



Deutsche  
Arbeitsgemeinschaft  
Selbsthilfegruppen e.V.

# **Selbsthilfe trägt: Selbsthilfekontaktstellen führen Gruppen verlässlich durch die Krise**

---

**1. Digitaler Fachtag am 22. Juni 2021**

**Gemeinsam – ein Selbsthilfe Comic**

**Bericht  
Frank Omland**

**[www.dag-shg.de](http://www.dag-shg.de)**



## **Das Hamburger Comic-Projekt Comics zur, für, über und mit der Selbsthilfe**

### **Bericht vom Workshop**

Moderator: Frank Omland

Im Oktober 2020 erschien in einer Auflage von 7.000 Exemplaren der erste Selbsthilfecomic der KISS Hamburg. Dieser behandelte auf 28 Seiten insgesamt 13 Themen sowie die Darstellung der Selbsthilfeunterstützung. Ein Jahr später folgte zum Comic-Festival eine 20seitige zweite Ausgabe mit weiteren sieben Arbeiten. Damit kann jetzt ein sehr breites Spektrum der gruppenbezogenen Selbsthilfe durch kleine Bildergeschichten einem eher selbsthilfe-fernen erwachsenen Publikum vermitteln werden. Die Themen reichen von „klassischen“ chronischen Erkrankungen wie Multiple Sklerose, Diabetes oder Parkinson über seelische Erkrankungen wie Angst, Depression oder Bipolare Störungen bis hin zu Alkoholismus und Sucht oder auch Adoption, Schmerzen oder ADHS.

Die Genese und der Verlauf des Hamburger Comics Projekts kann in einem umfangreichen Aufsatz im Selbsthilfegruppenjahrbuch nachverfolgt werden (<https://www.dag-shg.de/service/jahrbuecher/2021/>) und die beiden Comics stehen jeweils online auf der Website von KISS Hamburg zum Download zur Verfügung:

- [Gemeinsam. Ein Selbsthilfecomic.](https://www.kiss-hh.de/fileadmin/redakteur/6-ueber-uns/SHZ_158_Comic-Web-klein.pdf)  
([https://www.kiss-hh.de/fileadmin/redakteur/6-ueber-uns/SHZ\\_158\\_Comic-Web-klein.pdf](https://www.kiss-hh.de/fileadmin/redakteur/6-ueber-uns/SHZ_158_Comic-Web-klein.pdf))
- [Life is amazing. Support yourself](https://www.kiss-hh.de/fileadmin/redakteur/Materialien/Festival-Comic_2021-web.pdf)  
([https://www.kiss-hh.de/fileadmin/redakteur/Materialien/Festival-Comic\\_2021-web.pdf](https://www.kiss-hh.de/fileadmin/redakteur/Materialien/Festival-Comic_2021-web.pdf))

Dementsprechend soll sich in diesem Nachbericht zum Workshop auf bestimmte arbeitspragmatische Fragen konzentriert werden, die für eigenständige Projekte in anderen Kontaktstellen von Bedeutung sein könnten. Aus den Rückfragen in den Workshops wurde klar, dass Organisatorisches, Ressourcenplanung und Rechtliches im Mittelpunkt standen.

Im Workshop wurde zuerst einmal ein Überblick über den Ablauf des Projekts gegeben, um einen Eindruck vom Aufwand und dem Vorlauf zu geben:

Zeitlicher Ablauf des Projekts:

- November 2019: Kontakt zu vier Zeichner\*innen, erstes Matching mit Selbsthilfegruppen
- Januar 2020: „Bewerbung“ mit diesen Zeichnungen beim Comic-Festival
- Januar 2020: SH-Zeitung, Bekanntgabe an die Gruppen / Aufruf zur Teilnahme
- Frühjahr 2020: „Werbung“ bei Zeichner\*innen (Hochschulen, Comic-Szene, Plattform: Das Auge; <https://dasauge.de/> )
- Juli 2020: Einsendeschluss der Zeichnungen
- September 2020: Druckausgabe fertiggestellt (Auflage: 7.000 Stück)
- Oktober 2020: Comic-Festival (pandemiebedingt ohne eine Ausstellung von KISS Hamburg)
- Dezember 2020: Online-Veranstaltung zum Comic (Austausch Zeichner\*innen, Gruppenmitglieder, Community)



- Winter 2021/Frühjahr 2021: neue Suche von Zeichner\*innen (Hochschule)
- Seit Januar 2021: Abdruck weiterer Comics in der vierteljährlich erscheinenden Selbsthilfe-Zeitung
- Herbst 2021: Vorbereitung der beiden Ausstellungen (Comics, Titelbilder SH-Zeitung, Plakate der Image-Kampagne von KISS Hamburg)
- September 2021: Kleinauflage des neuen Comics (200 Stück) für das Comic-Festival
- Oktober 2021: Comic-Festival, zwei Ausstellungen

Abgesehen von den beiden Ausstellungen, stellten den zeitaufwändigsten Teil dabei das Finden der Zeichner\*innen, sowie das Zusammenbringen/Matching von Zeichner\*innen und Gruppen dar. Ziel war es, die jeweiligen Interessen und gegenseitigen No-Go's zu berücksichtigen.

