

Exposé zu „Social Media: Mein kleiner Freund und großer Feind“

Lyonerstraße 19 · 60528 Frankfurt · Mobil 0173 4121819 · vanessadivkovic@live.de

Es war 2002 in Frankfurt am Main, Deutschland. Vanessa Divković, 8 Jahre alt, saß in ihrem Kinderzimmer am Holzschreibtisch und sagte laut: „Ich schreibe jetzt ein Buch!“. Das tat sie auch. Stolze 26 Seiten mit vielen bunten Bildern und einer Storyline, die der Saga von Enid Blytons „Fünf Freunde“ verblüffend ähnelte.

Mit 17 Jahren gab sie dem Ganzen einen weiteren Versuch. Es handelte sich um die Selbsttötung eines Mädchens – viel düsterer als „ihre“ Freundesgeschichte. Schon während des Schreibprozesses fehlte ihr die Inspiration, sodass sie das Manuskript nach 96 Seiten löschte.

Zehn Jahre, viele Erfahrungen und Gedanken später, war es dann so weit: „Ich schreibe jetzt wirklich ein Buch!“. Viele fragten sie: „Wie kamst du dazu?“. Sie erzähle ihnen immer von ihrer Grundschulzeit, dem frühen Traum Autorin zu werden und vor allem auch vom *tatsächlichen* Traum, der Vanessa hierhergebracht hat:

Es ist Donnerstagnacht, der Wecker klingelt um 5:30 Uhr, sie ist Mittelstufenlehrerin an einer Haupt- und Realschule, immerhin muss sie am nächsten Morgen eine Stunde von Frankfurt nach Büdingen pendeln. Doch im Schlaf hört sie immer wieder eine unbekannte Stimme. Zunächst verwirrt die Stimme sie, bis sie genauer hinhört. Sie wacht schlagartig auf, greift zum Handy und schreibt genau das auf, was ihr die Stimme im Traum sagt: „Seit 11 Tagen war Mia verschwunden, es gab kein Lebenszeichen mehr von ihr.“ Dieser Satz ging ihr nicht mehr aus dem Kopf, sodass sie schnell wusste: Das wird der erste Satz in ihrem Buch.

Erstaunt und getroffen von der übermäßigen Internetnutzung ihrer Schüler*innen, sah Vanessa zu, Themen wie Soziale Medien und die Gefahren dieser im Unterricht zu thematisieren. Doch nach ausgiebiger Recherche gelang es ihr nicht Unterrichtsmaterial zu finden, das ansprechend und vielsagend war. Dies führte dazu, dass Vanessa vor zwei Jahren begann Unterrichtsmaterial selbst herzustellen und zu verkaufen. Fehlen tat jedoch noch eine Sache: ein vielsprechender Jugendroman.

Schnell entwickelte sich eine Idee zur Anderen und ihr Alltag in der Schule inspirierte sie neue Handlungsstränge zu bilden. Gerade durch das enge Zusammenarbeiten mit Jugendlichen, die eine tägliche Bildschirmzeit von sechs Stunden als „voll wenig!“ bewerteten, wurde ihr immer bewusster, wie gesegnet sie war, zu der letzten Generation der Welt zu gehören, die ohne

Sozialen Medien und exzessiver Internetnutzung volljährig werden durfte. Sie hatte die Möglichkeit sich zu entfalten, ohne das Gefühl makellos und perfekt sein zu müssen. Nichtsdestotrotz holten sie diese Gedanken in den ersten Jahren ihrer Volljährigkeit ein.

