

Alexander Kielland Krag: „Nur ein wenig Angst“

Der Weg mitten durch die Angst

Von Karin Hahn

Deutschlandfunk, Bücher für junge Leserinnen und Leser, 30.09.2023

2020 veröffentlichte Alexander Kielland Krag seinen Debütroman – es war der erste norwegische Roman, der auch erfolgreich auf Instagram herauskam. Jetzt ist sein zweiter Roman auf Deutsch erschienen, über eine Angststörung bei einem Jugendlichen. In Norwegen wurde das Buch mit mehreren Preisen geehrt.

Aus heiterem Himmel signalisiert Cornelius' Körper Übelkeit, Herzrasen und den plötzlichen Drang, sich zu erbrechen, was sich allerdings jedes Mal als Fehlmeldung herausstellt. Dieser Kontrollverlust verunsichert den Siebzehnjährigen zutiefst, zumal die Symptome so schnell verschwinden, wie sie auftauchen. Bahnt sich das unberechenbare Gefühl an, dann sorgt Cornelius schnell dafür, dass er mit seinem Kummer und seiner Hilflosigkeit allein ist. Um zu beschreiben, was in ihm vorgeht, verwendet er Wettermetaphern. Überkommt ihn mal ein heftiger Sturm, so ist es am nächsten Tag nur ein Windhauch. Doch in Cornelius bleibt es bewölkt bis zu dem Moment, als sich ein Orkan zusammenbraut und dieser scheinbar in einen Weltuntergang übergeht.

Damit die Hauptfigur den Lesern und Leserinnen ganz nah ist, lässt Alexander Kielland Krag Cornelius aus der Ich-Perspektive und im Präsens erzählen.

„Ich bleibe sitzen, bis ich höre, dass Papa mich ruft. Ich stehe langsam mit unsicheren Bewegungen auf und hole Luft, aber nun kommt eine Art Schluchzen aus meinem Mund. Zum ersten Mal schaffe ich es, einen klaren Gedanken darüber zu formulieren, was ich fühle: Mir ist nicht nur schlecht. Ich habe Angst. Es gibt keinen Grund, warum mir schlecht sein sollte, trotzdem ist mir schlecht. Es gibt keinen Grund, warum ich Angst haben sollte, trotzdem habe ich Angst. Irgendetwas spielt meinem Gehirn einen Streich, und es fällt immer wieder darauf rein.“

Krankheit als Schwäche

Cornelius' heftige Übelkeit, die ihn immer wieder überkommt, bleibt nicht unbemerkt, aber jede besorgte Nachfrage kontert er sofort mit einer verharmlosenden Antwort und sucht zugleich verzweifelt nach Erklärungen. Seine Familie ist intakt, in der Schule läuft es gut, und seine beiden engsten Freunde Oliver und Aksel kennt er seit Kindertagen. Zusammen spielen sie Fußball, gehen feiern, reden über Mädchen und konsumieren wie alle Jugendlichen Alkohol auf Partys. Befreundet sind die drei mit Lea, deren Bruder

Alexander Kielland Krag

Nur ein wenig Angst

Aus dem Norwegischen von Gabriele Haefs

Arctis Verlag, Hamburg

224 Seiten

16 Euro

ab 14 Jahren

selbstmordgefährdet ist. Sie kennen Leas ständige Sorge um ihn und seine psychische Erkrankung, interpretieren diese allerdings als Schwäche. Ein Grund, warum sich Cornelius nicht dazu durchringt, mit Oliver oder Aksel ernsthaft über seine Ängste zu reden. Als wäre er ein Freak, der sich für etwas outet, was ihn ausgrenzt oder sogar bestraft.

„Aber vielleicht habe ich zu großes Glück? Vielleicht ist das alles verdient? Vielleicht ist das alles nötig, um eine Schiefelage in meinem Leben geradezurücken? Einzelkind im großen Haus im teuren Teil der Stadt, hat nie jobben müssen, alles, was ich jemals brauchen werde, wird mir gegeben. So privilegiert. So beschützt. Vielleicht muss alles so sein, um mir zu zeigen, wie hart das Leben wirklich sein kann? Vielleicht passiert es deshalb? Aber zugleich möchte ich rufen, dass irgendwo ein Fehler gemacht worden sein muss.“

Cornelius' Eltern lassen sich jedoch nicht täuschen und organisieren für den Sohn ein Arztgespräch. Doch Cornelius will keine Pillen schlucken, er will Distanz zu allem halten und auf gar keinen Fall über Gefühle reden.

„Was bildet der sich eigentlich ein? Dass ich mal eben so vom Tisch in der Mensa aufstehen, zum Schulgesundheitsdienst gehen und mit einem Fürsorgemenschen reden kann, ohne von Aksel oder Oliver oder Lea gesehen zu werden? Dass ich bei der Gesundheitsstation im Wartezimmer sitzen kann, ohne dass jemand vom Fußballverein es erfährt? Dass es nicht weiter schlimm ist, wenn ich der mit solchen Problemen bin? Das geht nicht, murmele ich. Niemand darf davon erfahren.“

Sehnsucht nach Normalität

Cornelius sehnt sich nach der unbeschwerten Normalität früherer Tage. Schamvoll versucht er, seine Panikattacken herunterzuspielen, vorzutäuschen, einfach nicht in Form zu sein, ob im Unterricht oder beim Fußball. Doch immer häufiger, immer intensiver wird die Angst, die ihn in die Einsamkeit katapultiert, ihm die Worte und die Kontrolle über sein Leben nimmt, bis zu dem Moment, wo er erschreckend registriert: Er umgeht mit Ausreden jede Einladung zu einer Party, und er beginnt innerlich zu zittern, wenn er an den Osterausflug mit Freunden auf eine Berghütte denkt.

Gegen alle inneren Widerstände ankämpfend, erkennt er langsam: Er braucht wirklich professionelle Hilfe und muss das auch seinen Eltern gestehen. Wieder lassen diese schnell ihre Beziehungen spielen und besorgen dem Sohn teure Therapiesitzungen bei einer Psychologin. Sie ist Cornelius' größtes Geheimnis und auch schwerste Last, denn sie beginnt, ihm Aufgaben zu stellen. So soll er wenigstens mit einem Freund ehrlich über seine Angst reden und sich nicht vor der Osterreise drücken. Er weiß, dass die Psychologin für ihn nur einen einzigen Weg aus den Panikattacken sieht, und der führt mitten durch die Angst.

„Später, während Aksel und einige andere draußen auf der Terrasse stehen, denke ich, dass wir in einen Teufelskreis geraten sind: Wir können nicht über das reden, was schwierig ist, weil wir noch nie über das geredet haben, was schwierig ist. Wir sind traurige Jungs ohne Training in Offenheit, verbannt in unsere eigenen Gedanken.“

Als Hauptfigur hat Alexander Kielland Krag einen Jungen gewählt, obwohl Panikanfälle oft eher Mädchen treffen. Der norwegische Autor setzt auf die Empathie der Lesenden und zeigt ohne dramatisch extreme äußere Geschehnisse aus der Innenperspektive, wie Cornelius für

sich nach Auswegen sucht, die ihn nicht stigmatisieren. Sein stabiles, soziales Umfeld hilft ihm letztendlich dabei, mit den Angstanfällen klarzukommen.

Mit einem guten Erzählrhythmus wie treffenden Sprachbildern, die die diffusen Gefühle verdeutlichen, klärt Alexander Kielland Krag mit dieser sehr persönlichen Geschichte über eine psychische Erkrankung auf, über die gerade unter Jungen nicht häufig gesprochen wird.