

Geschichten mit Strahlkraft

Erfahrungen aus dem Projekt Comics zur Selbsthilfe

In der Selbsthilfe treffen Menschen mit vielen unterschiedlichen Geschichten aufeinander. Eine Möglichkeit, den Menschen eine Stimme und ihre Geschichten weiterzugeben, sind Comics. Das zeigt die BAG SELBSTHILFE mit ihrem Projekt „Comics zur Selbsthilfe“.

Comics – bei dem Wort denken viele von uns vermutlich als Erstes an Klassiker wie Micky Maus, Asterix oder Superman. Comics sind jedoch weit mehr als Geschichten von Abenteuern und Held*innen oder gar leichte Unterhaltung für Kinder. Sie sind eine eigenständige Kunst- und Erzählform mit einer unüberschaubaren Bandbreite (vgl. Schikowski 2021, S.9–17). Es gibt Genres wie Science-Fiction, Fantasy und journalistische Reportagen. Es gibt Comics über Krankheit, historische Ereignisse und Feminismus. Es gibt Graphic Novels wie „Maus“ und Literaturadaptionen wie „Dracula“. Und es gibt Comics wie „Persepolis“ und „The Walking Dead“, die selbst erfolgreich als Film bzw. Serie adaptiert wurden.

Der US-amerikanische Comic-Theoretiker und -Künstler Scott McCloud sieht Comics als ein Medium der unbegrenzten Möglichkeiten. Seiner Meinung nach bietet der Comic „Glaubwürdigkeit, Klarheit, die Chance, sich einem Publikum mitzuteilen, ohne Zugeständnisse machen zu müssen. Er bietet mit der Intimität der Literatur und der Bildkraft von Malerei und Film Bewegungsfreiheit und Vielseitigkeit“ (McCloud 2001, S. 220).



Foto: BAG SELBSTHILFE

Beim Comic-Wochenende im Juli 2024 konnten die Teilnehmer*innen unter anderem das Zeichnen von Figuren üben und an eigenen Geschichten arbeiten.

Möglichkeiten für die junge Selbsthilfe

Genau das möchte die BAG SELBSTHILFE mit ihrem Projekt „Comics zur Selbsthilfe“ bieten und jungen Menschen in der Selbsthilfe ermöglichen, die Grundlagen des Erzählens und Zeichnens zu lernen oder ihre „Skills“ zu stärken – mit der Hoffnung, dass sie das Medium Comic als eine Möglichkeit entdecken, eigene Erfahrungen aufzuarbeiten, Gefühlen Ausdruck zu verleihen, Wissen über Krankheit und Behinderung zu vermitteln und mit ihren Geschichten andere Menschen zu erreichen.

„Wir haben bemerkt, dass unsere üblichen Erzählformen zur Selbsthilfearbeit von jungen Menschen als nicht besonders mitreißend angesehen werden“, sagt Dr. Martin Danner, Geschäftsführer der BAG SELBSTHILFE. Es brauche, wie er findet, neue An-

gebote, um mehr Menschen zu aktivieren, die Selbsthilfe zu beleben und ihre Vielfalt abzubilden. „Junge Menschen sollen sich so einbringen können, wie es für sie passt. Comics sind hierfür eine gute Option. Sie können nicht nur neue Ausdruckswege, sondern auch völlig neue Zugänge zum Austausch miteinander schaffen.“

So entstand die Idee zu der Online-Workshop-Reihe, die das Projektteam 2023 mit professioneller Unterstützung durch Jörg Lassahn umgesetzt hat. Jörg Lassahn, selbst Zeichner und Mediengestalter, bietet seit fast zwanzig Jahren Zeichen- und Comic-Kurse für Kinder und Erwachsene an und ist überzeugt: „Jeder Mensch kann zeichnen. Wir müssen nur einen Stift in die Hand nehmen und lernen, die Dinge vor uns genau anzuschauen. Das möchte ich den Menschen beibringen.“



Foto: BAG SELBSTHILFE

Geschichten von Motivation und Mut

In monatlichen Workshops konnten sich die Teilnehmer*innen theoretisch wie praktisch mit Themen wie Storyboards, Körpersprache oder Character Sheets befassen. Abhängig von den Interessen und zeitlichen Kapazitäten haben die Teilnehmer*innen unter anderem Maskottchen für ihren Verband oder Schritt für Schritt ihre eigene Kurzgeschichte entworfen. „Was mir besonders gut gefallen hat, war die Motivation der Teilnehmenden“, sagt Jörg Lassahn. „Dass sie niemals aufgeben und immer etwas machen, was sie weiter nach vorn bringt. Das hat sogar mich selbst motiviert.“

