

STILL  
LEBEN



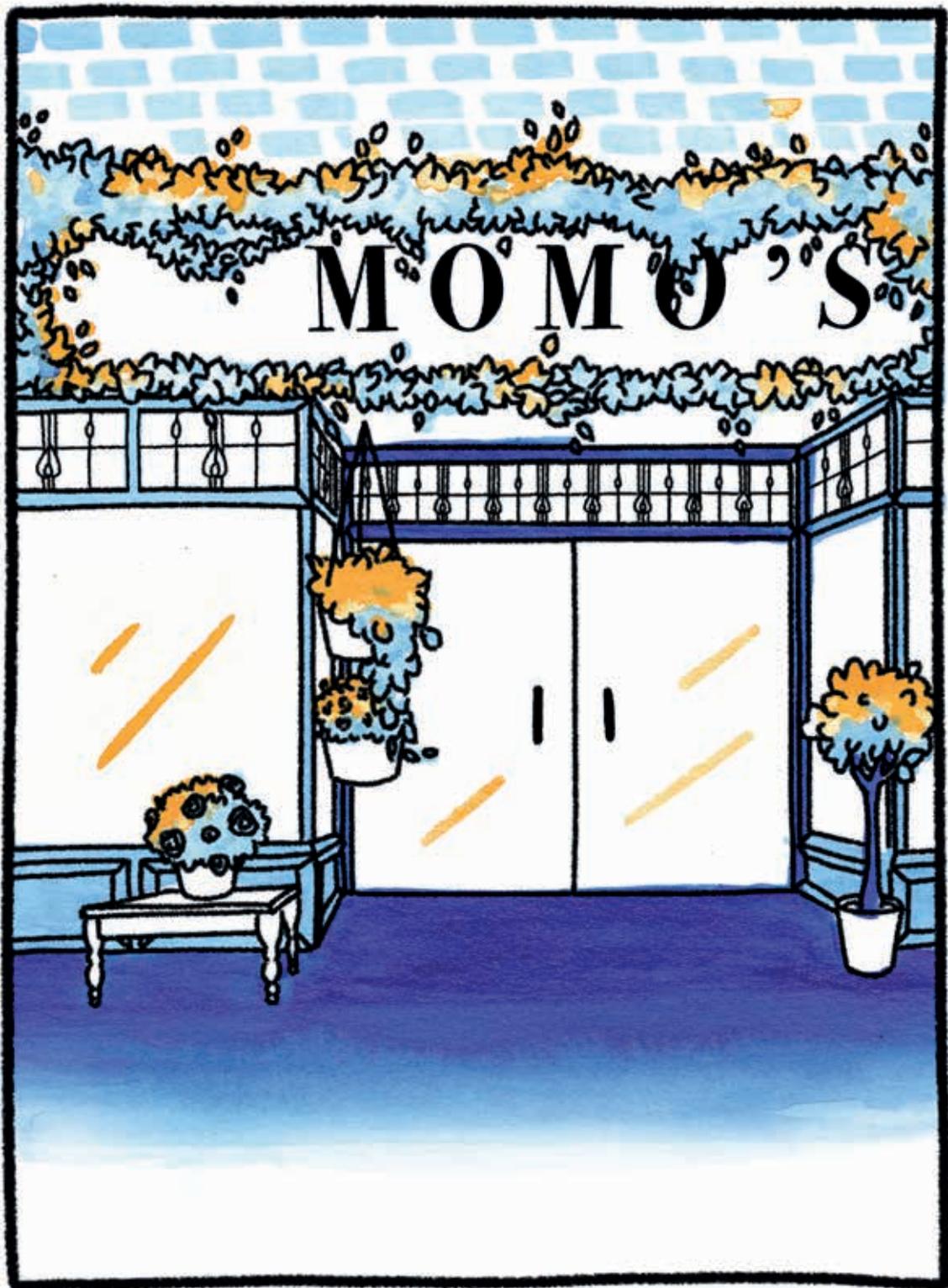
Eine Anekdote über das Impostor-Phänomen

# Still Leben

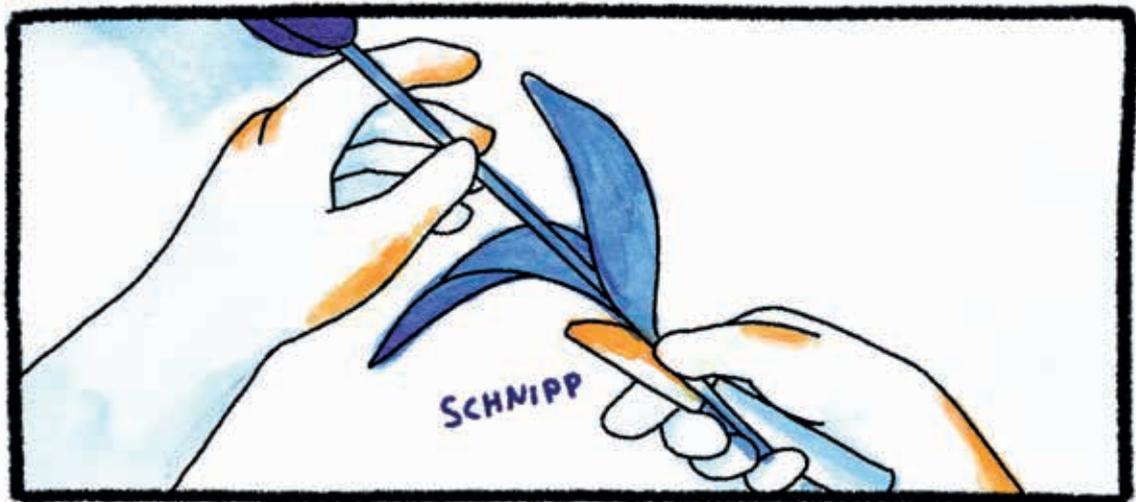
Leonie Hogefeld (Geschichte und Illustration)  
Helen Kingate (Charakterdesign und Illustration)

