

Wie Eskapismus funktioniert

- Eine Kurzgeschichtensammlung –



Von Louisa Stern

Vorwort:

Diese Kurzgeschichtensammlung befasst sich mit vier verschiedenen Personen. Sie kennen sich zwar nicht, jedoch sind sie auf ein andere, tiefgründigere Art und Weise miteinander verbunden. Sie alle kennen Eskapismus. Drei von ihnen nutzen Eskapismus als Ventil; sie sind Jugendliche, die aus verschiedenen Gründen flüchten. Die vierte Person, die Psychologin, erlebt Eskapismus nicht nur. Sie kann uns erklären, wie Eskapismus funktioniert.

Spaghetti mit Ketchup

Klack klack klack. Stille. Patsch. „Gut gemacht, Florian“. Die Schlange geht weiter. Fettig-strähnige Hochsteckfrisur, kotzfarbener Stepprock, klackernde Stöckelschuhe. Klack klack klack. Der Geruch nach billigem Parfum. Müde blicke ich auf das ranzige Holz meines Tisches. Patsch. Meine Deutschklausur. Ich sehe rot. Sehr viel rot. Beinahe dasselbe Rot, das die Schlange auf den Lippen trägt, als ich mühevoll aufblicke. Das sehe ich nur, weil sie nun näher bei mir steht. Zu nah. Sie sagt lange nichts, viel zu lang. Lang mustern mich ihre kleinen Äuglein durch die silberne Drahtbrille, mitleidig oder herabwürdigend? Wie kleine Käfer sehen sie aus. „Das geht so nicht weiter.“ Pause. Eine Sekunde. Oder eine Minute? „Wir müssen sehen, was deine Matheklausur morgen bringt. Ansonsten sieht es düster aus, Klara“ Düster. Düster sieht es schon lange aus. Ich nicke nur. Die Glocke läutet. Jacke an, Rucksack auf. *Hey treffen wir uns nachher zum Volleyball spielen? Willst du uns am Wochenende begleiten, ins Kino? Halt dir nächsten Monat den zwölften frei, da feiere ich Geburtstag.* Das gilt alles nicht mir. Blick auf den Boden und raus auf die Straße.

In der Schule habe ich keine Freunde. Dabei hasst mich niemand, oder lacht mich aus, oder mobbt mich. Ich bin lediglich unsichtbar. Vielleicht bin ich ein Geist, oder eine Glasscheibe. Oder ein Sandkorn. Zu Hause ist auch niemand, die Mutter arbeitet, den Vater gibt es nicht. Oder Geschwister. Unsichtbar. Meinen Rucksack pfeffere ich in die Ecke, mich selbst in mein Bett. Autsch. Ich ziehe den harten Gegenstand unter der Bettdecke hervor, auf dem ich gelandet bin. Mein Laptop. Stimmt ja, gestern Abend habe ich meine Lieblingsserie geschaut. Ich kann mich gar nicht erinnern, den Laptop zugeklappt zu haben. Ist er auch nicht. Ich muss wohl eingeschlafen sein. Deswegen bin ich auch so müde. An welcher Stelle war ich? Ist aber eigentlich auch egal, ich kenne die Serie ja sowieso schon in und auswendig. Der Laptop springt nicht an. Akku leer. Zum Glück reicht das Kabel bis an mein Bett. Mathe lernen kann ich später auch noch. Jetzt brauche ich erstmal Ablenkung. Der Vormittag war anstrengend. Deutschklausuren, Partys auf die ich nicht eingeladen bin. Das ist mir momentan alles viel zu viel.

Die zweite Staffel mag ich eigentlich nicht. Trotzdem schaue ich sie, um sie nicht zu benachteiligen. Die meisten Szenen kann ich mitsprechen, vor allem die mit Lena und Doris. Ich liebe die Serie, vor allem, weil sie sich nie ändert und gut ausgeht. Das erste Mal heute muss ich lachen. Mir egal was die Nachbarn denken, wenn sie mich durch die dünnen Wände

hören. Ich wünschte, ich wäre Teil der Serie. Ich könnte Lena so eine tolle Freundin sein. Sie ist meine beste Freundin, nur weiß sie das eben nicht. Was ein Jammer.

Mein Magen knurrt. Vermutlich weil Cem gerade einen Döner verschlingt. Ich drücke auf Pause. Ohne es zu bemerken, bin ich seit meiner Heimkehr schon 3 Folgen weiter. Im Kühlschrank in der Küche sind noch Reste von gestern. Leider kein Döner. Die mache ich mir warm, nehme sie mit, wieder zurück in mein Zimmer, stelle sie auf den Schreibtisch. Schule. Lernen. Richtig, die Matheklausur morgen. Langsam sollte ich wirklich mal anfangen. Die letzten Tage hätte ich eigentlich auch lernen können. Nur die richtige Motivation war nicht da gewesen. Der Zauber an Serien ist der, das sie immer dann spannend werden, wenn man Klausuren schreibt.

