

Jonas Zachmann, Doro Zachmann

Ich mit ohne Mama

SCM Hänsler

Inhalt

Vorwort	8
Zum Geleit	10
Vorneweg: »Buch schreibe mit Jonas drin!«	12
Wie es zu diesem Buch kam und warum wir es geschrieben haben	12
Prolog	18
1. »So geht bei mir, so is meine Leben«	25
Selbstständig den Alltag meistern	25
2. »Mich, dich un anneren«	103
Menschen und Beziehungen	103
3. »Immer los bei mir!«	179
Höhen und Tiefen	179
4. »Bins ich, Jonas Z.!«	217
Ein bewegendes Selbstverständnis	217
5. »Will so Leben ham!«	305
Wunschträume und Zukunftspläne	305
Epilog	329
Und doch noch ein klitzekleines Nachwort	331
Anmerkungen	334

Vornweg: »Buch schreibe mit Jonas drin!«

Wie es zu diesem Buch kam und warum wir es geschrieben haben

Die Reisetasche und meine Bücherkisten stehen gepackt im Flur. Jonas fragt: »Mama, du Urlaub?«

»Nein, Jonas, ich fahre zu einer Lesung.«

»Gehs du Hotel?«

»Ja, ich schlafe im Hotel.«

»Wahum?«

»Es ist zu weit weg, um heute Nacht nach der Lesung noch nach Hause zu fahren!«

»Cool! Will mit!«

Ich lache. »Das geht nicht. Du hast doch Schule.«

»Oh, schade, Mama! Nächste Mal?«

»Hm, das müssen wir dann gut organisieren, wenn du mit möchtest. Aber ich kann mich da nicht groß um dich kümmern, muss ja lesen!«

»Kann helfe dir, kann au lesen!«

»Ja, das stimmt. Aber normalerweise liest derjenige vor, der das Buch auch geschrieben hat.«

»Schreib ich nächste Buch, Mama! Kei Pobläm!«

Wieder muss ich lachen. »Na, wenn du ein Buch schreibst, darfst du auch zu Lesungen, ganz klar!«

»Cool, darf ich Hotel!« Jonas reibt sich vor Freude die Hände.

Diese kleine Szene im Frühjahr 2010 war die Initialzündung. Zugegeben: Ich habe Jonas zunächst nicht ganz ernst genommen mit seiner Idee. Aber er hat immer wieder davon angefangen, und so haben wir beschlossen, ein gemeinsames Buch zu schreiben. Kaum war die Entscheidung getroffen, setzte sich Jonas hin und schrieb seine ersten Zeilen:

Buch schreiben Spaß haben
Jonas und Doro Darsteller
Berühmt werden mit Mamilein
zusammen sich Buch zeigen
ich alles kann schlauer
Kerl und alles gelernt
haben ich kann schreiben
und lesen Buch Hotel Lesung
machen Leute vorlesen dein
und mein Leben ich haben
Gute Welt Frieden auf
mein Gott ich glauben
auf Gott oder Jesus

Buch schreiben, Spaß haben.

Jonas und Doro sind die Darsteller.

Berühmt werden mit Mamilein zusammen: Unser Buch soll zeigen,
was ich alles kann, schlauer Kerl, und was ich alles gelernt habe:

Ich kann schreiben und lesen!

Wenn das Buch fertig ist, gehen wir ins Hotel und halten eine
Lesung: Manchen Leuten vorlesen aus deinem und meinem Leben.

Ich habe eine gute Welt und Frieden durch meinen Gott:

Ich glaube an Gott oder Jesus.

Ja, genau!

Wir wollen mit diesem Buch aus unser beider Leben erzählen und damit deutlich machen, dass es zwei wunderbare Leben sind. Ineinander verflochten und doch seit einiger Zeit dabei, sich mehr und mehr voneinander zu lösen, ohne sich je ganz loszulassen.

