

„LASS MICH, MAMA! BIN JETZT WAXEN“

Jonas, 24, hat das Downsyndrom – und will trotzdem selbstständig leben. Für Mutter Doro Zachmann, 49, eine schwierige Aufgabe: die richtige Mischung zwischen Behüten und Loslassen finden

TEXT: ELISABETH HUSSENDÖRFER

D

Doro Zachmann ist gerade aus dem Urlaub an der Riviera zurückgekehrt. Ihre Haut hat einen goldenen Schimmer, die rotbraunen Haare sind zu frechen Mädchenzöpfen geflochten. Überhaupt wirkt alles an der 49-Jährigen erfrischend jung und voller positiver Energie – vor allem wenn sie gestenreich redet, etwa

über diese Begebenheit in dem kleinen italienischen Dorf, die sie so nachhaltig beeindruckt hat: „Fast jeden Abend haben wir ein recht ungleiches Paar auf einer Bank gesehen. Sie: Mitte 70. Er: Anfang 40. Sie: eine Zeitung lesend. Er: die Nase in einem Kochbuch.“ Wie mein Jonas, hat Doro Zachmann da gedacht, denn genau wie der Mann auf der Bank liebt auch ihr Sohn Rezepte. Und genau wie der Mann auf der Bank hat auch ihr Sohn, 24, das Downsyndrom.

Die „schöne Sprachlosigkeit“ des Mutter-Sohn-Paares habe sie berührt, sagt Zachmann. Denn oft schon hat sie darüber nachgedacht, wie Jonas wohl einmal le-

ben wird. Würde er glücklich sein? Selbstständig und frei in seinen Möglichkeiten? Das harmonische Bild der zwei auf der Bank wirkte auf magische Weise entlastend auf sie und inzwischen weiß sie auch, warum: „Es hat gleichermaßen mit Hinnehmen und Loslassen zu tun.“

Als vierfache Mutter ist Doro Zachmann das Loslassen gewohnt. Von klein auf hatten ihre Kinder, die im beschaulichen Pfingsttal nahe Karlsruhe in einem schmucken Haus mit idyllischem Garten, Hühnerstall und Swimmingpool aufgewachsen sind, immer die maximale Freiheit. Die drei großen Mädchen ebenso wie Jonas, der Jüngste. Denn auf



ihn passte gleich die ganze Gemeinde auf. „Anfangs waren wir noch sehr nervös, wenn er wieder einmal verschwunden war. Bald aber wurde uns klar, dass er gar nicht weg von zu Hause, sondern nur die Welt kennenlernen wollte. „Er ist über den Zaun geklettert, jetzt sitzt er bei uns und sieht fern“ – solche durchaus freundlichen Anrufe von Nachbarn kamen regelmäßig.

Dann, im Sommer 2008, gingen Doro Zachmanns Zwillingstöchter Maren und Eliane, damals 17, für ein Jahr zum Schüleraustausch in die USA. Vor allem Jonas litt darunter, dass die über alles geliebten Schwestern so weit weg waren. Aber da war noch ein anderer Impuls in ihm. „Wenn ich waxen bin, will ich auch aus-



SEINE GRÖSSTE SEHNSUCHT? ALLEIN DIE WELT ENTDECKEN

ziehen“, sagt er von da an oft. Aber das Ausziehen allein ist es nicht, was ihn beschäftigt. Obwohl er der Jüngste der vier Geschwister ist, hat er sich in den Kopf gesetzt, dass er auf keinen Fall der Letzte der Geschwister sein will, der das Haus verlässt.

Doch wie soll das gehen, Jonas in die Selbstständigkeit zu entlassen? Ihn, der Fremden in der U-Bahn schon mit 14 stolz

die ersten Achselhaare gezeigt hat – „Schau, werde waxen!“ –, der im Alltag aber immer wieder an seine Grenzen stößt? Der sich bei Berufspraktika manchmal einfach auf den Boden hockt und die Arme verschränkt, wenn er keine Lust mehr hat? Oder, wenn er hungrig ist, gerne auch mal 18 Burger verschlingt?