Mit 19 begann Vanessa Haupt- und Realschullehramt mit der Vertiefung Englisch, Religion und Physik zu studieren, bereiste die Welt und spürte Emotionen, die sie niemals spüren wollte. Sie zweifelte an sich und an der Menschheit. Geprägt von Weltschmerz und einer Selbstfindungskrise, begegnete sie einigen Menschen, die Vanessa vor neue Herausforderungen stellten und ihren eigenen Wert in Frage stellen ließen. Sie fand sich in Situationen wieder, in denen sie Dinge tat und dachte, die ihr lange zu unangenehm waren, um darüber zu berichten. Nun saß sie da und nutzte ihre vergangenen Verhaltensmuster in Kombination mit denen ihrer Schüler*innen als Grundlage ihres Jugendromans. Denn in Situationen, in denen Vanessa an psychischen Abgründen stand, war er nämlich auch für sie da, ihr bester Freund: Soziale Medien. Er ermöglichte ihr, sich so darzustellen, wie sie von anderen gesehen werden wollte: schön, erfolgreich, wohlhabend, glücklich. Vor allem Letzteres war sie am wenigsten. Für eine Sache war Vanessa Sozialen Medien besonders dankbar: Sie konnte Menschen nahe sein, die ihr nicht nahe sein wollten. Sie konnte Menschen sehen, die sie nicht sehen wollten. Ihr Leben verfolgen, ein Teil davon sein. Ob sie es wollten oder nicht. Es gelang ihr nach Menschen und einer Handy-App absolut süchtig zu werden. Denn sie konnte Beziehungen, Freundschaften, Streit nachverfolgen und ja, sogar zerstören. Schnell merkte sie, dass sie ihren besten Freund zum größten Feind großzügig. Also begann sie sich zu fragen: „Wenn sogar ich, als erwachsener Mensch und als – zu dem Zeitpunkt – angehende Lehrkraft, selbstzerstörerische Verhaltensmuster zeigte, obwohl mir die Funktionsweise von Sozialen Medien damals schon bewusst war, wie müssen sich dann wohl Minderjährige *wirklich* fühlen?“

Diese Frage beantwortete sich in Vanessas Berufsleben schnell, denn sie wurde regelmäßig mit Themen konfrontiert, auf die sie nicht vorbereitet war. Plötzlich ging es nicht mehr um die nächste Englischarbeit, viel eher fand sie sich regelmäßig in Gesprächen wieder, in denen ihr dunkelste Geheimnisse anvertraut wurden. Von Selbstverletzung, Liebeskummer und Stalking erzählten „ihre Kleinen“ und suchten nach Rat, wobei sie zeitgleich auch jegliche professionelle Hilfe ablehnten. Es sei zu peinlich und niemand würde sie verstehen. Auch wenn ihre Schüler*innen bis zum heutigen Tage denken, niemand könne sie verstehen, muss Vanessa sie enttäuschen. Sie kennt sie.

Viele Situationen aus dem Jugendroman haben in Vanessas Leben so stattgefunden, einige Textstellen entstammen sogar aus privaten Briefen. Auch wenn viele Details jedoch komplett Vanessas Kreativität zu verschulden sind, stellt dieses Buch die Entwicklung ihrer Gefühls- und Gedankenwelt der vergangenen Jahre dar. Somit soll ihr erstes Buch „Social Media – mein

kleiner Freund und großer Feind“ etwas Balsam für alle verletzten Seelchen sein, die sich im World Wide Web verloren haben und der festen Überzeugung sind, dass sie die Einzigen sind.

Der Handlungsstrang des *Young Adult* Jugendromans stellt die Abwärtsspirale eines 15-jährigen Cis-Mädchens, Alessa, dar, die sich durch den Verlust ihrer ersten großen Liebe, Mia, in obsessiven Gedanken verliert und Soziale Medien als Hilfsmittel nutzt, die Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen. Mit allen Mitteln versucht Alessa nicht nur Mias Interesse auf sich zu lenken, sondern Mia mit manipulativen Tricks wieder für sich zurückzugewinnen – für einen hohen Preis: Alessas mentale Gesundheit. Werden sich die monatelangen Strapazen auszahlen? Wird Alessa den Leidensdruck standhalten können und es schaffen Mia zurückzuerobern? Droht der Geschichte ein tragisches Ende oder doch das gewünschte *Happy End*?

Die 15-jährige Alessa ist Hobby-Eiskunstläuferin, hat Sommersprossen, grüne Augen und braune lockige Haare bis zu den Schultern. Sie selbst würde sich als etwas mürrisch, ausdruckslos und somit als „die perfekte Mischung ihrer Eltern“ beschreiben. Es sind Winterferien und Alessa schwelgt in Erinnerungen an ihrer verflossenen Liebe. Es ist erst zwei Wochen her, dass Mia die scheinbar perfekte Beziehung grundlos beendet hat. Es ist somit schon zwei Wochen her, dass Alessa irgendeine Art von Lebenszeichen von Mia erhalten hat, sei es eine Nachricht oder eine banale Story auf Instagram. Mia scheint ein privilegiertes Leben im Wohlstand zu genießen und ist für Alessa zweifellos der Inbegriff einer Perfektion. Mit ihren weißblonden endloslangen Haaren und hellblauen Augen scheint sie jeden Menschen für sich zu gewinnen, ganz abgesehen von ihrer liebevollen lustigen Art, weshalb es Alessa so schwerfällt, Mia gehen zu lassen.