Unter den regelmäßigsten und motiviertesten Teilnehmer*innen waren Giuliana und Sonja Sgobbo von der Deutschen Huntington-Hilfe. In ihrem Comic erzählen sie von dem Tag, an dem ihr Protagonist Tim zufällig von der Huntington-Diagnose in seiner Familie erfährt – und davon, wie er seinen Weg in die Selbsthilfe findet. „Am Anfang waren wir unsicher, ob wir mit unserer Art zu zeichnen überhaupt einen Comic hinbekommen“, sagt Sonja Sgobbo.

LITERATURVERZEICHNIS

McCloud, Scott (2001): Comics richtig lesen, Hamburg: Carlsen Verlag.

Schikowski, Klaus (2021): Der Comic, Ditzingen: Reclam Verlag.

Die Workshops hätten ihnen aber bei der Umsetzung geholfen, sie inspiriert und auch Mut gemacht. „Mut, unseren eigenen Comic-Stil zu finden, Mut, neue Methoden auszuprobieren, und Mut, neue Bilder zu malen.“

Unterm Strich: gut – aber es geht noch besser

So schön, wie Feedback und Ergebnisse waren, hat die Reihe auch gezeigt: Online allein reicht nicht, um junge Menschen anzusprechen und langfristig zu begeistern. „Wir haben gemerkt, dass das Interesse an Online-Formaten kontinuierlich zurückgeht und immer weniger junge Menschen bei den Treffen dabei waren – und das, obwohl viele Menschen Interesse für das Thema bekundet haben“, sagt Martin Danner. Als Gründe hierfür vermutet er „eine Mischung aus Zeitmangel, Belastung oder Überlastung sowie eine gewisse Online-Müdigkeit als Folge der Pandemie“.

Aus diesem Grund hat die BAG SELBSTHILFE das Projekt in diesem Jahr weiterentwickelt und neben einer Fortsetzung der Workshops als Online-Zeichentreffen einen Schritt in die „reale“ Welt gewagt. Im Juli 2024 hat das Projektteam zusammen mit dem Comic-Zeichner Aike Arndt ein Comic-Wochenende für junge Selbsthilfeaktive veranstaltet. Ziel war, den Teilnehmer*innen Zeit und Raum zu bieten, um sich untereinander auszutauschen und ohne die Ablenkungen und Verpflichtungen des Alltags zu zeichnen.

Ein Austausch, wie wir ihn in solchen Gruppen erleben, ist für Martin Danner ein Musterbeispiel für gelebte Demokratie. Für die Zukunft hofft er, dass weitere Gruppen und Organisationen Räume für junge Aktive schaffen, um Comics als Ausdrucksform in der Selbsthilfe anzuwenden. „Die Geschichten vermitteln Gefühle, Inhalte und Botschaften der Autor*innen. Sie geben Anlass zu Diskussionen und werden idealerweise von Leserinnen und Lesern aufgegriffen und weitergetragen“, sagt Martin Danner. Er ist sicher: „Eine Zeichnung, die nicht in der Selbsthilfe verbreitet werden kann, kann keine Strahlkraft entfalten.“

Autorin



JESSIKA KNAUER

ist freiberufliche Autorin und Journalistin mit den Schwerpunkten Inklusion und Umweltschutz. Sie ist ein großer Comic-Fan und betreut für die BAG SELBSTHILFE unter anderem das Projekt „Comics zur Selbsthilfe“, für das sie die Workshops konzipiert und mit Unterstützung durch professionelle Zeichner*innen umsetzt. Darüber hinaus ist sie Teil des inklusiven Buchprojekts tuml.berlin und schreibt Bücher in Leichter Sprache.

Kontakt:
mail@jessikaknauer.de

Die BAG SELBSTHILFE, kurz für Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe von Menschen mit Behinderung, chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen e.V., vertritt die Interessen von Menschen aus der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe und fördert mit ihren Angeboten Wissen und Austausch. Die Workshop-Reihe „Comics zur Selbsthilfe“ ist Ende 2022 als Teil der sogenannten Self-Help Theory entstanden – eine Art digitale Austauschplattform, über die junge Selbsthilfeaktive miteinander in Kontakt kommen und für sie relevante Themen besprechen können.

Mehr zum Projekt:
<https://kurzlinks.de/o54c>