Erwachsen werden will gelernt und geübt sein. Das ist der rote Faden, der sich durch dieses Buch zieht. Im Grunde trainieren wir vom ersten Tag an mit unseren Kindern, dass sie einen – oder besser: Ihren eigenen – Weg ins Leben finden. Mit Jonas ist das nicht anders, nur dauert das Training etwas länger und bedarf deutlich mehr Übung, bis sich neu Gelerntes auch wirklich festsetzt und einschleift. Geduld und Gelassenheit dabei zu bewahren ist meine ganz persönliche Herausforderung, mein lebenslängliches Lernfeld. Zum Glück aber hat sich Jonas dafür als bester Lehrmeister aller Zeiten entpuppt, und ich darf behaupten, diesbezüglich auch schon ein paar Fortschritte gemacht zu haben. So ist es nie ein einseitiger Prozess – auch wir Mütter wachsen in vielerlei Hinsicht an unseren Kindern ...

Die Themen und Texte im Buch sollen den Spagat aufzeigen, in dem wir uns immer wieder befinden: Einerseits soll und will ich mich weniger in Jonas' Leben einmischen, andererseits besteht da an ein paar Stellen noch etwas »Reifebedarf«. Er braucht hier und da noch meine, ja, unsere Hilfe, will aber gleichsam eigenständig und unabhängig, eben »äwaxen« sein, also immer mehr mit ohne Mama. Alles ganz normal!

Vor allem aber möchten wir mit diesem Buch aufzeigen, wie wunderbar lebenswert das Leben ist: auch mit Down-Syndrom! Jonas Wesen ist »Lebensfreude pur«, er hat so viel zu geben und beschenkt die Menschen überaus reich – und nicht bloß in seiner engeren Umgebung. Natürlich ist Jonas nicht nur ein »Sonnenschein«, wie Menschen mit Down-Syndrom ja gerne betitelt werden, und auch ich habe durchaus meine Grenzen und Schwächen: Also rappelt es auch bei uns hier und da heftig im Karton. Ganz normal eben! Das klammern wir hier auch nicht aus, das gehört nun mal zum Leben dazu.

1. »So geht bei mir, so is meine Leben«

Selbstständig den Alltag meistern



»Mei Wecka heißt Mama!«

Der Tag beginnt mit dem Aufstehen

Jonas will sich zunehmend freistrampeln, alles ganz normal. Schließlich ist er ja jetzt erwachsen und das bekomme ich auch oft genug zu hören. Aber was bedeutet es denn nun wirklich, erwachsen zu sein? So ganz konkret im Alltag? Wir tasten uns Schritt für Schritt vorwärts auf diesem neuen, unbekanntem Terrain.

Februar 2011

Okay. Wenn ich mich nicht mehr so viel in Jonas' Leben einmischen soll, dann nehme ich das jetzt wirklich ernst. Ich höre wieder Marens Worte: »Mama, du solltest nicht mehr mit Jonas aufstehen, das muss er doch auch lernen!« Ja, recht hat sie, obwohl ich so meine Bedenken und auch ein bisschen Mitleid habe, da Jonas den weitesten Weg zur Schule hat und daher als Erster das Haus verlassen muss. Das Vor-ihm-Aufstehen hat auch was mit Solidarität und Unterstützung zu tun.

Dennoch: Schon lange denke ich, dass es eigentlich nicht mehr dran ist, um 6.15 Uhr aufzustehen, für meinen Achtzehnjährigen Frühstück- und Vesperbrote zu richten und ihn zu wecken, wenn alles so weit fertig ist, dass er nur noch ins Bad zu huschen, sich anzuziehen und an den gedeckten Tisch zu setzen braucht. Eigentlich kann er das alles allein. Er müsste dann eben nur mehr Zeit haben und jemanden, der ihn weckt. Schon vor Jahren habe ich ihm einen Wecker gekauft. Er hat ihn am Kopfende seines Bettes stehen, verweigert aber seither, dass er gestellt wird. »Wecken immer du, Mama!«, lautete sein bestechendes Argument – und ich habe mich überzeugen lassen.

Das muss nun anders werden. Ich rede mit Jonas über meinen neuen Plan.

»Jonas, ich habe eine Idee, wie ich mich weniger in dein Leben einmischen kann und du selbständiger wirst.«

»Was Idee?«

Ich erkläre ihm den Gedanken mit dem Selber-Aufstehen und Zur-Schule-fertig-Machen. Jonas reißt angstvoll die Augen auf.