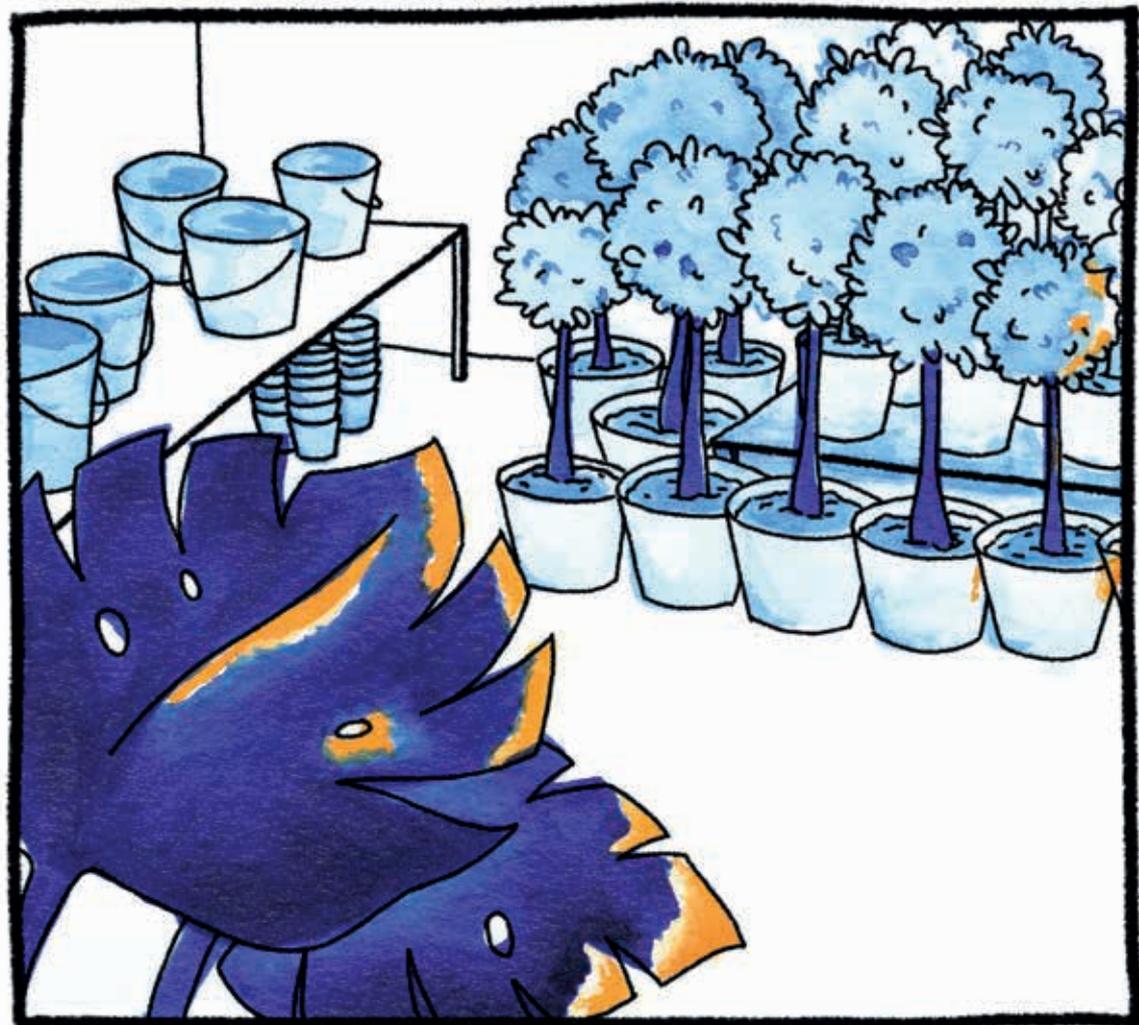


# MOMO'S









Sind die  
Schnittblumen  
schon fertig,  
Quinn?



Nur noch das  
Schleierkraut.





Genau wie damals, als du dich hier vorgestellt hast, Quinn.

Ich kann mich erinnern.

Am Anfang habe ich mir immer in die Hände geschnitten, als ich die Pflanzen gekürzt habe.



Und nun sieh' dich an:

Keine zerschnittenen Hände mehr!



Es ist eben noch kein Meister vom Himmel gefallen.

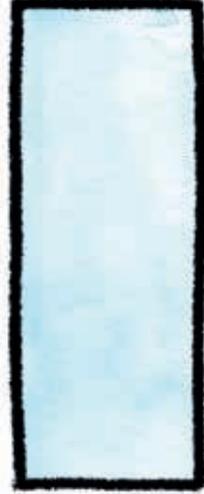
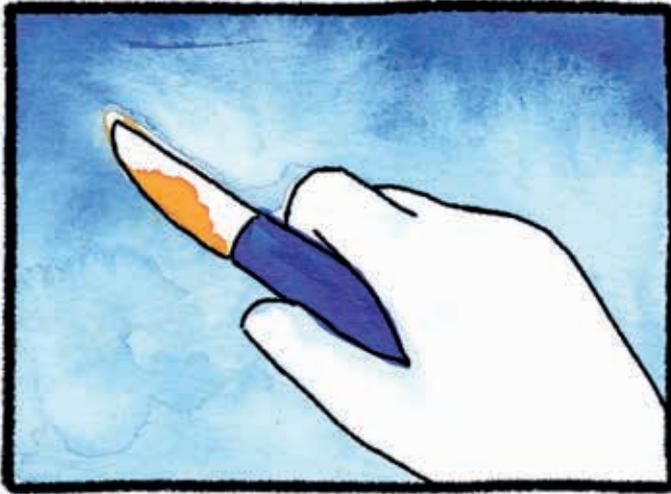


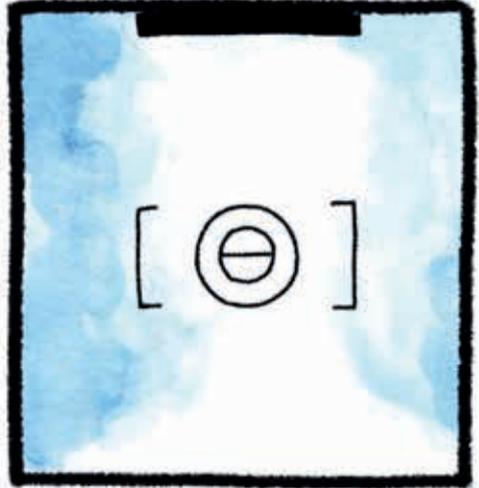
Danke  
für deine  
aufmunternden  
Worte.

