

Wo Liebe ist, ist auch ein Weg

Jessica Hetzenauer dachte immer, sie sei einfach nicht richtig in dieser Welt. Eine Diagnose half ihr, sich selbst besser zu verstehen und anzunehmen.

TEXT: DORIS MARTINZ FOTOS: FOTOGRAFIE MARIE, PRIVAT

Wenn ihr alles zu viel wird und sie das Gefühl hat, die ganze Welt bricht auf sie herein, greift Jessica Hetzenauer nach Ohrstöpseln und den Kopfhörern und schlüpft unter die elf Kilogramm schwere Gewichtsdecke. Die Decke übt sanften Druck auf ihren Körper aus, sie ist wie eine Umarmung. Währenddessen arbeitet Marie. Oder sie wartet einfach ab. Unser Gespräch in der Cafeteria des Krankenhauses St. Johann verlangt Jessy, wie die meisten sie nennen, volle Konzentration ab, aber das wird mir erst später bewusst. Sie ist zart gebaut, wirkt ein wenig spröde, distanziert. Aber sympathisch. Die 39-jährige gebürtige Brixnerin erzählt aus ihrem Leben, von ihrer Kindheit: Sie wächst mit Bruder und Schwester auf dem elterlichen Bauernhof und später, als sich die Eltern trennen, in der Wohnung der Mutter auf. „Aber i bin immer scho anders g’wesen als die ändern“,



erzählt sie: Sie sei gerne und viel allein gewesen, habe sich zum Lesen zurückgezogen oder sei stundenlang alleine draußen durch Wald und Flur gestreift, dort habe sie sich wohl und so etwas wie Glück gefühlt. Sie sei sehr sensibel gewesen, empfindlich, in den Augen der anderen „komisch“: „Wäs hâst denn jetzt scho wieder? Des hâb i jeden Tâg gefühlt tausendmoi keat.“ Sie fühlt sich fremd und unverstanden, in der Familie wie in der Schule. Niemand stellt einen Bezug zu einem möglichen Krankheitsbild her – man weiß in der Gesellschaft einfach noch zu wenig über das, was sein könnte. Jessy reißt sich zusammen, sie versucht, sich anzupassen. Sie absolviert die Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin. Einige Jahre lang führt sie eine Beziehung zu einem Mann – es fühlt sich für sie nicht wirklich richtig an, aber das gilt schließlich auch für viele andere Bereiche in ihrem Leben. Sie nimmt es hin.

Die Diagnose erklärt alles

Als Jessy die Sonderausbildung „Anästhesie“ macht, stößt sie auf das Thema „Hochsensibilität“ und erkennt sich in einigen Dingen wieder. Immer wieder stolpert sie später auch über „Autismus“ und ahnt, dass sie diese neuronale Abweichung vielleicht betreffen könnte. Doch als sie Hilfe bei einer Therapeutin sucht, meint jene, sie kenne eine Autistin, und die sei völlig anders als Jessy. Also könne es nicht Autismus sein. Darüber kann Jessy heute nur den Kopf schütteln. Nirgendwo findet sie damals Hilfe oder eine Erklärung dafür, was mit ihr „nicht stimmt“.