Doro Zachmann sagt, sie habe es einfach nicht übers Herz gebracht, zu Jonas zu sagen, dass bei ihm alles ein bisschen anders sein wird. Das mit dem Autofahren zum Beispiel, denn davon redet Jonas oft. Doro Zachmann kennt keinen einzigen Menschen mit Downsyndrom, der den Führerschein hat ... Oder die Sache mit dem Heiraten. Für Jonas ist völlig klar: Er wird mal eine Frau

haben, Kinder, ein Haus. Unzählige Male hat er sich bereits verliebt – jedes Mal aber waren die Gefühle einseitig. Doro Zachmann sagt, sie habe die Hoffnung noch nicht aufgegeben für ihren Sohn. In Jonas' Umfeld gibt es ja auch Paare, bei denen beide eine Behinderung haben. Jonas aber will das auf keinen Fall: eine Frau mit Downsyndrom. Eher eine Partnerin mit dem Äußeren eines Models schwebt ihm vor. „Ich denke, sie mag dich auch, aber eben mehr als Kumpel“ – unzählige Gespräche, auch zwischen Jonas und seinen drei Schwestern, sind in den letzten Jahren so verlaufen.

Wäre Jonas nicht Jonas und wäre sein allererstes Wort als Baby nicht „Mama“, sondern



Ganz eng verbunden: Familie Zachmann mit Maren, Jonas, Mama Doro, Papa Wolfgang, Katharina und Eliane

„leine“ gewesen, wäre manches vielleicht einfacher gewesen, sagt Doro Zachmann. Alles will Jonas „leine“ machen: Er will nicht gehalten werden, als er die ersten Schritte tut, er will mit zwölf nicht mehr in die ziemlich weit entfernte Sonderschule gebracht werden, sondern den Bus nehmen. Anfangs begleitet Doro Zachmann ihren Sohn noch, bleibt absichtlich sitzen, wenn die Haltestelle kommt, bei der es umzusteigen gilt. „Mama, müssen raus!“ Jonas weiß ganz genau, was zu tun ist. „Wie hätten wir ihm den Schulweg auf eigene Faust verbieten können?“ Für die Eltern ist es eine permanente Gratwanderung, das richtige Maß zwischen Festhalten und Loslassen zu finden.

Und so gehen sie dann also, als Jonas 18 ist, in dieses Haus, ein Wohnheim, in dem ein Platz frei wäre – theoretisch. Jonas ist, nach seiner Auffassung, im Zeitplan: Nur eine der beiden Zwillingsschwestern ist bereits fürs Studium weggezogen. Doch die Atmosphäre im Wohnheim ist beklemmend: wenig Privates, viele Bewohner 50 Jahre alt und älter, eine verschlossene Eingangstür. Das passt nicht, findet selbst Jonas nach der Besichtigung. Eine ambulant betreute Wohngruppe mit drei Bewohnerplätzen, nur zwei Dörfer weiter, fühlt sich besser an. Olli, einer der Bewohner, hat mit Jonas vor vielen Jahren eine integrative Trommelgruppe besucht. Die beiden erkennen sich sofort wieder, fallen

sich in die Arme. Doro Zachmanns Herz wird leicht. Und schwer. „Es sind immer wieder diese Spannungsfelder, in denen man sich bewegt“, sagt sie.

Nie wird sie Jonas' Euphorie während der Wochen bis zum Auszug vergessen. Wie er in seinem Zimmer steht und überlegt: Was kann mit? Was nicht? Zwei große Kisten hat er bereitgestellt. Doro Zachmann traut ihren Augen nicht, als sie sieht, was alles weg soll: die bis eben heiß geliebten Kinder-Kassetten, die Co-