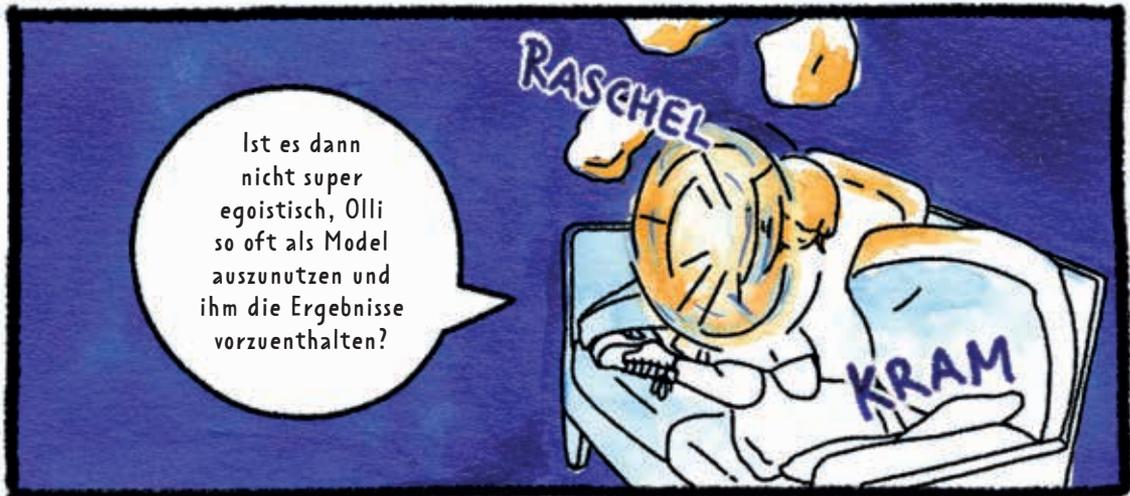


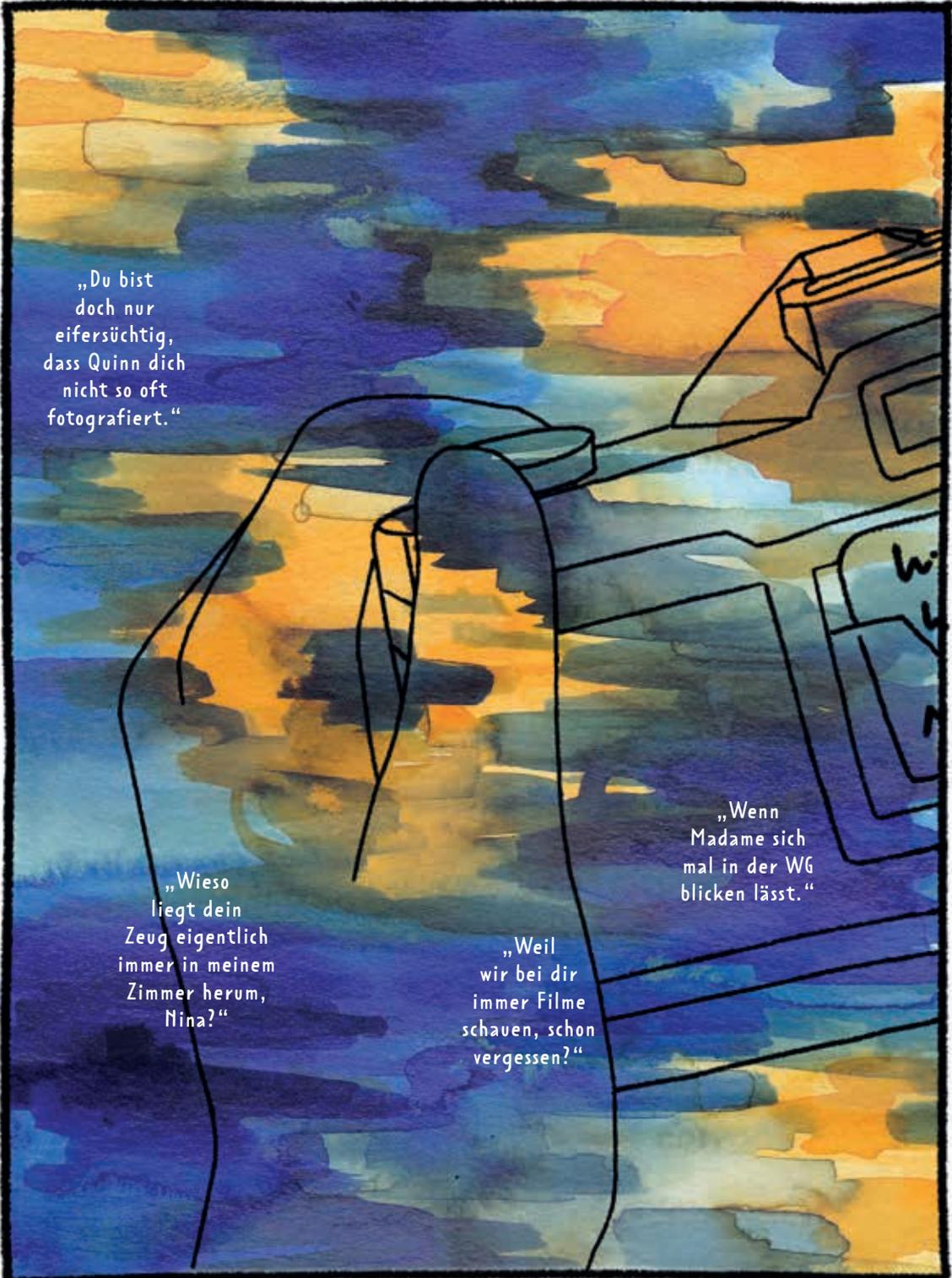
Ich bin  
wirklich gerne  
hier, Monika.











„Du bist  
doch nur  
eifersüchtig,  
dass Quinn dich  
nicht so oft  
fotografiert.“

„Wieso  
liegt dein  
Zeug eigentlich  
immer in meinem  
Zimmer herum,  
Nina?“

„Weil  
wir bei dir  
immer Filme  
schauen, schon  
vergessen?“

„Wenn  
Madame sich  
mal in der WG  
blicken lässt.“



„Ich muss los.  
Bis später!“

„Ufff...  
Nina hat  
wirklich  
Hummeln im  
Hintern.“

Hey Quinn,  
alles okay?





Ja...

Ich habe nur über eine andere Kameraeinstellung nachgedacht...



Hättest du gerne mal einen Abzug von ein paar der Fotos?

Sag nein.  
Sag nein.  
Sag nein.



Wenn es dir nichts ausmacht, gerne.

Kein Problem ...

Fuck.  
Fuck.  
Fuck.

Ich wollte morgen sowieso ins Fotolabor der Uni gehen.

Dann kann ich ja ein paar Abzüge machen.



Hab aber keine zu hohen Erwartungen. Du weißt ja, mein Gebiet sind eher Stillleben.

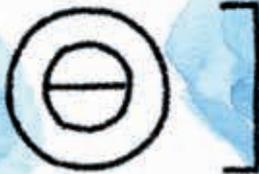
Mit dem Studium bin ich ja auch noch lange nicht durch. Da ist noch viel Luft nach oben.



Ich habe meistens einfach Glück.

Ach komm, das wird schon.

Kein Druck von meiner Seite aus.