„I bin
immer
anders
g’wesen.“

Jessy
und Mila



Vor zweieinhalb Jahren wendet sie sich schließlich an die Autisten Hilfe und vereinbart einen Termin bei einer Spezialistin in Innsbruck. Sie macht Tests, füllt Fragebögen aus, führt Gespräche und bekommt bald ein ganz klares Ergebnis: Sie lebt mit dem Asperger-Syndrom, einer Form des Autismus. Die Diagnose erklärt alles. Endlich weiß Jessy, was mit ihr los ist, warum sie viele Dinge so anders empfindet als die anderen. Heilung gibt es nicht, aber sie findet im Zillertal einen Therapeuten, der auf Autismus spezialisiert ist und sie ernst nimmt. „Des ist befreiend und schön.“ Auch für Marie ist die Diagnose wichtig: „Jetzt weiß i, dass es nicht an mir liegt.“ Jessy und Marie haben sich vor zehn Jahren in der Kletterhalle in Rosenheim kennen und lieben gelernt. Marie, 35 Jahr alt, kommt aus Deutschland, sie ist in Rheinhessen aufgewachsen und später nach Bayern gezogen. Sie ist Landschaftsgärtnerin. War es Liebe auf den ersten Blick? „Auf jeden Fall“, sagt Marie im dem für sie typischen dunklen Tonfall, und ein Leuchten geht über ihr Gesicht. „I woäß’s nit“, sagt Jessy. „Wia fühlt sich des u, die Liebe? I fühl mi wohl, wenn die Marie in meiner Nähe is. I denk, des muass wohl Liebe sei.“ Die beiden wohnen in Kirchberg, gemeinsam mit Hündin „Mila“, einer ungarischen Mischlingshündin, und zwei verschmusten Katzen. Seit vier Jahren sind sie verheiratet. Sie haben inzwischen viele Hochs und Tiefs erlebt, wie Marie erzählt. Das Zusammenleben des Paares gestaltet sich nicht immer ganz einfach.

Struktur und Rituale

Jessy braucht in ihrem Alltag viel Struktur und ihre gewohnten Rituale. Laute Geräusche und grelles Licht sind ihr unerträglich,

sie überstrapazieren ihre Sinne – wie es jede Art von Veränderung mit ihrer Psyche tut. Wenn jemand beispielsweise an einem Tag, an dem im Job ohnehin viel los ist, auf ihrem Schreibtisch die Computermaus woanders hinlegt, den Bildschirm verschiebt oder ihren Sessel verrückt, löst das in ihr enormen Stress aus. Banalitäten wie diese können zum „Overload“, zum Zusammenbruch führen. Sie sei dann nicht mehr in der Lage zu arbeiten oder auch nur zu reden, vergesse auf das Essen und Trinken und müsse sich aus unserer hektischen, lauten, viel zu hellen Welt flüchten – in die Geborgenheit ihrer Wohnung oder an einen anderen stillen, dunklen Ort. Marie kennt das, sie hält sich zurück und gibt Jessy die Zeit und den Raum, den sie braucht. Wenn etwas für sie nicht passt, sagt Jessy das direkt und ohne Umschweife. Sie kann gar nicht anders, auch wenn sie Menschen damit manchmal verstört. Sie nimmt alles wörtlich, Zynismus oder Sarkasmus sind ihr fremd – sie erkennt beides nicht. Auch Aussagen, die scherzhaft gemeint sind, kann sie nicht einordnen. Sie tut sich schwer damit, Emotionen bei anderen Menschen zu erkennen. „I schau mir Bilder an und Sendungen, um Emotionen aussaz’finden. Aber eigentlich find’ i des unsinnig“, gesteht sie. Ihre Welt ist geprägt von Logik. Alles, was nicht logisch ist, macht für Jessy keinen Sinn. Das macht sie in den Augen ihrer Mitmenschen manchmal vielleicht unnahbar und gefühllos. Es ist keine Absicht.

Jessicas Welt
ist geprägt
von Logik.





Da sie in manchen Situationen anders reagiere, habe man sie schon gefragt, ob sie dumm sei, erzählt die Wahl-Kirchbergerin. Aber das ist sie nicht, ganz im Gegenteil. „Nun sag es schon“, ermuntert Marie ihre Liebste, als jene beim Weitersprechen zögert. Doch Jessie druckt weiter herum. „Sie hat einen IQ von 139, das entspricht einer Hochbegabung“, sagt schließlich Marie. „Sie ist ein kleiner Naseweis“, fügt sie noch liebevoll hinzu. Jessie erzählt, dass sie schreiben und lesen konnte, noch bevor sie eingeschult wurde. Sie sei immer eine sehr gute Schülerin gewesen, Mathematik und Fremdsprachen seien ihr immer spielend leichtgefallen. Aber alles Soziale, das Miteinander mit den anderen, umso schwerer.

Noch heute kostet es sie enorm viel Energie, einen ganz normalen Arbeitstag zu bewältigen. Obwohl man ihr an ihrem Arbeitsplatz, im Krankenhaus St. Johann, sehr entgegenkommt. Sie kann nun zwanzig Stunden pro Woche in der Anästhesie-Ambulanz arbeiten, in einem Einzelbüro, man hat sich auf ihre besonderen Bedürfnisse eingestellt.

