

Nadja Hermann

# ERZAEHLMIRNIX

Das wird man ja wohl  
noch sagen dürfen!

Ja. Leck. Mich. Doch.



Leben mit Menschen

riva



Nadja Hermann

# ERZAEHLMIRNIX

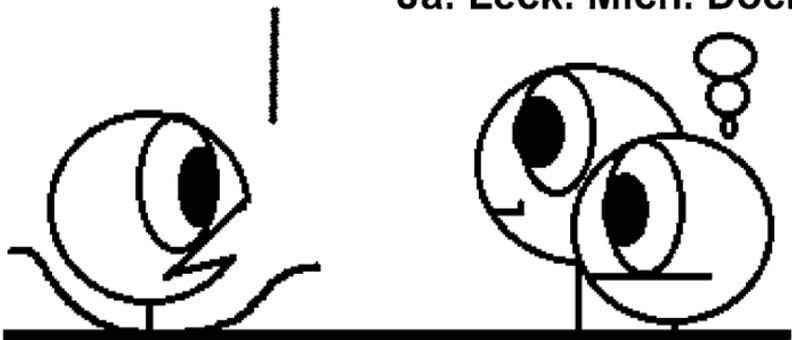


Nadja Hermann

# ERZAEHLMIRNIX

Das wird man ja wohl  
noch sagen dürfen!

Ja. Leck. Mich. Doch.



riva

### **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

### **Für Fragen und Anregungen**

[info@rivaverlag.de](mailto:info@rivaverlag.de)

Originalausgabe

1. Auflage 2021

© 2021 by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

\*S. 118: [www.svss-uspda.ch/biologie/](http://www.svss-uspda.ch/biologie/) (abgerufen am 28.6.2021)

Redaktion: Mirka Uhrmacher

Satz: Achim Münster, Overath

Druck: Florjancic Tisk d.o.o., Slowenien

Printed in the EU

ISBN Print 978-3-96775-050-8

ISBN E-Book (PDF) 978-3-96775-051-5

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96775-052-2



**Wir produzieren  
nachhaltig**

[www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

**[www.rivaverlag.de](http://www.rivaverlag.de)**

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

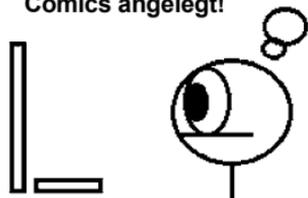
# INHALT

<b>VORWORT</b>		<b>6</b>
<b>KAPITEL 1</b>	<b>MENSCHEN</b>	<b>10</b>
<b>KAPITEL 2</b>	<b>GESUNDHEIT</b>	<b>40</b>
<b>KAPITEL 3</b>	<b>INTERNET</b>	<b>68</b>
<b>KAPITEL 4</b>	<b>POLITIK</b>	<b>84</b>
<b>KAPITEL 5</b>	<b>GESELLSCHAFT</b>	<b>98</b>
<b>KAPITEL 6</b>	<b>BEZIEHUNGEN</b>	<b>122</b>
<b>KAPITEL 7</b>	<b>KONKURRENZ</b>	<b>136</b>

# **VORWORT**

# WIE ALLES BEGANN

Hurra, ich habe es gewagt und ein Facebookprofil für meine Comics angelegt!



Oh mein Gott, jemand hat eines der Comics geteilt!!!!

Es gibt sogar einen Kommentar!!!



*Was macht diese hässliche Scheiße in meiner Timeline?*



# WO SIND WIR JETZT?

Wer sind wir?

Leute, die voller Begeisterung dieses Buch aufschlagen!



Und was wollen wir?

Ein Vorwort, um spannende Dinge über die Autorin zu erfahren und warum es sich lohnt weiterzublättern.



Und was bekommen wir?

Ein hässliches Paintcomic über Selbstzweifel???!!



# WER IST NADJA HERMANN?

Also, du hast Psychologie studiert und eine Ausbildung zur Psychotherapeutin, aber nun machst du Comics.

Obwohl du nicht zeichnen kannst

Jupp.

Genau!



Und trotzdem ist das hier nun dein zweites Comicbuch. Wie geht's dir damit?

Na ja, ehrlich gesagt kann ich oft gar nicht glauben, dass Leute mit Paint gemachte Comics mögen.



Fühlt sich dann unverdient an, wo es so viele bessere Comiczeichner gibt. Aber das ist ein bekanntes Phänomen. Das Impostor-Syndrom.

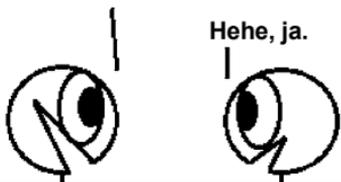


Viele leiden unter diesem Gefühl, Erfolge nicht zu verdienen.

Ah, da merkt man das Psychologiestudium.



Das ist vermutlich der Grund für den Erfolg der Comics!



Oh Gott, ich habe das Impostor-Syndrom erst googeln müssen, ich KANN GAR NICHTS!!!!!!!



## Kapitel 1

# MENSCHEN

Dieses Kapitel steht unter dem Thema Menschen.

Ah, Nummer sicher. Ist ja der kleinste gemeinsame Nenner: Wir sind alle Menschen.

**KEIN GRUND, BELEIDIGEND ZU WERDEN!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!**



Oh Gott, was sollen wir nur tun?????



Wie wäre es mit Lösung X?



Meeeeeh.



Wir brauchen eine Lösung!!!!



Wie wäre es mit Lösung X?



Braaaaaavo!  
Braaaaaavo!



Ja. Leck. Mich. Doch.



So, nun erledige ich endlich diese Sache!



Du solltest endlich diese Sache erledigen!!!



Jetzt will ich nicht mehr.



Kaffee trinken? Hm, können wir gerne demnächst machen. Im Moment geht's mir nicht so gut, und ich will heute lieber alleine essen.

Oh, dir geht es nicht gut?  
Was ist denn los? Erzähl!

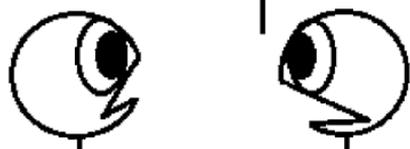
Manchmal habe ich einfach so Phasen, da brauche ich etwas Zeit für mich. Rückzug, nicht reden und so.



Nee, nee, das ist gar nicht gut in solchen Phasen! Wenn es einem nicht gut geht, muss man darüber reden. Sich alles von der Seele reden. Das tut gut und befreit.

Ja ... bei mir ist das anders. Bei mir hilft Ruhe.

Zurückziehen macht nur depressiv! Du musst jetzt raus an die Luft und einfach mal alles rauslassen.



Na komm, wir setzen uns jetzt in das Café da, und du erzählst mir, was dich bedrückt.

Du wirst sehen, hinterher geht es dir besser.



Also?

Na ja ... schätze, mein Problem ist, dass ich das Gefühl habe, niemand nimmt meine Gefühle ernst, und die Leute übergehen meine Bedürfnisse einfach.



Oh.



Ich wette, jetzt, wo du das mal ausgesprochen hast, fühlst du dich besser. Oder?