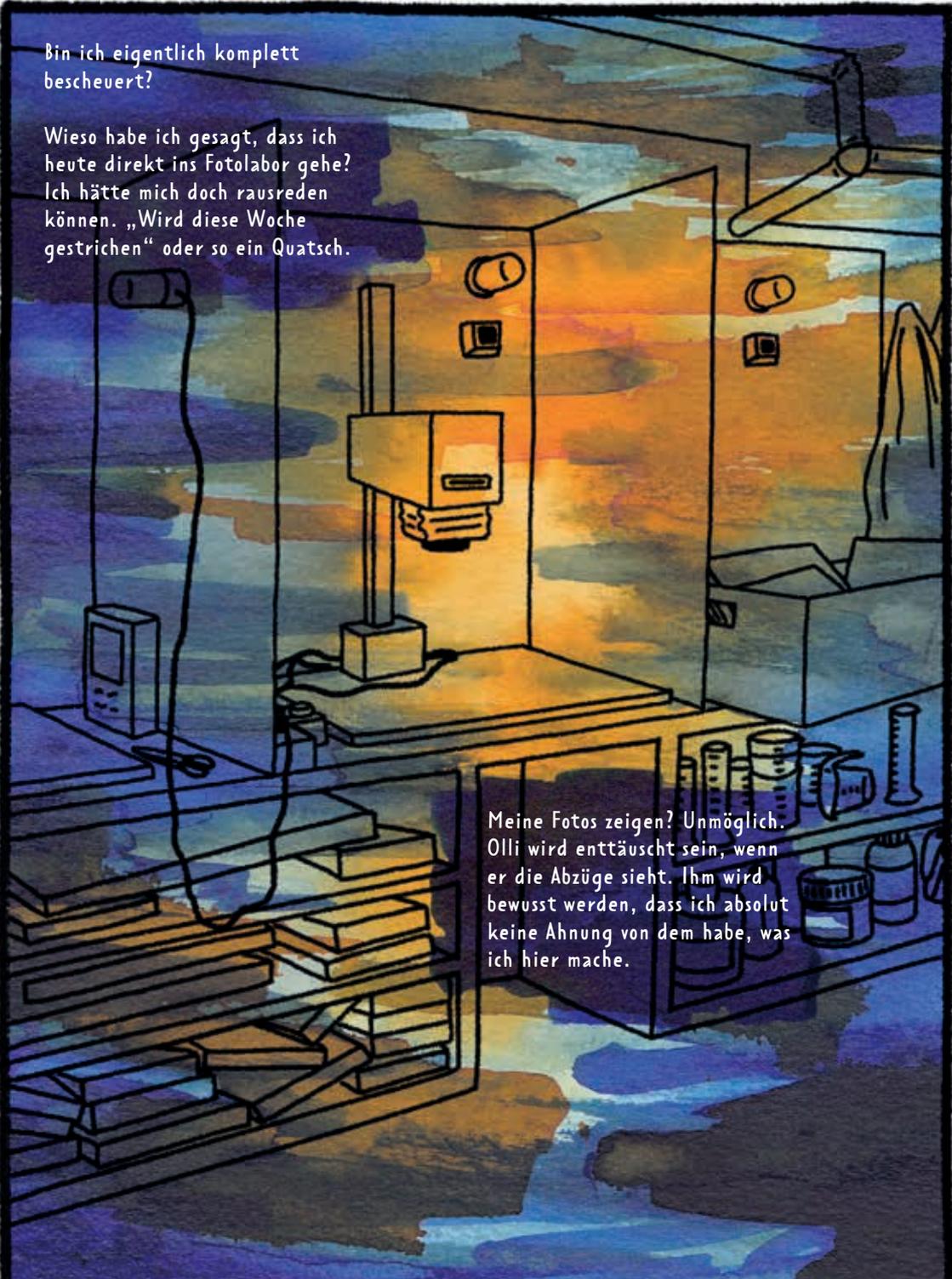
**KLICK**

Ich bin einfach auf die Ergebnisse gespannt.

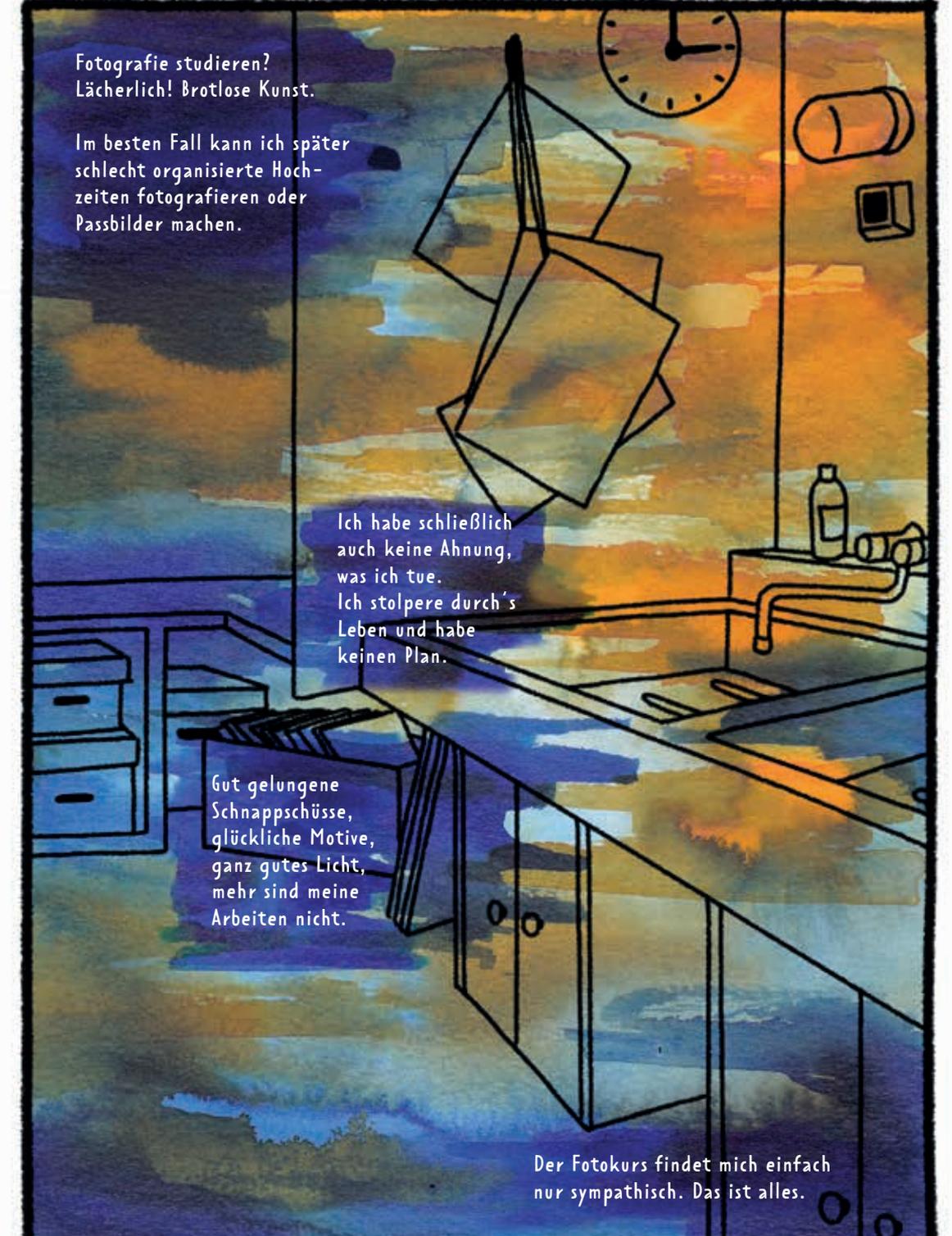


Bin ich eigentlich komplett  
bescheuert?