Während ich das Mathebuch aufschlage, schiebe ich mir eine Gabel mit Essen in den Mund. Dann noch eine. Und nochmal eine. Welche Seite nochmal? Nochmal eine Gabel. Dann schlage ich das Inhaltsverzeichnis auf. Seite 231. Ich verziehe das Gesicht. Die ganzen Zahlen und Zeichen verschwimmen vor meinen Augen. Ich esse erstmal den Teller auf. Die leichten Aufgaben sind zu aller Überraschung sogar richtig, als ich sie in den Lösungen nachschlage. Klappt doch gut. Vielleicht wird es morgen doch nicht so düster. Voller Zuversicht wage ich mich an eine schwerere Aufgabe. Wie funktioniert das nochmal? Weiter, die nächste. Kein Plan, wie ich darauf kommen soll. Genauso wie im Unterricht.

Mein schlechtes Gewissen nagt an mir. Aber nur kurz. Wieder im Bett zu liegen und weiter Serie zu schauen, lenkt mich von meinen fehlenden Mathekünsten ab. Doch, eine Folge geht noch. Ich klicke auf „nächste Folge“. Das Intro spule ich vor. Zu langweilig, zu oft heute schon gesehen. Meine Lieblingsstelle kommt gleich. Nur doof, dass ich den Haustürschlüssel im Schloss knacken höre. Nicht in der Serie, sondern den echten. Meine Mutter kommt nach Hause. Mist. Ich habe doch tatsächlich bis zu ihrem Feierabend heute um sechs die Serie weitergeschaut. Schnell an den Schreibtisch. Sie soll ja nicht mitbekommen, dass ich nicht gelernt habe. Als ob das noch etwas bringen würde, denke ich mir. Klopf Klopf. „Ja?“ „Hallo Maus, wie war's in der Schule?“ „Ganz ok“ „Hast du mal mit jemandem etwas enger werden können?“ „Nein, Mama. Geh bitte, ich muss Mathe lernen.“ Die verpatzte Deutschklausur behalte ich für mich. Sie muss ja nicht alles wissen. Außerdem habe ich das selbst kaum verarbeitet.

„Essen ist fertig!“ Es klingt wie ein Engelschor für mich. Blitzschnell springe ich von meinem Stuhl auf. Ein Blick auf die Uhr. 20 Minuten habe ich noch einmal versucht zu lernen. Dabei hat es sich eher angefühlt, wie alle drei Staffeln in einem Zug zu schauen. Wird schon reichen. „Darf ich in meinem Zimmer essen?“ frage ich Mama. Um jeden Preis die Fragen über Schule und Klausuren vermeiden. Die Augenbrauen zieht sie hoch, und sieht dabei etwas aus wie Doris. „Wegen Mathe“ „Also gut“

Mathe ist durch für mich. Sowas von. Zum Ausklang des Tages lieber die zweite Staffel zu Ende schauen. Beim Gedanken an Mathe bekomme ich Kopfschmerzen. Ich will nicht an Schule denken müssen. Meine Lehrer, die mich alle nicht mögen. Meine Klassenkameraden, für die ich unsichtbar bin. Die finden mich doch alle komisch.

Bei den Schneider-Öztürks stellt Doris gerade Spaghetti auf den Tisch. Lena öffnet die Ketchup-Flasche und garniert ihren Teller mit einer ordentlichen Portion. Ich schaue auf meinen eigenen Teller. Nudeln mit Tomatensoße. Sieht beinahe genauso aus. Unwillkürlich muss ich lächeln. Nun fühlt es sich so real an, als würde ich bei ihnen mit am Tisch sitzen. Dazugehören. Nicht unsichtbar, sondern eine von ihnen. Ich scheine wohl doch einen Weg gefunden zu haben, Teil der Serie zu sein. Ich werde sie alle vermissen, wenn ich alle Staffeln fertig geschaut habe. Sogar Ulla, diese blöde Ziege.

Als ich aufwache, liege ich auf dem Sofa der Schneider-Öztürks. Noch etwas verschlafen blinzele ich in das helle Licht. „Schnell, steh auf.“ Lena steht über mich gebeugt. „Du hast verschlafen. Beeil dich, dann kommst du noch rechtzeitig zur Matheklausur.“ Ich blicke auf die Armbanduhr. 9.31 Uhr. „Quatsch, das schaffe ich niemals rechtzeitig“ will ich sagen. Doch durch meine Kehle dringt kein einziger Laut. „Schnell, Cem nimmt dich auf seinem Roller mit.“ Vroom vroom. Der Motorroller schießt wie ein roter Blitz ins Esszimmer. Allerdings sitzt auf ihm nicht Cem, sondern Metin, ohne Oberteil, sein Bauch mit unzähligen Schwarzen Haaren übersäht. „Mein Dienstwagen ist der schnellste, steig auf.“ Ich setze mich breitbeinig hinter ihn auf den Roller und weiß garnicht wohin mit meinen Händen, vor lauter Haaren auf Metins Rücken. Ehe ich mich festhalten kann, braust er schwungvoll durch die Terrassentür der Küche, die plötzlich etwas wie die in meinem eigenen Zuhause aussieht. Die ersten Meter kann ich mich noch hinter Metin festhalten. Doch plötzlich gibt er Gas, und dann sind er und der rote Roller verschwunden. Ich renne, doch meine Beine fühlen sich an wie Blei.