Hilfreich ist es, wenn es vor Ort schon eine aktive Design-Szene gibt oder auch Hochschulen Comic-Kurse durchführen. Professionelle Zeichner\*innen haben wir über einen Post auf der Plattform „Das Auge“ angeworben. Angesichts der geringen Vergütung sollte dabei der Pro Bono-Aspekt hervorgehoben werden, weil es sonst zu Unmut seitens der Profis führen könnte. Unsere beteiligten Profis haben sich bewusst für das Projekt entschieden und ihnen war klar, dass sie viel mehr Zeit investieren würden, als das Honorar vergüten würde. Um es deutlich zu sagen: Nicht selten kostet die Erstellung einer Doppelseite ein bis zwei volle Arbeitstage einschließlich der Gespräche mit den Gruppenmitgliedern!

Als zweites erfolgte im Workshop die Darstellung der Vorgaben/Teilnahmebedingungen sowie der Vergütung. Konkret hieß das: Es musste mindestens ein telefonischer Kontakt zu einer Gruppe stattfinden und danach der erstellte Comic durch die Gruppe freigegeben werden. Ausschlusskriterien wurden in den Teilnahmebedingungen so formuliert: KISS Hamburg behält sich vor, Zeichnungen ohne Begründung abzulehnen und diese weder abzdrukken noch auf dem Comicfestival Hamburg auszustellen. Zeichnungen, die gegen das Strafgesetzbuch bzw. gegen das Grundgesetz, insbesondere die darin enthaltenen Artikel zum Schutz der Menschenwürde verstoßen, werden ausgeschlossen. Und natürlich durfte keine Verletzung von Rechten Dritter stattfinden. Als Vergütung wurden 200 Euro pro abgedruckte Doppelseite angeboten, wobei nicht abgedruckte Seiten nicht honoriert wurden. (Wer Interesse an den Teilnahmebedingungen hat, kann sich zwecks Übermittlung an mich wenden. Diese beruhen auf Ausschreibungen wie sie bei Wettbewerben von Comic-Verlagen eine Rolle spielen und benennen auch formale Kriterien).

In der Praxis bewährte es sich, sich so wenig wie möglich in den Prozess zwischen Zeichner\*innen und den Gruppen einzumischen. Wir hatten die Teilnahmebedingungen bewusst niedrigschwellig gehalten. Durch den Kontakt zur Gruppe entstanden eigenständige Ideen für den Comic. Diese drehten sich um das Gruppengeschehen, die Erkrankung/das Thema oder auch um eine persönliche (fiktive) Geschichte der Betroffenen.

Wir verzichteten bewusst auf einengende Vorgaben, die aus unserer Sicht nur die Kreativität behindert hätten. Das hat sich wirklich bewährt. Zu gut gemeinten Vorgabe à la „Die Selbsthilfe muss positiv dargestellt werden“ würden wir nicht raten.

Tatsächlich haben sich die Zeichner\*innen zeitlich intensiv mit den Gruppen auseinandergesetzt, weit über den Rahmen, für den sie tatsächlich honoriert wurden. Verzichtet haben wir auch auf eine Jury, die die Comics bewertet. Das erhöht nur den Aufwand und tatsächlich haben wir nur wenige Comic-Einreichungen ablehnen müssen, weil diese nicht den formalen Kriterien entsprachen (i.d.R. fehlender Kontakt zu einer aktuellen Gruppe).

Im letzten Teil des Workshops stand die Präsentation der Comics im Mittelpunkt. Neben der Druckausgabe bot es sich natürlich an, diese in einer Ausstellung mit einem Begleitprogramm zu präsentieren. Aufgrund der Pandemie kam es nicht zur öffentlichen Auslage in den Beratungsstellen und öffentlichen Orten wie den Bürgertreffs und Bücherhallen. Erst durch die beiden Ausstellungen auf dem Comic-Festival im Herbst 2021 fand praktisch eine öffentliche Präsentation statt, die das von uns anvisierte selbsthilfe-ferne Publikum erreichen konnte. Die sehr positive Resonanz und die vielen Reaktionen dazu habe ich kurz für das NAKOS INFO 124 zusammengefasst (<https://www.nakos.de/data/Fachpublikationen/2021/NAKOS-INFO-124.pdf>). Tatsächlich können wir die Comics auch im Rahmen unserer weiteren Arbeit zeigen und werden dies für stadtteilbezogene Veranstaltungen und 2022 bei der Aktionswoche Selbsthilfe wieder nutzen. Zudem drucken wir aktuell in unserer vierteljährlich erscheinenden Selbsthilfezeitung jeweils immer einen doppelseitigen Comic ab.

Im Workshop trafen sich einige Kontaktstellen, die selbst Interesse an der Umsetzung eines Comic-Projekts haben und ich bin gespannt, ob zukünftig auch in anderen Regionen Comic-Ausgaben zur Selbsthilfe erscheinen werden.

Anmerkung: Der ursprünglich auf der DAG-Jahrestagung geplante Workshop musste krankheitsbedingt ausfallen und wurde im Oktober und November mit knapp einem Dutzend Mitarbeitenden von interessierten Kontaktstellen online nachgeholt.

*Frank Omland ist Selbsthilfeberater mit dem Schwerpunkt Öffentlichkeitsarbeit bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS) Hamburg (Paritätischer Wohlfahrtsverband Hamburg e.V.).*