Wieso habe ich gesagt, dass ich  
heute direkt ins Fotolabor gehe?  
Ich hätte mich doch rausreden  
können. „Wird diese Woche  
gestrichen“ oder so ein Quatsch.



Meine Fotos zeigen? Unmöglich.  
Olli wird enttäuscht sein, wenn  
er die Abzüge sieht. Ihm wird  
bewusst werden, dass ich absolut  
keine Ahnung von dem habe, was  
ich hier mache.



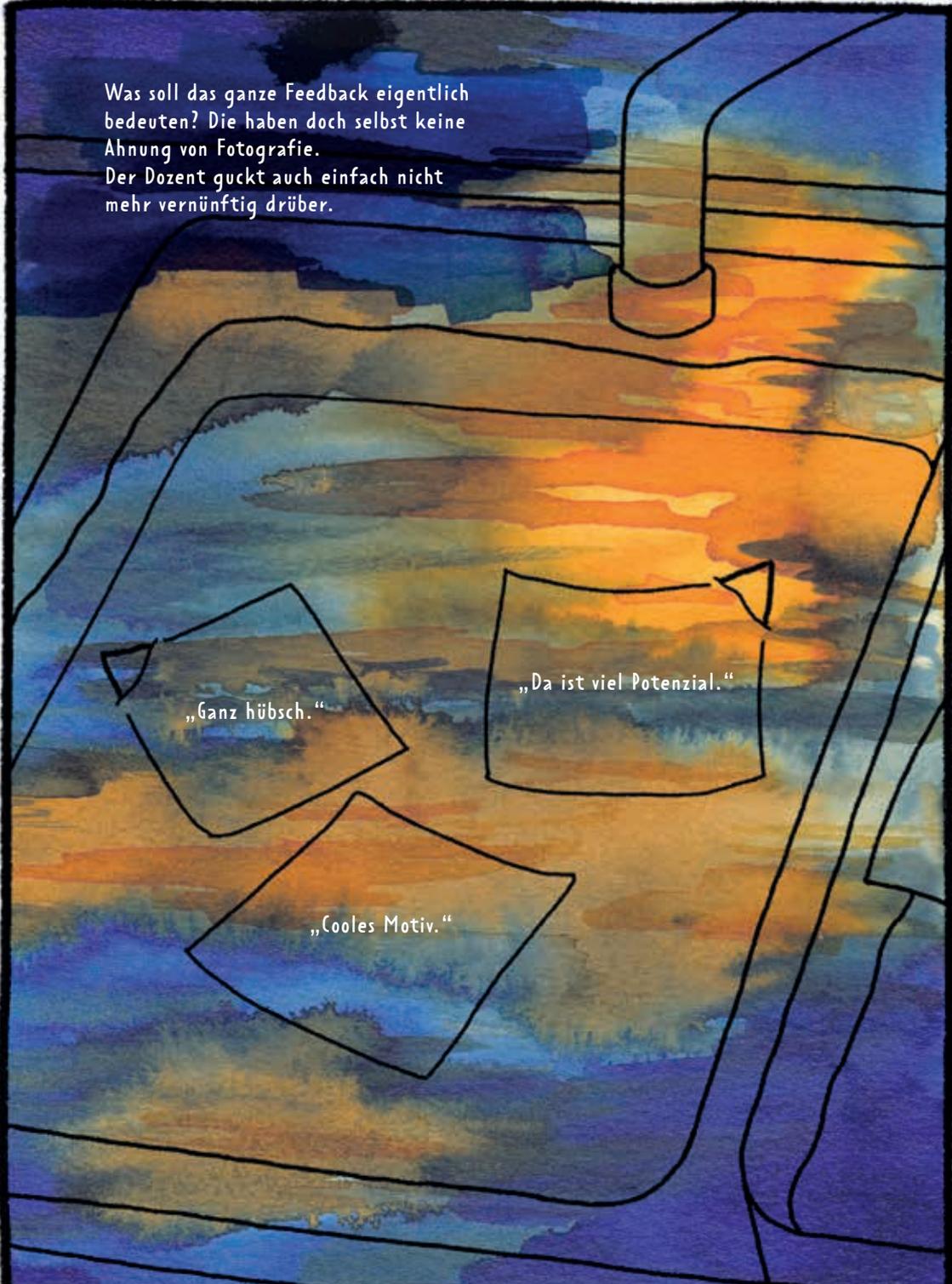
Fotografie studieren?  
Lächerlich! Brotlose Kunst.

Im besten Fall kann ich später  
schlecht organisierte Hoch-  
zeiten fotografieren oder  
Passbilder machen.

Ich habe schließlich  
auch keine Ahnung,  
was ich tue.  
Ich stolpere durch's  
Leben und habe  
keinen Plan.

Gut gelungene  
Schnapshots,  
glückliche Motive,  
ganz gutes Licht,  
mehr sind meine  
Arbeiten nicht.

Der Fotokurs findet mich einfach  
nur sympathisch. Das ist alles.