Völlig fertig bin ich, als ich ins Klassenzimmer stürze. Ich schaue mich um. Jeder im Raum sieht mich vorwurfsvoll an. Mich, mit zerzausten Haaren, mit hochrotem Kopf. Ich sehe Lena, und Ulla, und Cem, und alle anderen, und wie sie über mich lachen, und auf meine Klamotten zeigen. Ich bin immer noch im Schlafanzug. Ich blicke auf meine Füße. Bin ich vorhin schon barfuß gewesen? „Das sieht wohl jetzt düster für dich aus, Klara.“ Ich blicke hoch, auf dem Stuhl hinter dem Lehrerpult sitzt Doris, die Füße auf der braunen hölzernen Tischplatte übereinander abgelegt. Sie trägt einen knallroten Lippenstift, Stöckelschuhe, die Haare zu einer Hochsteckfrisur, einen kotzfarbenen Stepprock. „Das war’s, du bist zu spät“ meint Lena, während sie immer noch über meinen Schlafanzug mit Cem lacht. „Aus dir wird nie etwas“ höhnt Ulla. Ich will etwas erwidern. Ich bin doch nur in Mathe und Deutsch nicht gut. Aber wieder entspringt mir kein einziges Wort. Meine Zunge, wie am Gaumen festgeklebt. „Schau dich an, in deinem Kinderschlafanzug“ Cem sieht mich angewidert an. „Mit dir wollte ich nichts zu tun haben“ Hört auf. Stopp. Warum seid ihr so gemein? Ich bin plötzlich nicht mehr unsichtbar. Aber es gefällt mir nicht. Sandkorn. Zu gern wäre ich wieder ein Sandkorn.

Schweißgebadet schrecke ich auf. Es war ein Traum. Es war zum Glück nur ein böser, böser Traum. Lena und Doris und alle anderen, sie hassen mich doch nicht. Erleichterung überschwemmt mich. Tack, Tack, Tack. Der uralte Wecker auf meinem Nachttisch zeigt 00.47 Uhr. Ich muss schon wieder über der Serie eingeschlafen sein. Wie viele Folgen es wohl waren? Ich weiß es nicht.

Von Messerattacken und Heavy Metal

„*Because I'm happy, clap along if you feel like a room without a roof..*“ Ich muss mich beherrschen, nicht in den Hopslerlauf wie ein kleines Kind zu verfallen. Das ist nicht cool, ich bin 16, und nicht sechs. „*Because I'm happy, clap along if you feel like happiness is the truth.*“ Heute ist kein guter Tag, sondern heute ist mein Glückstag. Denn da war sie.

Heute ist der erste Tag an meiner Berufsschule. Beim KFZ-Mechatroniker, dachte ich mir, da sind sicher nur Typen. Von der ganzen Beziehungsfrage hatte ich eigentlich die Schnauze voll. Aber da stand sie, mit blonden Locken und grünen Augen, und einem Fragezeichen im Gesicht. Der Platz neben mir ist frei, plötzlich sitzt sie neben mir und lächelt mich an, mich, den Nerd im Kapuzenpulli und der aus der Mode gekommenen Hornbrille. Sie ist hübsch, aber nicht diese 5-Schichten-Make-up Art, sie ist irgendwie so.. natürlich, aber anziehend zugleich.

„*I'm in love with the shape of you, we push and pull like a magnet do. Although my heart is falling too, I'm in love with your body.*“ Die Kopfhörer wummern gegen mein Trommelfell, den Schlüssel im Türschloss höre ich gar nicht, dafür ich bin zu sehr im Film. Patsch, die Türe fällt wieder zu. Eigentlich will meine Mutter, dass ich die Kopfhörer aus den Ohren nehme wenn wir zusammen Mittagessen, dennoch lasse ich sie trotzdem immer drin. Entweder weil ich ihr Gebot ignoriere, oder vergessen habe, dass ich sie noch in dem Ohren habe. Ich sehe schon, wie sie die Lippen bewegt und sagt: „Machst du bitte mal die Kopfhörer raus?“ Ihrem Gesichtsausdruck nach zu urteilen sagt sie das gerade nicht zum ersten Mal. Ups. Also gut. Plötzlich singt da nicht mehr Ed Sheeran, sondern der Dunstabzug. Dröhnen trifft es eher. Das Klirren des Bestecks kennt ebenfalls keinen Rhythmus, es ist unregelmäßig und unvorhersehbar. „Wie war dein erster Tag?“ fragt mein Vater, der mit etwas mehr Krafteinsatz als eigentlich nötig sein Steak durchschneidet. Ri-Ritsch, Ra-Ritsch-Ratsch. Er flucht, als er mit dem Messer abrutscht und sich in den Finger schneidet.