„Tiere lieben bedingungslos.“

Denn sie will ja arbeiten, will etwas tun – innerhalb ihres Rahmens. Mit Spontanität tut sie sich schwer. Auf unser Treffen in der Cafeteria habe sie sich zwei Monate lang vorbereitet, sagt sie.

Die „Maskierung“ funktionierte

Mich erstaunt im Gespräch mit Jessica, wie lange es dauerte, bis sie die Diagnose erhielt. Dafür gebe es viele Gründe, erklärt sie mir. Forschungen belegen beispielsweise, dass Frauen häufig besser darin sind, ihre autistischen Eigenschaften zu maskieren oder zu kompensieren, indem sie sich soziale Fähigkeiten aneignen, um in sozialen Interaktionen mitzuhalten. Diese sogenannte „Maskierung“ kann dazu führen, dass ihre Schwierigkeiten weniger offensichtlich sind. Außerdem werden Mädchen oft dazu ermutigt, sozial anpassungsfähiger zu sein. Das ermöglicht ihnen,

ihre Schwierigkeiten besser zu verbergen. „Es gibt viele Gründe dafür, dass ma bei Frauen Autismus oft erst spät erkennt.“ So schwierig die Beziehung zu den Menschen ist, so innig und erfüllend erlebte Jessie schon als Kind den Umgang mit Tieren. „Tiere san ruhig und achtsam, sie leb'n im Jetzt, des find i so schön. Und sie san in ihrer Liebe bedingungslos, des schäfft a Mensch nit.“ Hündin Mila ist Jessys Assistenzhund, auch wenn sie nicht speziell dafür ausgebildet wurde. Mila spiegelt ihr Frauchen und zeigt Jessie an, wenn sie überreizt ist oder etwas essen oder trinken sollte. Sie ist dann selbst aufgedreht, hungrig oder durstig. Inzwischen hat Jessie die Ausbildung zur Hundepsychologin beziehungsweise Hundeverhaltensberaterin absolviert. „I dolmetsch zwischen Mensch und Tier“, so drückt sie es aus. Als Hundetrainerin sieht sie sich nicht: „Die Tiere san perfekt, so, wia sie san. Ma muass sie nit trainieren, sondern verstehen. Des is so einfach und schea.“ Jessica bietet ihre Dienste als Hundeverhaltensberaterin auch auf ihrer Homepage an: www.beziehungsweise-hund.at

„Typisch“ und „divergent“

Marie liebt Jessie auch für ihren Feinsinn, den sie für Tiere hat, sie teilt ihre Liebe zu den Vierbeinern und hat die beiden Katzen in die Beziehung mitgebracht. Sie liebt ihre Frau mit all ihren Eigenheiten, sie ist ihr Sprachrohr und erklärt jenen, die ein offenes Ohr dafür haben, den Unterschied zwischen „neurotypisch“ – also „normal“ – und „neurodivergent“, den Begriff, unter den Jessie als Autistin fällt. Sie erklärt den Leuten auch, warum Jessie es nicht mag, wenn der Radio läuft, warum sie mit Kopfhörern im Lokal sitzt und manchmal keinen Augenkontakt halten kann. „Sie schämt sich nit für mi“, sagt Jessie leise. Marie muss im Alltag viel auf die Bedürfnisse ihrer Partnerin eingehen, eigentlich richtet sich fast ihr ganzes Leben danach. „I hãb an breiten Rücken und an langen Geduldsfaden“, meint sie lächelnd dazu. Marie ist der Baum zum Anlehnen für Jessie. Aber an wen lehnt sich Marie, wenn sie einmal an ihre Grenzen stößt? Auch das komme vor, gesteht sie. „I hãb halt was Kleineres“, meint sie und tippt auf das Blatt eines Bonsais, der vor uns auf dem Tisch steht. „Mein Baum is a bissl wackelig“, sagt sie lachend.