»Nein, Mama, kanns ich nich. Du mi wecken! Bitte! Mei Wecka heißt Mama!«

»Doch, du kannst es! Ich bin sicher, dass du das schaffst! Und du hast es sogar schon einmal gemacht. Erinnerst du dich?«

An einem Samstag vor einigen Wochen wollte Jonas unbedingt an einem Frühstück der Jugendlichen im Gemeindehaus teilnehmen, wir anderen Familienmitglieder zogen es an diesem Tag jedoch vor auszuschlafen. Ich sah darin eine Chance, wenn auch nur halbherzig, und forderte Jonas auf, sich selbst fertig zu machen und zum Bus zu gehen. Nach dem Motto: Wenn es dir wirklich so wichtig ist ... Ich stellte ihm also seinen Handywecker – sein richtiger Wecker darf ja als solcher nicht in Funktion treten – und schrieb ihm die Uhrzeit auf, wann er zum Bus loslaufen musste. Da ich mich darauf eingestellt hatte, dass es nicht klappen und Jonas dann doch lieber liegen bleiben würde, als sich den Herausforderungen des Morgens allein zu stellen, war ich absolut verblüfft, als ich später sein Bett und Zimmer leer vorfand.

»Ja Mama, inner mich! Du rech! Ich groß, kann leine aufstehn. Bin äwaxen!«

Und so besprechen wir den Plan im Detail: aufstehen, anziehen, frühstücken, Vesper richten, ins Bad gehen und bei allem die Uhr im Blick behalten.

Am nächsten Morgen – natürlich habe ich unseren Wecker ein paar Minuten vor Jonas' Handy gestellt – liegen Wolfgang und ich mit gespitzten Ohren im Bett. Tatsächlich! Es klappt, wir hören unseren Sohn über den Gang tapsen, die Klospülung betätigen, in der Küche hantieren. Punkt sieben Uhr fällt die Haustür ins Schloss. Wir klatschen uns vor Freude die Hände ab wie zwei Sieger.

Ich kann es nicht lassen und stehe auf, um meine Neugier zu befriedigen. Wie ein Fährtenleser gehe ich den Spuren nach, die

von Jonas' alleinigem Aufstehmanöver erzählen: das Handtuch zusammengeknüllt auf der Kommode im Bad, das brennende Licht in seinem Zimmer, die Vesperdose von gestern auf dem Boden, der nicht abgeräumte Frühstückstisch. Dennoch überstrahlt die Freude über den Erfolg diese Nebensächlichkeiten. Schmunzelnd und zufrieden lege ich mich noch mal für ein paar Minuten ins warme Bett und genieße das unbeschreiblich gute Gefühl, wieder einen Meilenstein erreicht zu haben.

ich muss aufstehn
weil ich Duschen
wecker heißt Handy ansien
und Frühstück vesper machen
Trinken einpacken Zähne
putzen ich geh jetzt
in der Bus

Ich muss aufstehen,
weil ich duschen gehe.
Mein Wecker heißt Handy.
Ich muss mich anziehen
und frühstücken,
Vesper machen,
Trinken einpacken,
Zähne putzen.
Ich geh jetzt in der Bus.

März 2011

Jonas steht nun also jeden Morgen alleine auf! Das klappt nun schon seit zwei Wochen. Inzwischen war auch noch die Steigerung »Duschen« und »Tisch abräumen« drin. Ich bin total begeistert. Nicht nur darüber, dass mein Sohn einen weiteren Fortschritt in Sachen Selbstständigkeit gemacht hat, sondern natürlich auch, weil ich nun nach über zwanzig Jahren nicht mehr als Erste im Haus das Bett verlassen muss. Glückliche Rabenmutter.

Kaum hat sich alles gut eingespielt und bewährt, steht eine neue Herausforderung an: die Wohnwoche. Jedes Jahr nisten sich die Jugendlichen für eine Woche bei uns im Gemeindehaus ein, gehen von dort zur Schule, zum Sportverein, zum Klavierunterricht etc., essen und spielen gemeinsam, teilen ihre Alltagsorgen, machen ihre Hausaufgaben, helfen sich gegenseitig beim Lernen, leben Gemeinschaft, verbringen ihre Freizeit miteinander und gestalten das jeweilige Abendprogramm. Natürlich gibt es Mit-