In der Pause geselle ich mich zu den anderen Jungs. Dass ich ein bisschen nicht ganz so coole Sachen trage wie sie, nicht so durchtrainiert bin wie manche von ihnen, und meine Kopfhörer noch ein peinliches Kabel besitzen, scheint sie nicht zu stören, für sie bin trotzdem cool. Auf einmal bin ich cool? Klatsch, sie geben mir alle nacheinander einen Handschlag. „*Wie läufst so, Bro?*“ „*Wo warst du vorher auf der Schule?*“ „*Kennst du...?*“ Die meisten von ihnen sind älter als ich. Das Äußere spielt wohl keine so große Rolle mehr, wie ich gewohnt bin. Das

finde *ich* cool. Auch, dass es so aussieht, als würde ich so richtig zu ihnen dazugehören. Vorsichtig luge ich zu dem Mädchen herüber, dass sich im Unterricht neben mich gesetzt hat. Als sich unsere Blicke kreuzen, schaue ich schnell wieder weg, ich muss bloß das Image behalten. „*Oh baby don't you know you got what I need, Looking so good from your head to your feet, Come a come over here over here.*“

Der Dunstabzug dröhnt, aber kein Besteck klappert mehr. Stattdessen Geschrei wie bei Heavy Metal. „Du weißt doch, dass ich mein Steak am liebsten blutig mag. Bei so einem harten Lappen ist es ja klar, dass ich mir in den Finger schneide.“ Mein Vater hält sich fluchend das dritte blutdurchtränkte Taschentuch an seinen Zeigefinger, in den er sich geschnitten hat. „Musstest du auch wie ein Verrückter daran herumsäbeln?“ fragt meine Mutter wütend. Sie hat nichtmal Anstalten gemacht, ihm die Tücher zu bringen oder den Finger zu desinfizieren, so wie sie es bei mir sicher sofort gemacht hätte. Sehnsüchtig greife ich nach den Kabeln meiner Kopfhörer in meiner Hosentasche. Jetzt geht das schon wieder los. „Den Arsch rackere ich mir hier für dich und den Jungen ab, und was kriege ich?“ Ohje, das war einer zu viel. „Spinnst du? Du bist hier nicht der einzige mit einem Job. Und Wäsche machen, kochen, da ist man sich ja zu fein dazu. Da verkriecht man sich schön in irgendwelchen Fitnessstudios, oder auf irgendwelchen Geschäftsreisen. Am besten mit der durchtrainierten, jungen Assistentin, oder nicht?“ Auwei, auch sie geht aufs Ganze. Das bedeutet vermutlich wieder irgendeine Liebesschnulze, mit viel Wein und Schokolade, auf dem Sofa für sie, und eine Nacht im Büro für ihn. Oder wo auch sonst immer. Schnurstracks verschwinde ich und schnappe mir meinen Schulrucksack auf dem Weg in mein Zimmer. Schnell ziehe ich meine Kopfhörer auf. Frieden, endlich. „*I will not make the same mistakes as you did. I will not let myself cause my heart so much misery.*“

Die Luft im Klassenzimmer ist ganz schön stickig. Das Klassenzimmer ist leise, etwas zu leise. Am liebsten hätte ich jetzt etwas Musik in den Ohren. Aber Kopfhörer im Matheunterricht? Es ist ja kein Kunst. Stolz trage ich mein Ergebnis vor, der Lehrer nickt anerkennend und fordert mich auf, meinen Lösungsweg unter die Kamera zu legen. Mit hochrotem Kopf laufe ich nach vorne, oder besser gesagt, stolpere. Wie peinlich, niemand außer mir blamiert sich direkt am ersten Tag durch seine Trampelhaftigkeit. Mir fliegt mein Heft aus der Hand und direkt vor ein paar Füße. Oh nein, es sind *ihre* Füße, schlimmer kann es kaum mehr werden. Meinem heißen Gesicht nach zu urteilen bin ich so rot wie eine Tomate. Bevor ich mich bücken kann, wird das Heft schon von mir weggezogen.

„Hey, I just met you, and this is crazy

But here's my number, so call me maybe

It's hard to look right at you, baby

But here's my number, so call me maybe“

Ich traue mich nicht, ihr in die Augen zu schauen, als sie mir mein Matheheft reicht. Ich würde gerne *Danke* sagen, aber es bleibt mir im Hals stecken. Als ich es doch wage, kurz hochzuschauen, sehe ich, wie sie mich anlächelt. Ich werde noch röter, wenn das überhaupt möglich ist.