HEIRAT, HAUS, KINDER – JONAS WILL DAS GANZE PROGRAMM

mics, die Panini-Hefte. „Bin wachen“ – mit diesen Worten lässt Jonas sich ins Möbelhaus fahren, wo er sich ein mehrteiliges Jugendzimmer aussucht. „Mir ging das alles zu schnell“, sagt Doro Zachmann, die froh ist, als ein Wasserschaden in der WG den Einzug noch ein wenig verzögert. Schließlich aber ist es so weit und dann steht Jonas eines Nachmittags, als die Arbeit in der Behindertenwerkstatt getan ist, an der Tür – nicht mehr als Kind, sondern als Gast. „Bin Gäste“ – sehr deutlich hätte er das gemacht. Indem er nach dem Kaffee einfach aufgesprungen sei und nicht im Traum daran gedacht hätte, wie

bisher sein Geschirr wegzuräumen. Anfangs will Doro Zachmann ihren Sohn am liebsten täglich besuchen. Aber Jonas hat andere Vorstellungen. Genießt es, an den Wochenenden für sich zu sein. DVDs zu gucken. In der Dönerbude um die Ecke abzuhängen. „Brauchse nich kommen.“ Schade ist das, einerseits. Aber auch eine Entlastung, wenn man ehrlich ist, nach all den kräftezehrenden Jahren. Sieben Jahre lang hat die Mutter den Sohn gewickelt. Jeder neue Lebensabschnitt – Kindergarten, Schule – war ein Kampf. Doro Zachmann erinnert, wie sie damals mit Jonas über den Hof der Schule ihrer Töchter lief. Wie der Schulleiter, der ihnen entgegenkam, sagte: „Solche Kinder nehmen wir aber nicht.“

Gerade weil die Vierfachmutter weiß, wie leicht die anderen Geschwister durchs Leben gehen,

IHR SOHN IST EIN **GESCHENK**, DAS TÜREN GEÖFFNET HAT

wird ihr immer wieder bewusst, wie viel zusätzliche Kraftanstrengung Jonas bedeutet. „Die Mädchen sind irgendwann allein zum Spielplatz, bei ihm stand ich auch mit zwölf noch daneben“, erzählt sie, hält aber gleich wieder inne. Sie will nicht, dass das Leben mit ihrem

Ein selbst-
bewusster junger
Mann: Jonas
Zachmann geht
überaus positiv
mit seinem
„Anderssein“ um



Sohn als Belastung überkommt, betont, wie froh sie sei, dass sie nichts geahnt habe, während der Schwangerschaft. Sie nennt dieses Kind, das damals vor 24 Jahren im Kreißsaal „zunächst ein Schock“ gewesen sei, „ein Geschenk“, das ungeahnte Türen geöffnet hat. Durch Jonas hat die studierte Sozialpädagogin zum Beispiel angefangen, Bücher zu schreiben. Zunächst über ihren Sohn. Und später, auf seinen ausdrücklichen Wunsch hin, mit ihm. Immer wieder ist sie für Lesungen unterwegs, oft über Nacht. „Gehs du Hotel?“ Diese Frage von Jonas, der damals noch zu Hause lebte, sich aber bereits intensiv mit seinem Absprung beschäftigte, sei die Initialzündung gewesen. „Cool. Will mit! Kann dir helfen. Kann auch lesen und Buch schreiben. Kein Problem, Mama!“

Erst lacht Doro Zachmann und spielt das Ganze runter: „Wenn du ein Buch schreibst, darfst du auch zu Lesungen, ganz klar.“ Dann aber, als Jonas nicht locker lässt und der Verleger Feuer und Flamme ist von der Idee des Projekts, wird die Sache konkret. Mutter und Sohn entwickeln ein Ritual: Alle zwei Wochen sitzen sie in einem Café zusammen und überlegen, was ins Buch soll. Manchmal schreibt Jonas selbst. Über sein Leben. Darüber, was ihn gerade beschäftigt. Manchmal diktiert er auch: „Ich Chef, du Sekretärin.“ Die Texte, die entstehen, haben eine eigene, überraschende Dynamik. Manche Sätze lassen schmunzeln: „Männer mach so, Frauen auch. Bin kein Kind mehr, hallo!“ Einiges bringt auch zum Nachdenken. Etwa,

wenn Jonas sagt: „Downsyndrom hat keine Rechte.“

Fast jede Woche ist das Mutter-Sohn-Gespann nun auf Lesungen. Eine neue Verbundenheit ist da entstanden, eine Ebene, die beiden viel gibt, und vielleicht hat das Abnabeln ja auch deswegen letztlich so gut geklappt. Dass Jonas im Hotel stets sein eigenes Zimmer hat, ist eine Selbstverständlichkeit. Selbstverständlich ist auch, dass die Lesungen weniger vorhersehbar laufen, seit er dabei ist. Da passiert es schon mal, dass er laut gähnt, während die Mutter vorliest. Oder dass er sich übers Mikro beschwert, sein Sprudel im Glas würde nach „Klowasser“ schmecken. „Anfangs hatte ich Schweißausbrüche, inzwischen lasse ich es einfach laufen“, sagt Doro Zachmann. Die Leute lieben Jonas' Authentizität. Seine Lebenslust.