Die drei Siebe des Sokrates

Zum weisen Sokrates kam einer und sagte:
„Höre, Sokrates, das muss ich dir erzählen!“
„Halte ein!“ unterbrach ihn der Weise, „hast du das, was du mir sagen willst, durch die 3 Siebe gesiebt?“
„Drei Siebe?“, fragte der andere voller Verwunderung.
„Ja, guter Freund! Lass sehen, ob das, was du mir sagen willst, durch die 3 Siebe hindurchgeht:
Das erste ist die Wahrheit. Hast du alles, was du mir erzählen willst, geprüft, ob es wahr ist?“
„Nein, ich hörte es jemanden erzählen und...“
„So, so! Aber sicher hast du es im zweiten Sieb geprüft. Es ist das Sieb der Güte. Ist das, was du mir erzählen willst, gut?“ Zögernd sagte der andere: „Nein, im Gegenteil...“
„Hm“, unterbrach ihn der Weise, „so lasst uns auch das dritte Sieb noch anwenden. Ist es notwendig, dass du mir das erzählst?“ „Notwendig nun gerade nicht ...“
„Also“, sagte lächelnd der Weise, „wenn es weder wahr noch gut noch notwendig ist, so lass es begraben sein und belaste dich und mich nicht damit.“



Für sie sei das in Ordnung. Sie sehe ja, dass sich Jessie Mühe gebe und ihr entgegenkomme. „Sie opfert mir oft ihre letzten Körner.“ Marie nimmt sie als Liebesgabe. Und wenn Jessica nicht in der Lage sei, körperlichen Kontakt zuzulassen und ihren Freiraum brauche, habe sie immer noch ihre Katzen. Die Frauen haben gelernt, miteinander zu kommunizieren und leben – so, wie es für beide möglich ist. Wo Liebe ist, gibt es einen Weg. Marie ist beim Bauhof in Kirchberg beschäftigt. In der kalten Jahreszeit, wenn das Landschaftsgärtnern kein Thema ist, übernimmt sie den Winterdienst und ist in so schweren Geräten wie Radladern und Spezialgeräten zu beobachten. Im Team des Bauhofs fühlt sie sich wohl und akzeptiert, die Kollegen sind für sie da. Hier erfährt sie auch die Unterstützung, die Jessie ihr nicht immer geben kann. Weil Jessie in manchen Dingen anders ist. Und zugleich doch in den meisten genauso, wie wir alle.

Offener Umgang mit Autismus

Inzwischen weiß Jessie, dass es etliche Menschen in der Region gibt, denen es ähnlich geht wie ihr. Man müsse nicht kopfwackelnd vor der eingeschalteten Waschmaschine sitzen, und könne doch neurodivergent sein, meint sie. Die Bandbreite des Autismus sei enorm groß und reiche von sehr leichten Fällen bis hin zu Menschen, die überhaupt nicht in der Lage sind, soziale Kontakte zu halten. Bei Kindern diagnostiziere man heute häufiger das Asperger-Syndrom und andere Formen, in frühen Jahren könne man mit Therapien einiges bewirken. Jessie geht mit ihrer eigenen Geschichte in die Öffentlichkeit, weil sie will, dass die Leute verstehen, was Autismus ist und wie Betroffene damit leben. Sie würde sich wünschen, dass die Dauerbeschallung im Supermarkt und in der Gastronomie aufhört. Dass die Menschen ehrlicher und offener miteinander kommunizieren und sich nicht so oft hinter Ausflüchten und Unklarheiten verstecken. Und dass wir öfter die „drei Siebe des Sokrates“ (siehe Textfeld auf der linken Seite) anwenden. Es sind Denkanstöße, die bei mir auf fruchtbaren Boden fallen. Jessica träumt von einem kleinen Häuschen, das sie mit ihrer Frau und den Tieren bewohnt. „Und ich davon, dass wir beide auf der Terrasse dieses Häuschens sitzen und dort als Omis Kekse lutschen“, verrät Marie und lacht. Es wird immer wieder Situationen und Tage geben, an denen Jessica unter ihrer Gewichtsdecke verschwindet. Aber wenn sie die Decke zurückschlägt, ist Marie da.

