



PUBLIKATION	ZUSAMMENARBEIT	TEXT	DATUM
GGZ Jahresbericht	Daniela Kienzler (Fotografie)	Sabine Windlin	1.4.2020

IM NOTFALL DUFTÖL

Noa Jankovic, 14, ist froh, dass er nach stressigen Zeiten zu Hause in die Sonderschule Horbach wechseln konnte. Eine grosse Hilfe sind ihm dabei die Bezugspersonen und seine Therapeutin.

«Schule für spezifisch Begabte» lautet die offizielle Bezeichnung für die Sonderschule, die du besuchst. Erzähle von deinen Talenten!

Oh, da fällt mir spontan nichts ein. Es wäre für mich einfacher, von Dingen zu erzählen, die ich nicht so gut kann, oder von Situationen, in denen ich emotional überfordert bin. Aber Talente?

Jeder Mensch hat doch Fähigkeiten!

Okay, ich kann Gitarre spielen, bin begeisterungsfähig und wissbegierig. Wenn mich etwas interessiert, kann ich ausdauernd an einem Thema dranbleiben. Zudem habe ich eine Begabung für alles Technische. Diese Fähigkeit von mir hat sich im Horbach bereits herumgesprochen. Schüler und Lehrer kommen darum meist direkt zu mir, wenn etwas mit der IT nicht funktioniert. Zudem lese ich gerne, meist sogar mehrere Bücher gleichzeitig.

Viele Schüler wechseln in den Horbach, weil es zu Hause oder in der Regelschule Schwierigkeiten gab. Wie war das bei dir?

Bis zum Ende der vierten Klasse wohnte ich zu Hause und besuchte die Primarschule in Littau. Da kam es aber immer häufiger zu Eskalationen. Ich möchte nicht anderen die Schuld für mein Verhalten in die Schuhe schieben. Aber dieses hing auch mit der Situation zu Hause zusammen. Da gab es viel Stress. Meine Eltern stritten sich oft, es wurde öfters laut und zeitweise konnte ich kaum mehr schlafen. Kurz: Es sind Dinge passiert, die man als Kind nicht erleben möchte. Als sich die Situation zu Hause und in der Schule trotz vielen Gesprächen nicht verbesserte, haben die Behörden zusammen mit meiner Mutter entschieden, dass ich in den Horbach komme und die Woche über hier wohne und zur Schule gehe.

Ein guter Entscheid?

Ja, definitiv. Ich war damals sehr froh und erleichtert, dass es eine Veränderung gab. Denn ein gemütliches Zuhause hatte ich wie gesagt nicht. Nebst den Streitigkeiten war auch die Wohnung extrem klein. Die befand sich an einer stark befahrenen Strasse. Autofahrer veranstalteten manchmal bis morgens um drei Uhr ihre privaten Rennen und liessen die Motoren aufheulen. Es war schrecklich. Im Horbach fühle ich mich wohl. Hier habe ich ein gutes Umfeld, Kollegen, nette Lehrer und Bezugspersonen.

Schwierige Momente oder Krisen erlebst du keine mehr?

Doch, doch. Es gibt Momente, wo mich alle nur noch nerven und ich meine Ruhe haben will. Dann ziehe ich mich in der Wohngruppe auf mein Zimmer zurück. Was ich gut finde, sind die klaren Regeln hier: Wenn man hier Mist gebaut oder sich danebenbenommen hat, muss man sein Verhalten reflektieren und sich je nach Situation auch entschuldigen. Nach einer Auszeit wird man aber problemlos wieder in der Gruppe aufgenommen. Man ist nicht abgestempelt. Hilfreich ist für mich auch die Psychotherapie, die ich freiwillig alle drei Wochen besuche. Meiner Psychologin erzähle ich während der 90- minütigen Sitzung, was mich beschäftigt, aufregt oder bedrückt. Das tut gut. Von der Frau bekomme ich zudem gute Inputs, die mir im Alltag helfen. Die Psychotherapie ist aber auch ganz schön anstrengend! Denn man muss viel nachdenken und sich intensiv mit sich beschäftigen. In Krisenzeiten hilft mir auch mein Notfallkoffer.

Notfallkoffer?

Das ist ein ganz normaler Koffer aus Aluminium, der Dinge enthält, die mir wichtig sind. Bei mir sind das ein Puzzle, ein leicht stacheliger Knetball sowie ein Duftöl. Wenn ich sehr wütend oder traurig bin – diese Gefühle liegen ja oft nah beieinander –, nehme ich einen Gegenstand aus dem Notfallkoffer und beschäftige mich mit ihm. Allmählich fühle ich mich dann besser. Früher nutzte ich den Notfallkoffer sehr oft. Heute brauche ich ihn etwas weniger häufig. Ausser dem Duftöl, das ist immer griffbereit.

Wie läuft es in der Schule?

Gut! Die Schule ist mir wichtig und sie macht mir Spass. Ich lerne auch gerne. Entsprechend erfreulich sind meine Noten. Natur und Technik sind meine Lieblingsfächer, aber auch RZG – die Abkürzung steht für Räume, Zeiten und Gesellschaft – besuche ich gerne. Derzeit beschäftigen wir uns intensiv mit der Berufswahl. Da bin ich voll dabei. Schon in der ersten Sekundarklasse habe ich – obwohl es nicht Pflicht war – diverse Schnupperlehren absolviert: als Kaufmann, Apotheker, Logistiker, Informatiker. Momentan steht bei mir der Beruf des Chemielaboranten ganz oben auf der Liste. Darum werde ich da

noch weitere Schnupperlehren machen. Mein Ziel ist klar: im Sommer 2021 eine gute Lehrstelle finden.

Wie ist der Kontakt zu deiner Familie?

Meine Eltern sind inzwischen geschieden. Mit meinem Vater verstand ich mich nie sehr gut. Derzeit herrscht Funkstille. Zu meiner Mutter und meinem elfjährigen Bruder pflegte ich schon immer einen guten Kontakt, und die sehe ich auch regelmässig an den Wochenenden. Was ich toll finde: Meine Mutter und mein Bruder sind inzwischen umgezogen. Jetzt wohnen wir in der Nähe des Luzerner Verkehrshauses, in einem schönen und ruhigen Quartier mit netten Nachbarn. Ich geniesse es sehr und bin dankbar dafür.

Deine Pläne fürs Wochenende?

Ausschlafen! Der Rest ergibt sich von selbst.