Gequält von unbeantworteten Fragen beginnt Alessa die Leser*innen in die Liebesgeschichte einzuweihen, beginnend mit ihrem Kennenlernen im Mai an einem Sonntagmittag in Kiel. Leidenschaftlich beschreibt sie den Sommer, den Alessa und Mia zunächst als Freunde und anschließend als Paar genießen durften, sowie das dramatische Beziehungsende. Die regelmäßigen Flashbacks, die Alessa bei den geringsten Erinnerungen im Alltag erhält, verstärken ihren Trennungsschmerz stetig. Seit der Trennung konsumierte Alessa eher Soziale Medien, statt selbst Inhalt zu produzieren, bis zu dem Zeitpunkt, an dem Alessa das erste Lebenszeichen von Mia durch einen Instagrampost erhält. So wird ihr schnell klar: Sie muss aktiver werden!

Unter Druck gesetzt, beginnt Alessa nun ebenfalls die ersten Selfies auf Instagram zu posten, in der Hoffnung Mias Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen. Für Alessa wird schnell klar, dass Mia zweifellos unter der Trennung leiden muss und Alessa um jeden Preis im Leben zurückhaben möchte.

Trotz der Verständnisschwierigkeiten, die Alessa die letzten Wochen in der Schule entwickelte, nutzt sie den Unterricht um einen vielversprechenden „Ich hole SIE zurück!“-Plan zu erstellen, der ihr anhand von grenzwertigen Manipulationen helfen soll, Mias Aufmerksamkeit ganz auf sich zu richten. Der Plan bezieht sich auf Alessas Verhalten auf sozialen Plattformen und basiert auf einer Analyse von Mias Persönlichkeit, um anschließend gezielte Internetposts erstellen zu können, die Mias Entscheidung, die Beziehung zu beenden, überdenken lassen sollen.

Schnell wird deutlich, dass Alessa ihren Plan, Mia um jeden Preis zurück zu gewinnen, unterschätzt hat. Der psychische Leidens- und Leistungsdruck wird größer, sodass Alessa ihre ersten Panik Attacken erlebt. Den schulischen Ansprüchen scheint Alessa nur ansatzweise gerecht zu werden, zudem sie sich in ihrem familiären Umfeld unverstanden fühlt, was sich als eine weitere Instabilität in ihrem Leben rauskristallisiert. Doch als Mia beginnt zweideutige Stories mit niemand geringerem als Edda, Mias Ex-Freundin, zu posten, droht sich Alessas Zustand zu verschlechtern. Folglich intensiviert sie ihren Plan, indem sie Mia und Edda in der digitalen Welt auf Schritt und Tritt verfolgt, bis sie eines Abends Mia aufspürt, um das Verlangen sie zu sehen, endlich zu lindern.

Das Zuspitzen der Lage spiegelt sich in Alessas schlaflosen Nächten, obsessiven Gedanken an Mia, körperlichen Symptomen und einer täglichen Bildschirmzeit von 12 Stunden wider. Alessas Hobbys und Leidenschaften werden für sie uninteressant, es zählt nur noch eins: Kein Posting verpassen und jederzeit Stories und Bilder produzieren. Als Alessa dem Verlangen auch im Unterricht nachgehen möchte, ertappt ihr Lehrer sie dabei, wodurch eine brenzlige Streitsituation zwischen Lehrkraft und Schülerin entsteht. Folglich ergreift Alessa die Flucht. Zuhause angekommen erwartet sie eine Intervention von ihren Eltern, die sie konfrontieren und infolgedessen alle digitalen Geräte von Alessa beschlagnahmen.

