

Johanna Selge: Auf und ab. Psychische Krisen ausbremsen

Als junger Mensch in der Achterbahn der Gefühle

Von Susanne Billig

Deutschlandfunk Kultur, Lesart, 30.01.2024

Mobbing, Liebeskummer, Rückzug, Sprachlosigkeit. Jugendliche können es sehr schwer haben – bis hin zu psychischen Erkrankungen, die im Umfeld niemand bemerkt. Eine neue Graphic Novel gibt Hilfestellung.

Dem 16-jährigen Noah geht es schlecht. Seine Mitschüler haben eine harmlose Begegnung mit der gleichaltrigen Mira in ein peinliches öffentliches Video verwandelt und es mit hässlichen Kommentaren versehen. Verzweifelt zieht sich Noah in sein Zimmer zurück.

Mit diesem schmerzhaften Gefühl zwischen Mobbing und der ersten hilflosen Verliebtheit eröffnet Johanna Selge ihre Graphic Novel für Jugendliche „Auf und ab – psychische Krisen ausbremsen“.

Eindringlich schildert sie Noahs Ratlosigkeit, Scham und Angst. Lea und Max Hillerzeder übersetzen die Story in farbenfrohe, ein bisschen wilde Bilder mit überzeichneten Figuren, deren große Augen und übertriebene Mimik keinen Zweifel darüber lassen, was sie empfinden.

Schlaue Katze führt durch die Geschichte

Als „comic relief“, humorvolle Auflockerung am Rande, dient eine schlaue Katze, die Noah sehr zugetan ist. In Katzensprache raunt sie ihm psychologische Tipps zu, die der Junge leider nicht versteht, und als die Verzweiflung gar zu tief wird, zieht sie die Reißleine. Sich direkt ans Publikum wendend, schlägt die Katze drei Auswege aus dem Leidensstrudel vor und unterbreitet drei unterschiedliche Fortsetzungen der Geschichte.

Erstens: Noah vertraut sich seinen Freundinnen und Freunden an. Zweitens: Noah geht einfach eine Weile nicht mehr zu Schule. Drittens: Noah sucht das Gespräch mit seiner lebensklugen Tante Sybille.

Botschaften im Subtext

Eine gelungene Darstellung, die den jugendlichen Leserinnen und Lesern im Subtext vermittelt, dass es nicht nur einen einzigen Weg gibt, um aus einer psychischen Krise herauszufinden. Wer erst einmal ins Handeln kommt, kann auf vielen Wegen zu neuen Perspektiven gelangen. Mit jeder Handlungsoption stellen sich natürlich auch neue Herausforderungen. Doch

Johanna Selge

Auf und ab. Psychische Krisen ausbremsen

Illustrationen von Lea und Max Hillerzeder

Hogrefe Verlag

120 Seiten

25,00 Euro

selbst wenn Noah der Schule fernbleibt, schildert die Autorin dies nicht nur als Katastrophe. Denn in dieser Variante merkt Noahs Mutter, wie es um den Jungen steht und fasst eine therapeutische Begleitung für ihn ins Auge. So kann sich aus der vorübergehenden Schulverweigerung ein neuer Hebel ergeben, der aus der psychischen Sackgasse führt. Auch die überzeichneten Figuren transportieren im Subtext eine wichtige Botschaft: In psychischen Krisen geht es darum, sich anzuschauen und besser kennenzulernen, Gefühle wahrzunehmen und sie ernst zu nehmen – auch die fiese Scham, auch die dramatische Verzweiflung.

Ratgeber von A bis Z

Im letzten Abschnitt verlässt Johanna Selge das Genre der Graphic Novel, und lässt die Katze als Buch im Buch einen schriftlichen Ratgeber präsentieren, den sie – Katzen-Klugheit vermag das – selbst geschrieben hat. Nun führt sie, auf eine für junge Menschen gut verständliche, jedoch auch anspruchsvolle Weise, alphabetisch durch wichtige Begriffe und Informationen. Dabei werden Themen von Adoleszenzkrise, Akzeptanz und Angst bis hin zu Bedürfnissen, Cybermobbing, Emotionen und Entspannungsübungen behandelt. Nicht zuletzt wird die bedeutende Frage aufgegriffen: Was sind eigentlich handfeste psychische Erkrankungen, die zwingend professioneller Begleitung bedürfen?

Auch für Eltern hat das Buch am Ende einen klugen Rat: Versuchen Sie nicht, perfekt zu sein. Fragen Sie sich: Was tut uns allen gut? Und bleiben Sie für Ihr Kind eine verlässliche Bezugsperson.