„I've become so numb, I can't feel you there. Become so tired, so much more aware.“ Total unrhythmisch nehme ich ein weit, weit entferntes Klopfen an der Zimmertür wahr. „Nils, lässt du mich rein?“ Ganz kann *Linkin Park* ihr chaotisches Gerüttel an der Tür und ihre, zu hohe, Tonlage für das Lied nicht übertönen. *„I'm becoming this, all I want to do, is be more like me and be less like you“* „Nils, bitte! Ich muss mit dir reden!“ Ich seufze und nehme die Kopfhörer aus den Ohren, klappe mein Zeichenbuch zu, bevor ich es in meine geheime Schublade verstaue. Schnell öffne ich meinen Comic auf einer Seite mittendrin und lege ihn verdreht auf die Bettdecke, damit es so aussieht, als hätte ich ihn gelesen. Im Augenwinkel sehe ich das Display meines Handys aufflimmern. *„Can't you see that you're smothering me? Cause everything you...“* Der Takt, in dem meine Mutter nun an die Tür klopft, ist wesentlich schneller als zuvor. „Mach bitte auf!“ Schnell schalte ich das Handy aus, das Lied bleibt bei Minute 00.47 stehen. Als ich meine Zimmertür entriegele sehe ich, dass meine Mutter geweint hat, an ihren verwuschelten Haaren und dem fleckigen, verquollenen Gesicht. Ich entscheide mich, ihr ein guter Sohn zu sein, weil sie mir leidtut, und ich ein schlechtes Gewissen habe. *„For a woman it ain't easy to raise a man. You always was committed. A poor single mother on welfare, tell me how ya did it. There's no way I can pay you back.“* Ich nehme sie in den Arm und drücke sie. Oh oh, ich spüre das verdächtige Zucken ihrer Schultern in meinen Achseln. Ein paar unangenehme Minuten schluchzt sie noch etwas in meinen Armen vor sich her, bevor sie mir eröffnet, dass sie und mein Vater sich trennen. Und sie sich dann einen zweiten Job für uns suchen muss, weil er mich nicht mitnehmen will. Ich frage sie nicht, aber ich glaube, er zieht mit seiner Assistentin zusammen. Ob die ihm wohl ein blutigeres Steak brät? „Ich kann auch anfangen zu arbeiten, Mama, das ist kein Problem. Ich habe doch bald meinen Mopedführerschein.“ Das muntert sie leider auch nicht mehr auf.

Sie sagt auch weder ja noch nein, sondern lässt einfach nur den Kopf hängen. *„Oh, you’ll turn out fine. But you gotta keep your head up, oh, and you can let your hair down, eh.“* Wut überschwemmt mich, wenn ich an meinen Vater denke. *„Meinst du, ich werde mal so blöd wie er, wenn ich selbst erwachsen bin?“* Meine Mutter blickt mich erstaunt an. *„Nie im Leben. Wenn er der Teufel ist, bist du mein kleiner Schutzengel.“* Ich glaube ihr nicht. Viel zu sehr nagen meine Schuldgefühle, die ich habe, weil ich mich immer in meinem Zimmer verschanze und nie Partei für sie ergreife. Doch die Musik ist die einzige Möglichkeit, ihre Streitereien auszublenken, wenn ich zu Hause bin.

Am nächsten Tag regnet es, mit durchnässtem Pulli stiefele ich also ins Klassenzimmer und muss wohl riechen wie ein nasser Hund. Zum Glück habe ich nur Kapuzenhoodies, so konnte ich trotzdem Musik hören. *„Im sorry mama, I never meant to hurt you. I never meant to make you cry; but tonight I’m cleanin out my closet (one more time).“*

Der Tag gestern hängt mir immer noch nach. Ohne einen weiteren Gedanken zu verschwenden setze ich mich heute nicht in die vorderste Reihe, sondern nach hinten zu den Jungs von gestern. Einer fragt mich, welche Musik ich höre und ich bemerke gar nicht, wie sich der Raum nach und nach füllt.

Zu Beginn der Stunde fällt mir jedoch auf, dass das blonde, hübsche Mädchen von gestern alleine auf ihrem Platz in der ersten Reihe sitzt. Zweifel nagen an mir, ob das so die feine Art war, doch im Verlauf des Schultages rede ich mir ein, dass es so besser ist. Ein Mädchen wie sie verdient keinen Jungen wie mich, der die Gene seines Vaters in sich trägt. *„If you want love you gon’ have to learn how to change. If you want trust, you gon’ have to give some away.“* Aber ich weiß nicht wie. Ich weiß nur, wie Musik ein Problem leise macht.

