaus

Aus der Ich-Perspektive erzählt Elli von ihrem Vater und ihren zwei Mamas. Sie versteht oft nicht, warum sie anderen Leuten ihre Familie erklären muss. Ihr Eltern sind befreundet, wohnen aber nicht zusammen. Auch ihr Freund Jaro und sein alleinerziehender Vater gehören für Elli zum Familienkern. Als eines Tages ein Mädchen mit seiner Mutter in das Haus einzieht, freundet sich Jaro mit der Neuen an. Jaro hat plötzlich weniger Zeit für Elli, er verbringt mit Tami die Nachmittage auf dem Dachboden. Das macht Elli traurig und wütend.

„Hast du vergessen, dass das UNSER GEHEIMversteck ist? Warum hast du Tami reingelassen? Ohne zu fragen!‘ Jaro will was sagen, aber ich muss noch mehr loswerden: ‚Das ist alles total blöd! Wir wollten Bammel überwinden. Wir haben doch gesagt, dass wir das machen. Wir haben gesagt, noch vor der Klassenfahrt! Wir haben gesagt, dass wir uns dem Kläffer stellen! Und überhaupt! Wir haben doch nicht nur so geschworen, damit du dann einfach aufhörst, mittendrin!‘, sage ich. Dann sagt Jaro nochmal ‚Hä‘ und dann verändert sich was. Und es wird kalt.“

Josefine Sunneson beschreibt mit feinem Gespür die Gefühle des Mädchens, die sich mental und physisch zeigen. Mit ihrem vor Wut vibrierenden Körper und vor Unruhe kribbelnden Beinen muss Elli rennen, durchs Haus, durch die Straßen oder einfach im Kreis. Jaro macht dann den ersten Schritt zur Versöhnung. Er überrascht Elli mit einer Umarmung. Und weil sich Versöhnen so gut anfühlt, flitzt Elli auch gleich in die Wohnung im zweiten Stock zu Tami, um sich für ihre ablehnende Haltung zu entschuldigen.

Josefine Sunneson hat in ihrem Kinderbuch „Wie man einen Bammel auf Hosentaschengröße schrumpft“ wie in einem Kammerspiel das Wohnhaus als Ort des Geschehens gewählt. Die Bewohnerinnen und Bewohner treffen aufeinander, feiern, streiten und versöhnen sich. Elli hat mit den Hausbewohnern eine erweiterte Familie und unterschiedlichen Bezugspersonen, ein bisschen wie bei Josefine Sunneson selbst.

„Ich habe selber eine Patchworkfamilie, das ist nochmal ein bisschen was anderes als bei Elli. Trotzdem bin ich einfach in einer Konstellation aufgewachsen, in der es viele verschiedene Menschen gab. Ich habe auf jeden Fall mehr als zwei Elternteile. Ich glaube, was aber vor allem hilft im Umgang mit unangenehmen Situationen oder im Überwinden von Bammeln und Ängsten ist, wenn man nicht allein ist damit.“

Josefine Sonneson zeichnet in ihrem ersten Kinderbuch ein positives Bild von queeren Familien, in denen Kinder viele Bezugspersonen haben und Geborgenheit in einer großen Gemeinschaft erfahren. Mit Humor und einfallsreichen Wortschöpfungen ist ihr ein ungewöhnliches Kinderbuch zum Umgang mit Ängsten und der Kraft der Versöhnung gelungen.