Schließlich bricht das dunkelste Kapitel für Alessa an. Die Entzugserscheinungen sind immens und ihre Gedanken bleiben unkontrolliert bei Sozialen Medien und Mia. Da ein absoluter Handyentzug für Alessa nicht in Frage kommt, wartet sie somit nächtlich auf das Einschlafen ihrer Eltern, welches sie nutzt, um das Handy ihrer Mutter zu beschlagnahmen und zumindest nachts ihr Bedürfnis stillen zu können. Über mehrere Tage verliert sich Alessa in ihrer Abwärtsspirale bis sie an ihrem Tiefpunkt angelangt und ihr Spiegel einschlägt, um sich mit den Scherben des zerbrochenen Spiegels die Hände aufzuschneiden.

Mit der Selbstverletzung Alessas ändern sich die Umstände für Alessa sowie auch die Leseperspektive für die Leser*innen. In einem Dialogformat erhalten die Leser*innen nämlich einen detaillierten Einblick in tiefgründige Therapiegespräche zwischen Alessa und Frau Knittel, ihrer Therapeutin, die sie in der geschlossenen Psychiatrie begleitet. Dies soll dabei

helfen eine realistische Vorstellung von Psychotherapie zu vermitteln, indem die Leser*innen durch die Gespräche einen genaueren Einblick in Alessas Gedankenwelt sowie ihren Aufenthalt in der Psychiatrie erhalten, der sich für Alessa als sehr hilfreich herausstellt. In den Therapiegesprächen werden zunächst Alessas Knackpunkte der Geschichte aufgegriffen, der zu Alessas psychischen Zerfall beigetragen hat, wie zum Beispiel das Verhältnis zu Mia, zu sich selbst sowie auch zu Sozialen Medien. In den Gesprächen werden ebenfalls hilfreiche Bewältigungsstrategien für den Alltag kommuniziert. Der Fokus der Gespräche liegt vor allem aber auch darauf, handyfreie Zeiten und Zonen im Alltag der Jugendlichen zu etablieren, um einen langfristig gesunden Umgang mit Sozialen Medien zu ermöglichen.

Im letzten Kapitel rekapituliert Alessa ihr Verhalten der vergangenen 12 Monaten sowie auch ihre Zeit in der Psychiatrie. Sie berichtet von ihrem „neuen Leben“ im Umgang mit Sozialen Medien. Begleitend dazu offenbart sie den Leser*innen einen Abschiedsbrief an Mia, den Mia jedoch nie erhalten wird, da der Brief viel eher ein Abschied von Alessas alten Denkmustern darstellt.

Jede Kapitelüberschrift ist entweder mit einem Herzen oder einem gebrochenen Herzen versehen, welche Alessas Verfassung widerspiegeln soll. Die kleinen Bildschirme am Ende der jeweiligen Kapitel zeigen Alessas Bildschirmzeit zum jeweiligen Zeitpunkt, die im Schnitt zwischen 7 und 12 Stunden anzeigen. Durch die Selbstverletzung Alessas sowie die Darstellung des psychischen Zerfalls, ist der vorliegende Jugendroman für Jugendliche ab dem Alter 14 zu empfehlen. Die Schreibweise des Jugendromans ist abwechslungsreich, dadurch, dass Alessas Träume sowie der Abschiedsbrief an Mia lyrisch und das Gespräch mit Frau Knittel dialogisch verfasst wurde. Um eine Identifizierung der Jugendlichen zu ermöglichen, wurden ebenfalls viele englische Begriffe der alltäglichen Jugendsprache entwendet, die jedoch auf einer gesonderten Seite auf Deutsch übersetzt wurden.

Der Jugendroman verfolgt das Ziel, Jugendlichen anhand einer Gegenüberstellung von ungesundem und gesundem Umgang mit Sozialen Medien eine bewusste Anwendung sowie einen ausgeglichenen Alltag mit Medien vorzuzeigen. Ebenfalls sollen die Gespräche mit der Psychotherapeutin dazu verhelfen, mögliche Vorurteile von professioneller Hilfe aufzulösen. Unterstützend hierzu kann ein Workbook zum vorliegenden Jugendroman Jugendlichen bei einer Alltagsgestaltung und regelmäßigen Reflexion des Handykonsums dabei verhelfen, ihren Alltag effektiver und gesünder zu gestalten.

Durch die Aktualität der Thematiken Soziale Medien, Mentale Gesundheit und LGBTQ+, findet die Handlung im aktuellen Zeitalter statt und ist als Einzelwerk im Umfang von 147 A4 Seiten und 235.895 Zeichenzahlen mit Leerzeichen zu betrachten.