Im Wasserstrom

POV: Deine Großmutter backt dir immer noch die Torte mit den bunten Streuseln zum Geburtstag. Und steckt Wunderkerzen darauf, die sie anzündet, während sie für dich singt. Ich bin zwar kein kleines Kind mehr, aber für sie doch immer noch ihr kleines Mädchen.

POV; Stell dir vor.

Meine Oma backt mir gar keine Torte mehr, oder wenigstens einen Kuchen. Überhaupt, wenn ich so darüber nachdenke, kann sie gar nicht mehr backen. Oder für mich da sein. Sie kann im Grunde vor lauter Schmerzen nur noch liegen. Warten, bis ihre Krankheit sie einholt.

Ich kann nicht anders, ich muss einfach lachen. #katze. #lustig. #katzenmemes. Eine Katze, die sich vor einem Toaster erschreckt. Eine Katze, die beim Anblick einer Gurke würgen muss. Eine Katze, die...

Ich muss lachen. Ich scrolle weiter, der Bildschirm leuchtet grell auf. Bunt. Menschen, die einen viralen Tanz tanzen. Den kann ich auch. Generell kann ich alle. Kenne alle Memes. Mein Algorithmus bin ich. Hell und bunt ist er. Bringt mich mal wieder zum Lachen, als ich einen Comedy-Clip beim nächsten Weiterscrollen vor mir habe.

Das Zimmer 047 ist total grau, als würde es nicht wirklich existieren. Kein Lachen, kein Tanzen. Leere herrscht hier über Stille. Keine Totenstille. Tot ist sie nicht. Noch nicht. Aber aschfahl ist sie. Und dürr, klapperdürr. Nicht so wie die durchtrainierte Fitness-Influencerin. Krank. Sie sieht nicht mehr aus wie meine Oma. Schreien, rausrennen, nie wieder in das Krankenhaus zurückkehren. In eine Welt flüchten, in der es so etwas wie Endlichkeit nicht gibt. Das würde ich jetzt gerne.

Ich stecke fest, in diesem Gang, der nach Putzmittel stinkt. Nichts bewegt sich, zur Seite, nach oben, unten, hinten, vorne. Starr. Ich auch. Unbeweglich, auf dem Stuhl im Wartezimmer. Meine Eltern verbieten mir das Handy, wenn wir sie zusammen besuchen. Zusammen gehen wir ins Zimmer 047. Aber noch immer keine Bewegung. Da, ein leises Lachen, zwischen piepsenden Geräten, Rollwägen, klappernden Werkzeugen. Zwei junge Frauen im Blauen Kittel. Nicht mein Lachen. Ich stecke fest.

„Meinst du nicht, du bist für heute schon genug am Handy gehangen?“ Mein Vater steht im Türrahmen. Er will, dass ich lerne. Ich nicke. Doch ich kann nichts für mich behalten. Müsste erstmal verstehen. Dafür fehlt mir die Konzentration.

Wenn ich allein in meinem Zimmer sitze, sind da keine Tänze, keine Memes, keine anderen kleinen Universen. Sondern meine Gedanken an Oma. Es fühlt sich an wie ein schlechter Film. Den will ich auf Pause drücken. Am liebsten rückwärtsspulen.

Nachdem ich das Handy am Abend wieder bekomme, scrolle ich. Und scrolle, und scrolle, scrolle, bis ich den Knoten in meiner Brust wegschleure. Bewegung. Ich tauche in das Leben Anderer so schnell ein, wie ich wieder auftauche. Ein Fisch im Wasserstrom, der immer weiterzieht. Dynamisch, nicht starr. Er bewegt sich. Die Clips dauern höchstens eine halbe Minute. Eine angenehme Zeitspanne. Es ist einfach, weiterzuschleure. Rein raus. Rein raus. Raus aus meinem eigenen Leben, immer wieder hinein in ein anderes. Immer weiter. Und weiter. Es macht Spaß, solange es nicht mein eigenes Leben ist, in das ich tauche.

Ein Hund. Ein Tanz. Ein Rezept. Rein raus. „Wir gehen nachher Oma besuchen.“ „Ich komme nicht mit“. Sie schauen enttäuscht. Aber sagen nichts. Meine Hand wird kalt. Mein Daumen steif. Aber das Handy in meiner Hand ist heiß. Ich muss lachen. Drei Sekunden. Weiter. Immer weiter, mit dem Wasserstrom. In dem muss ich nicht denken, sondern einfach machen.

POV: deine Oma wird für immer leben. Wie kann es sein, dass sie bald stirbt?

Die Menschen dort sind alles Fremde. Ich gehöre nicht zu ihnen, sie nicht zu mir. Grenzen. Mein Handy ist die Grenze. Zwischen mir, meinem eigenen Leben, und dem, was mir nicht gehört. Sicher bin ich. Ich bin hinter einer Grenze. „Ich komme nicht mit“ Das wievielte Mal? „Nächstes Mal, versprochen!“ Ich scrolle weiter. Ein Clip über einen verstorbenen Hund. Schnell weiter. Ein Mädchen das... Akku leer, das Flackern des Displays erlischt. Ich bin wieder allein. Unbeweglich.