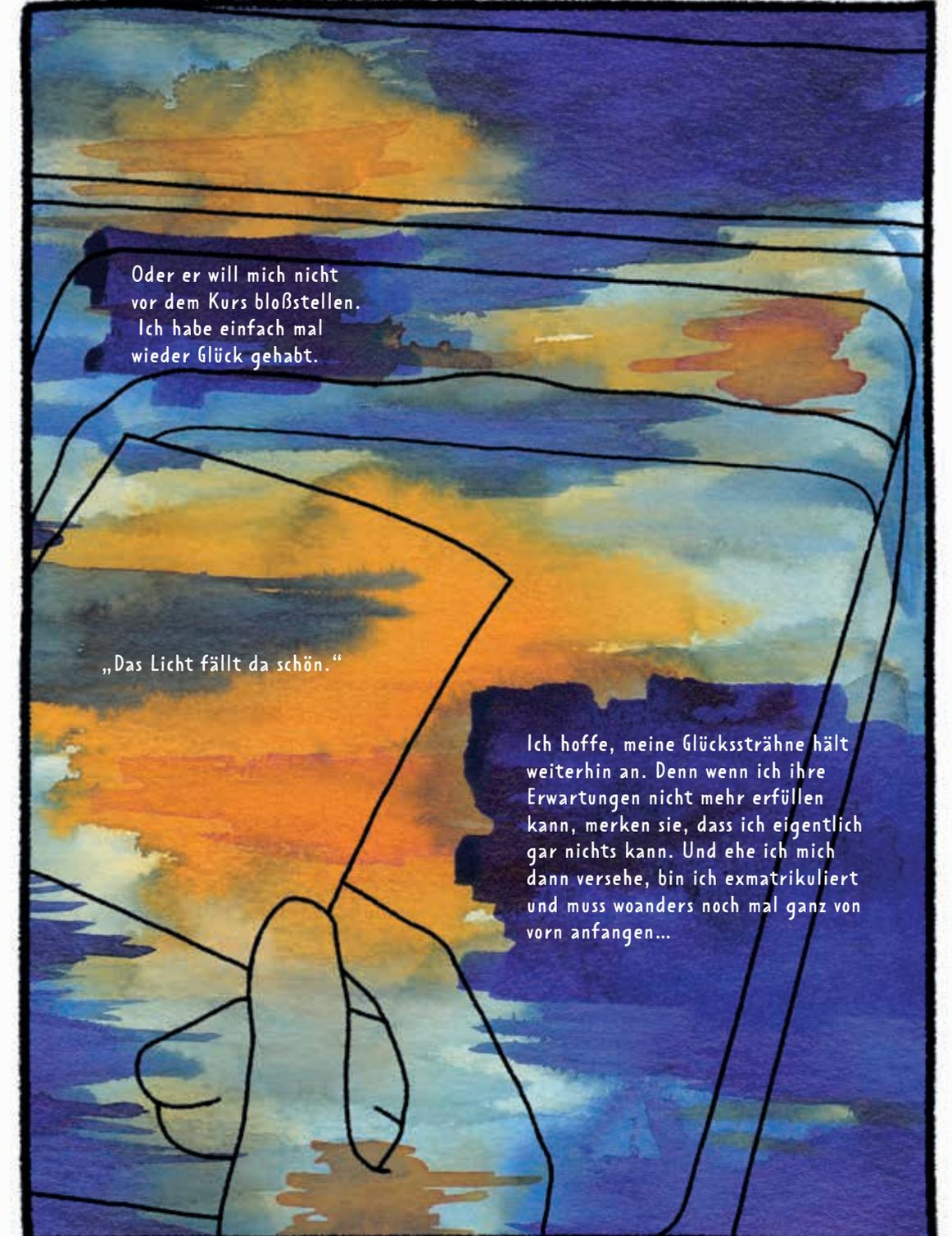


Was soll das ganze Feedback eigentlich  
bedeuten? Die haben doch selbst keine  
Ahnung von Fotografie.  
Der Dozent guckt auch einfach nicht  
mehr vernünftig drüber.

„Ganz hübsch.“

„Da ist viel Potenzial.“

„Cooles Motiv.“



Oder er will mich nicht  
vor dem Kurs bloßstellen.  
Ich habe einfach mal  
wieder Glück gehabt.

„Das Licht fällt da schön.“

Ich hoffe, meine Glückssträhne hält  
weiterhin an. Denn wenn ich ihre  
Erwartungen nicht mehr erfüllen  
kann, merken sie, dass ich eigentlich  
gar nichts kann. Und ehe ich mich  
dann versehe, bin ich exmatrikuliert  
und muss woanders noch mal ganz von  
vorn anfangen...





Hoffentlich ist keiner da.  
Hoffentlich ist keiner da.  
Hoffentlich ist keiner da.

klick

Hey  
Quinn!

Ich hab'  
versehentlich  
deine Post  
geöffnet.

Dachte,  
der Brief wäre  
von meiner Uni  
gekommen.

Von  
der  
Uni?

Ja! Dein  
Fotokurs ist  
eingeladen, eine  
Ausstellung zu  
machen!

Ich komm'  
auf jeden Fall  
vorbei, dann seh'  
ich endlich mal  
deine Bilder.

KLACK

Du tust  
ja immer so  
geheimnisvoll.



















Abgesehen davon, habe ich von den Momenten, die am schlimmsten in die Hose gegangen sind, am meisten mitgenommen.



Diese Erfahrungen sind Gold wert.

Und sie sind ziemlich witzig.

Was soll man auch anderes machen als drüber zu lachen?



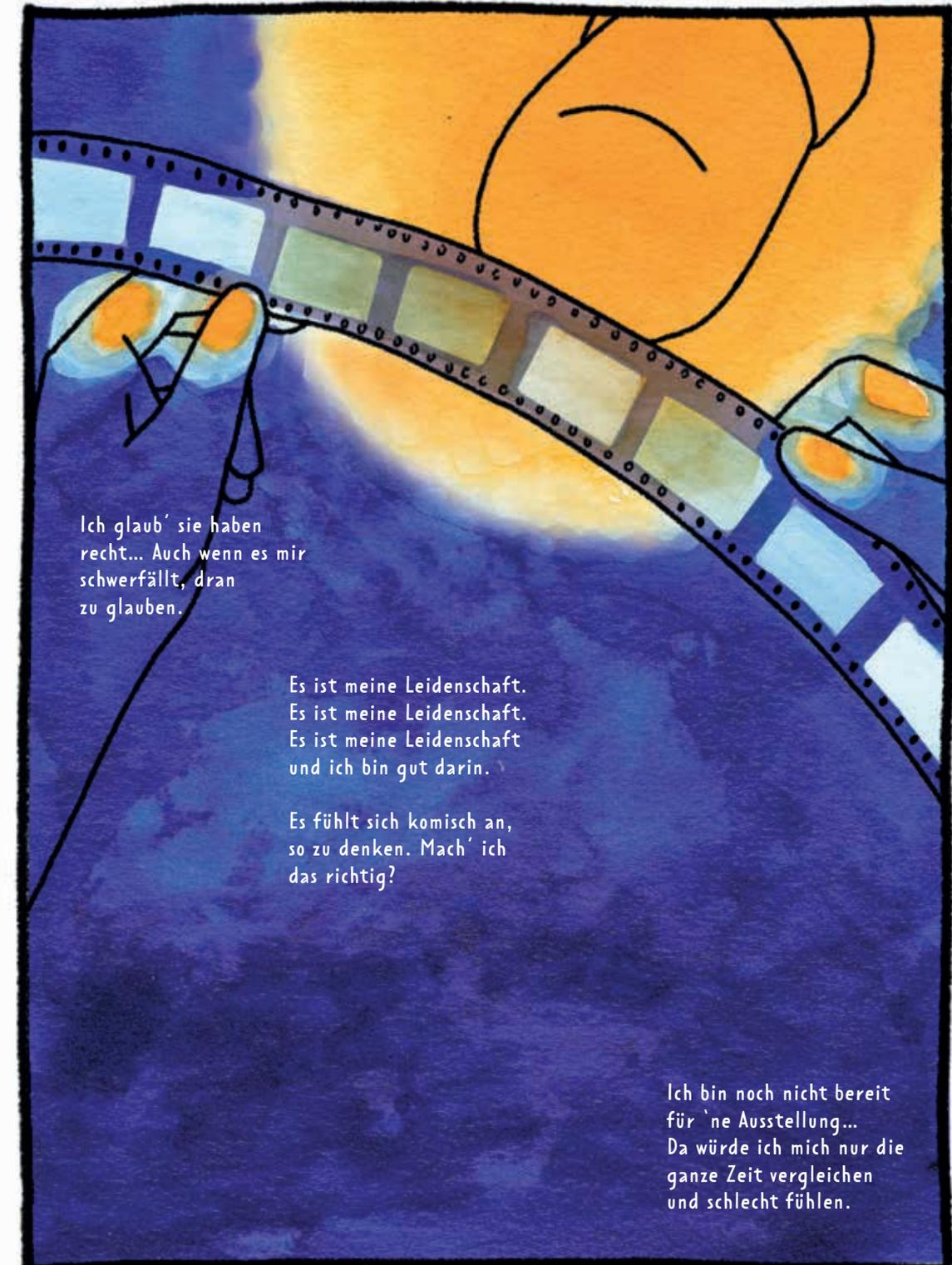
Sich davor verstecken?