Das zweite gemeinsame Buch* beschreibt unter anderem wie es war, als Jonas ausgezogen ist. Doro Zachmann erzählt von vielen Fragezeichen, besonders während der ersten anderthalb Jahre, als Jonas in der Wohngruppe gelebt hat. Nur nachmittags und abends kommt hier ein Betreuer, ansonsten sind die Bewohner auf sich gestellt. Pünktlich aufstehen, sich anziehen, zur Arbeit gehen – all das kann Jonas schon lange. Andererseits liebt Jonas Pizza. Und Softdrinks. Wenn niemand aufpasst, isst und trinkt er nichts anderes. Und freiwillig duschen, das tut er auch nur, wenn er gerade verliebt ist. „Er braucht Hilfe“, flüstert eine

Stimme der Mutter zu. „Er ist erwachsen“, mahnt eine andere. Bis zu diesem Vorfall: Jonas kauft sich zwei Döner. Einen isst er gleich, den anderen schiebt er unters Bett. Dort bleibt er zwei Tage, bevor er verspeist wird. Jonas kommt mit einer Lebensmit-

GEMEINSAME LESUNGEN SIND IMMER EIN ABENTEUER

telvergiftung ins Krankenhaus. Zwei Wochen Isolierzimmer. Das ist der Moment, in dem die Eltern einen Entschluss fällen. Einen Entschluss, von dem sie bis heute nicht wissen, wem er mehr wehtut: Jonas – oder ihnen selbst. „Er wohnt jetzt in einer Außenwohngruppe, in der tagsüber immer ein Betreuer anwesend ist.“

Selber kochen, selber einkaufen – das ist seitdem nicht mehr möglich. Jonas nervt das, alles nur wegen dieses blöden Downsyndroms: „Mein Leben kompliziert ist.“ Dass er zehn Kilo abgenommen hat und wieder fitter ist, interessiert ihn nicht. Er ist traurig. Doro Zachmann sagt: „Du siehst dein Kind, wie es geduckt durchs Leben geht, und das verpasst deiner Seele einen Riss.“ Keine vier Wochen ist es her, dass sie zusammen mit ihrem Mann erneut einen Entschluss gefasst hat. Wolfgang, der Psychothera-

peut ist, will beruflich zurückfahren, die ans Haus angebaute Praxis wird dann frei. Natürlich waren da wieder diese Überlegungen: Hol ich mir mein Kind zurück ins Haus? Bin ich denn wahnsinnig? Aber Jonas' Reaktion war mehr als eine Bestätigung. „Mein eigener Kühlschrank“ – sein ganzer Körper war Freude.

Doro Zachmann weiß: Sie wird dann wieder mehr eingespannt sein, aber sie weiß auch, wie sich gewonnene Freiräume erhalten lassen: „Betreuung kann man sich einkaufen. Und dass ich dann für Jonas mitkoche, heißt ja nicht, dass er wieder ständig bei uns am Tisch sitzt, das will er ja gar nicht.“ Eine Mikrowelle – das könnte der Teil einer Lösung sein. Im Grunde aber, glaubt Doro Zachmann, geht es gar nicht so sehr um solche konkreten Fragen. Im Grunde geht es darum, eine Vision zu haben. Und die ist da, seit dem Italien-Urlaub. Seit diesem Bild von innerer Ruhe und Zufriedenheit, das sie auch deswegen nicht mehr loslässt, weil sie ahnt, dass ihr Herz nur in der Verbundenheit seinen Frieden findet. ■



* Jonas Zachmann und Doro Zachmann: „Bin kein Star, bin ich“, SCM Hänssler, 17,95 Euro. Mehr Infos: doro-zachmann.de