Es gibt kein nächstes Mal. Das Zimmer 047 ist leer. Das Handy bleibt in meiner Hosentasche. Mein Vater weint. Er hat noch nie geweint. Das ist nicht echt.

Wie Eskapismus funktioniert

„Sind Sie bereit?“ Die Psychologin nickt. Sie sitzt da, als hätte sie Zeit erfunden, scheint unaufgeregt zu sein. Kein Wunder, auf eine Art und Weise gehört das zu ihrem Job. Ich starte das Diktiergerät. Das Glas Wasser auf dem Tisch funkelt, weil Sonnenstrahlen durch die dünnen Vorhänge darauf fallen.

„Wir alle kennen die Flucht aus dem Alltag,“ beginne ich „zum Beispiel nach einem anstrengenden Arbeitstag. Meist verbringen wir den Abend damit, auf dem Sofa fernzusehen, obwohl wir uns oft vornehmen, etwas anderes, produktives zu tun. Warum tun wir das?“

Die Psychologin lächelt. „Was du beschreibst, nennt man auch Eskapismus. Er ist im Grunde genommen erstmal nichts Negatives, sondern total natürlich. Jeder tut es, um sich vom eigenen Alltag zu distanzieren. Es ist wie ein psychischer Schutzschild, den man selbst errichtet. In Studien bezeichnen wir es zwar als eine Bewältigungsstrategie, aber im Alltag geht es eher ums Überleben.“

Ich räuspere mich kurz. „Gibt es aber einen Unterschied zwischen gewöhnlicher Flucht und problematischem Eskapismus? Kann dieser nicht schnell auch zu Suchtverhalten führen?“

Sie nimmt erst das Glas, um einen Schluck aus ihm zu trinken. Ich sehe, dass sie kurz Zeit braucht.

„Ja,“ sagt sie schließlich, das Glas immer noch zwischen den Händen. „Aber nicht wie wir es uns vorstellen. Viele gehen davon aus, dass in der Menge das Gift liegt. Das ist aber nicht so. Oft ist viel problematischer, welche Funktion unser Eskapismus erfüllt. Eskapismus ist meist erst dann problematisch, wenn er als die einzige Möglichkeit gesehen wird, der Realität zu entkommen. Gewöhnliche Flucht ist so, als würde man sich eine Zeit lang an diesem Wasserglas festhalten.“ Sie stellt das halb leere Glas zurück auf den Tisch. „Nur die wenigsten wissen irgendwann nicht mehr, wie es ist, das Glas auch wieder abzustellen. Erst dann wird Eskapismus zu einem Käfig. Nicht die Flucht allein ist das Problem, sondern vielmehr das Nicht-zurückkommen-können.“

Auf eine besondere Art und Weise ist es sehr angenehm, ihr zuzuhören. „Warum funktionieren gerade unsere modernen Technologien so gut? Streamingplattformen, Musik oder Kurzvideos in sozialen Medien?“

„Sie alle geben uns Welten, in denen nichts von uns verlangt wird. Jedoch haben diese Angebote verschiedene Anreize.“ Die Psychologin streicht sich bedächtig über ihren bunt gemusterten Schal, als sie antwortet.

„Gerade bei Filmen oder Serien spielt ihre Vorhersehbarkeit eine große Rolle. Betroffene flüchten vor allem in das, was bereits bekannt ist. Es gibt ihnen Sicherheit, das Gefühl, etwas kontrollieren zu können. Das ist im echten Leben oft nicht der Fall, deshalb wird Struktur und Ordnung gerade dann gesucht, wenn im Alltag nicht alles glattläuft.“

Wieder trinkt sie einen Schluck.

„Musik hingegen wird oft... als Teil der eigenen Identität wahrgenommen. Sie verpackt Gedanken und Emotionen, ohne sie eine Handlung werden zu lassen. Auch sie kontrolliert Gefühle – man kann traurig, wütend, verliebt sein, allerdings ohne wirklich etwas zu tun.“

Sie macht eine kurze Pause. Nimmt das Glas wieder vom Tisch, trinkt wieder einen Schluck. Diesmal behält sie das Glas in der Hand.

„Kurzvideos so wie auf TikTok sind in der Lage, Zeit zu zerschneiden. Gerade bei der Emotion Schmerz greifen viele darauf zurück, denn dieser nimmt in der Regel einiges an Zeit ein. TikTok ist in der Lage, ihm diese Dauer zu nehmen. Ein zehnstündiger Clip ist zu kurz für Trauer, aber lang genug für Ablenkung.“

Ich hake die Frage auf meinem Konzeptblatt ab. Ihre Art, Eskapismus zu sehen, überrascht mich. Deswegen brauche ich eine Weile, um die passende Frage für einen guten Übergang zu finden.