...







A stylized illustration of hands holding a film strip against a background of a large sun and a blue sky. The hands are drawn with simple black outlines and are holding a film strip that curves across the frame. The film strip has several frames, some of which are colored in shades of blue, green, and yellow. The background is a mix of orange and yellow for the sun and a deep blue for the sky. The overall style is simple and expressive.

Ich glaub' sie haben  
recht... Auch wenn es mir  
schwerfällt, dran  
zu glauben.

Es ist meine Leidenschaft.  
Es ist meine Leidenschaft.  
Es ist meine Leidenschaft  
und ich bin gut darin.

Es fühlt sich komisch an,  
so zu denken. Mach' ich  
das richtig?

Ich bin noch nicht bereit  
für `ne Ausstellung...  
Da würde ich mich nur die  
ganze Zeit vergleichen  
und schlecht fühlen.



FUCK!  
Ausstellung!

Ich muss mir ja immer noch was  
für Momo's ausdenken.

Was ist denn gerade Thema der  
Saison? Frühling, Osterhasen,  
bunte Eier? Da hat doch keiner  
mehr Bock drauf...



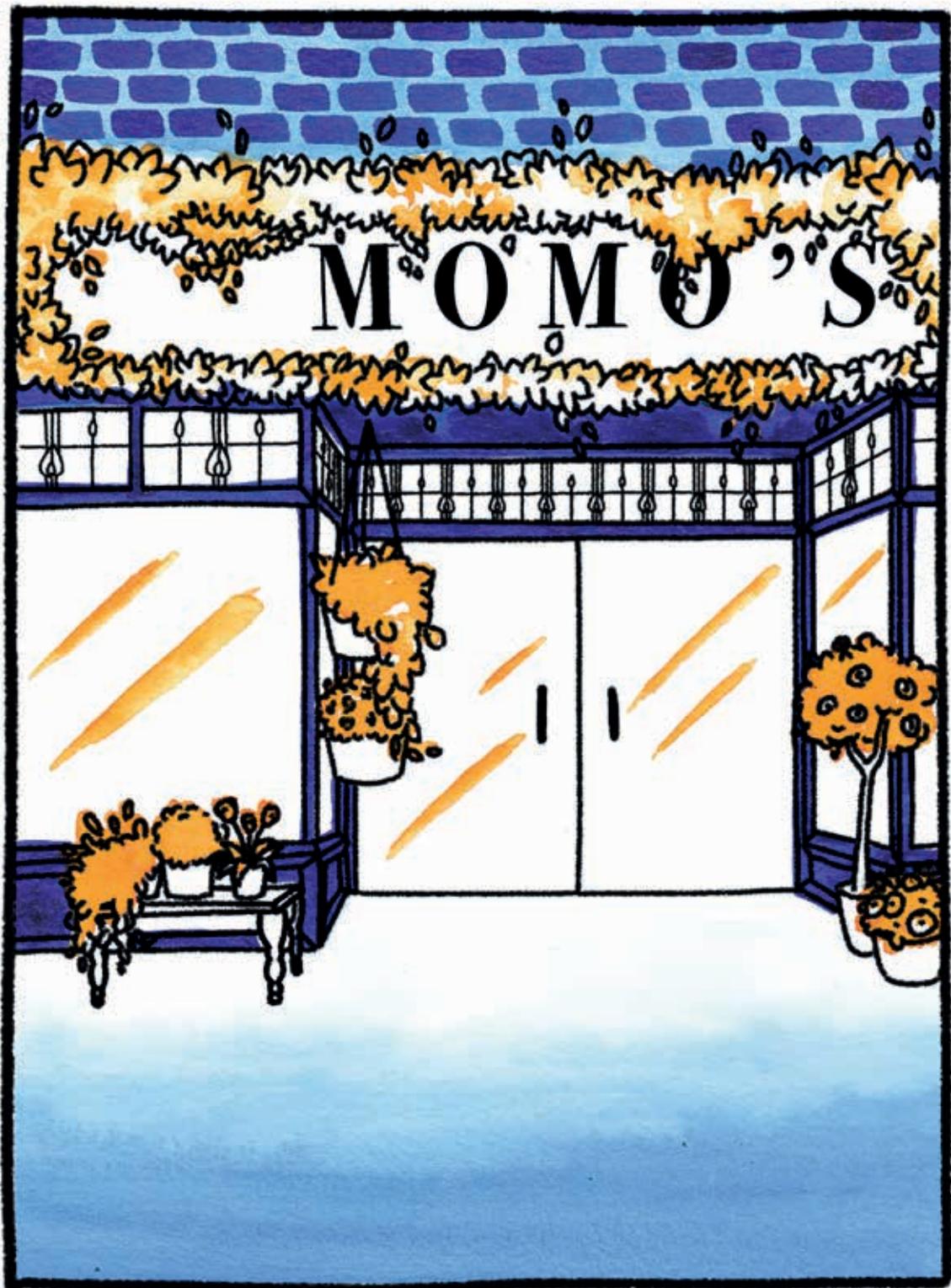
Hmmm...  
Was wenn...?

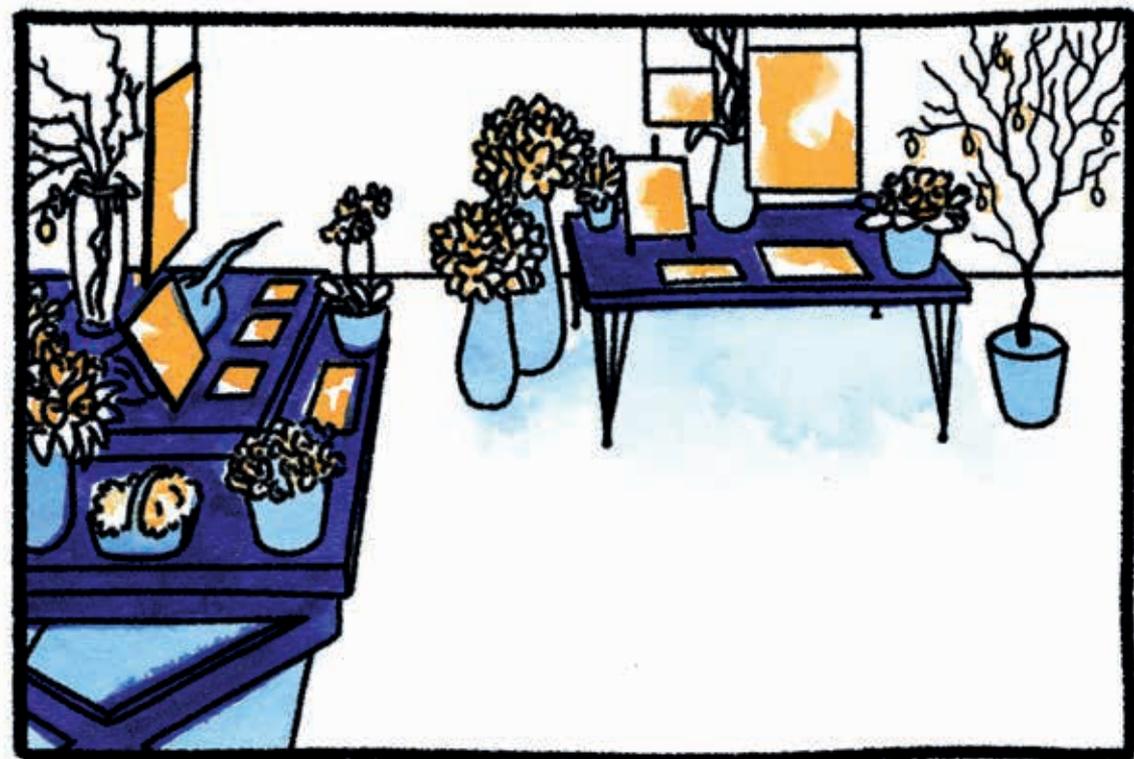
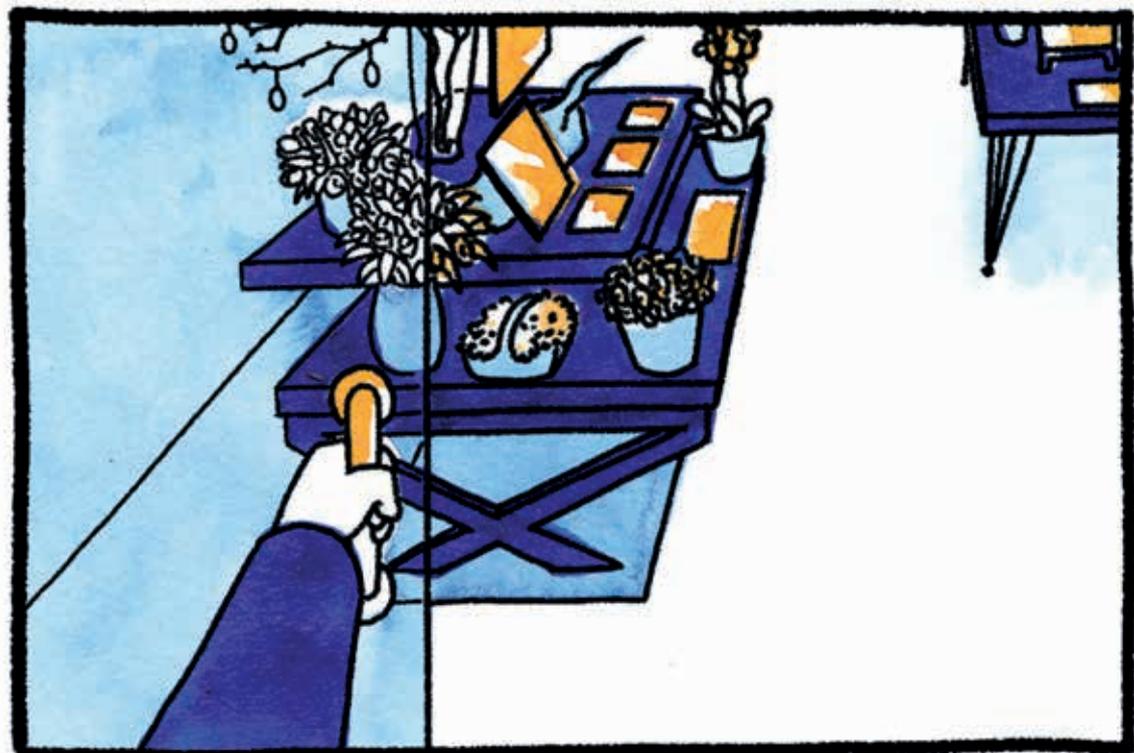
Ja. Das könnte  
funktionieren.



Ich frag' später  
mal Monika, was  
sie davon hält...

MOMO'S











## Kommentar

„Das kommt mir sehr bekannt vor. Ich kenne die Gedanken, von denen du gesprochen hast. Ich hab' ein sehr hilfreiches Buch darüber von einer Freundin bekommen: ‚Und was, wenn alle merken, dass ich gar nichts kann? Über die Angst, nicht gut genug zu sein‘ von Sabine Magnet.“

Das waren in etwa die Worte, mit denen uns das Impostor-Phänomen das erste Mal begegnete. Mit Gedanken, wie: „Das ist ein bekanntes Phänomen?“ und „Das denke nicht nur ich?“, haben wir uns näher mit der Thematik beschäftigt.

Der Titel des Buches bringt es gut auf den Punkt: Das Impostor-Phänomen beschreibt Gedanken und Gefühle, die den eigenen Erfolg nicht auf Fähigkeiten und Talente zurückführen, sondern stattdessen Zufall, Glück, leichte Aufgabenstellung oder andere äußere Umstände dafür verantwortlich machen. Dabei kann man in Richtung zwei gegensätzlicher Coping Strategien rutschen: 1. Prokrastination, um Kritik zu umgehen; 2. Perfektionismus, um mögliche Fehler zu vermeiden. Hinter all dem versteckt sich die Furcht vor dem Scheitern und das erdrückende Gefühl, nicht gut genug zu sein.

Aus diesen Gründen ist „StillLeben“ entstanden. Wir wollen in unserem Projekt Aufmerksamkeit auf das Impostor-Phänomen lenken und eine Möglichkeit bieten, den Dialog zu eröffnen. Unser Comic visualisiert surreale Gedankenwelten, wobei Quinns Erfahrungen Grundlagen für einen facettenreichen Austausch bieten. Unser Ziel ist es, dass man verschiedene Blickwinkel einnehmen und offen über Versagensängste sprechen kann.

Das Impostor-Phänomen existiert und ist häufiger anzutreffen, als man glaubt.





# Still Leben

Leonie Hogefeld (Geschichte und Illustration)  
Helen Kingate (Charakterdesign und Illustration)

Quinn bekommt endlich eine Möglichkeit, der Welt die eigenen Fotoarbeiten zu zeigen! Doch alles verschwimmt und düstere Gedanken drängen sich auf: „Meine Bilder sind doch gar nicht gut genug für so eine Ausstellung. Die Anderen im Semester überschatten mich doch.“

Und jetzt soll Quinn auch noch die Ausstellung in Momo's Blumenladen gestalten? Da geht wohl auch noch der Job flöten...

Eine Anekdote über das Impostor-Phänomen.