„Warum sind gerade viele Jugendliche von Eskapismus betroffen?“

„Jugendliche wirken durch ihre Neigung zu intensivem Eskapismus oft schwächer. Sie sind jedoch nicht weniger widerstandsfähig, sie fühlen nur viel intensiver als Kinder und erwachsene Menschen. Ihr Körper ist nicht das einzige, das sich gerade verändert, auch das Nervensystem ist in der Entwicklung strapaziert. Es befindet sich ebenfalls in einem Umbau, deshalb bedeutet ihr Eskapismus ein Werkzeug zum Selbstschutz und keinen Fehler.“

Draußen brechen die Wolken auf und lassen die Sonne noch heller und wärmer in das Zimmer scheinen. Die Psychologin scheint niemanden zu verurteilen. Sie versteht das Verhalten Anderer offenbar besser, als gewöhnliche Menschen.

„Oft werden Jugendliche mit vielen neuen Unsicherheiten und Probleme überflutet, die wir von außen zwar nicht wahrnehmen. Sie beeinflussen aber umso mehr ihre eigene Wahrnehmung. Und der einzige Weg, um diesen unregulierbaren Gefühlen zu entfliehen, ist für sie Eskapismus. Sie erleben ihre Gefühle das erste Mal in so einer Wucht, deshalb ist es also einladend, an dem Glas festzuhalten, das ihnen Kontrolle und Sicherheit gibt.“

Sie nippt an ihrem Glas.

Ich nicke und hake ab. „Ist diese Flucht aus dem Alltag also grundsätzlich nichts Falsches?“

„Nein, er kann oft sogar äußerst hilfreich sein, wenn er nur ein Übergang ist. Ein kurzes Nehmen, Trinken, und dann wieder Abstellen. Er ist oft nur eine Pause, kein Ersatzleben, also ist er auch nicht zwingend problematisch. Er kann Kraft geben, eine Gelegenheit zum Durchatmen bieten. In seltenen Fällen ist er sogar doch produktiv, zum Beispiel in Form von kochen, putzen, einkaufen oder Sport treiben. Er ist meist nicht zwingend die Flucht aus der Realität, sondern nur ein Atemzug dazwischen. Stehen bleiben, durchatmen, weitermachen.“

Bei der nächsten Frage zögere ich. Ich frage mich, ob sie zu persönlich ist.

„Sind Sie selbst jemand, der Eskapismus betreibt?“

Sie zögert wieder, dreht das Glas in ihren Händen, das mittlerweile leer ist.

„Über Eskapismus Bescheid zu wissen schützt mich nicht davor, selbst ab und zu zu flüchten. Auch ich greife zu meinem Glas, wenn es mir zu viel wird. Das passiert in einem Beruf wie meinem schon auch häufiger.“ Sie macht eine kurze Pause und schaut auf das Glas in ihrem Schoß. „Ich beschäftige mich ja nicht nur mit meinem eigenen Leben, sondern auch mit den Problemen von anderen, und die sind oft groß.“

Sie wird etwas rot um die Wangen als sie leicht lächelt. Das Glas stellt sie zurück auf den Tisch.

„Jedoch unterscheide ich mich wohl vielleicht von anderen darin, dass mein Eskapismus nicht immer gleich aussieht. Manchmal ist er meine Arbeit, manchmal Ruhe, manchmal ein gutes Buch. Ich habe auch nicht das Gefühl, ich bräuchte ihn, um etwas zu kontrollieren. Er erfüllt bei mir die Funktion des Durchatmens, jedoch nicht mehr.“

Ich bin beeindruckt, wie sie ihren eigenen Eskapismus selbst reflektiert. Offenbar geht es bei Eskapismus wirklich darum, ihn zu verstehen. Nicht, ihn zu bekämpfen. Ich hake wieder ab. Das leere Glas auf dem Tisch glitzert.

„Was würden sie Menschen mitgeben, die sich für ihren Eskapismus schämen, ihn verstecken wollen?“

Sie greift erneut nach dem leeren Glas, behält die Hände jedoch auf dem Tisch. „Nicht jede Flucht ist falsch. Aber jede Flucht erzählt etwas über einen Menschen. Sie ist nichts Sündhaftes, sollte nicht zum Scham führen. Alle greifen zu ihrem Glas, schütten es voll mit Serien, Musik oder sonstigem, um es danach wieder abzustellen. Eigentlich ist es unsere Aufgabe, ihn zu sehen, den Menschen zuzuhören. Eskapismus bedeutet nicht Schwäche, er bedeutet, das etwas zu schwer geworden ist, um es alleine zu tragen.“

Sie löst ihre Hände vom Glas. Es glitzert nicht mehr.