



Betroffene erzählen: Bericht Nummer 4

Als ich noch arbeitete war ich beruflich viel mit dem Auto unterwegs. Eines Tages, vor vielen Jahren erlitt ich eine Panikattacke auf der Autobahn. Ich erinnere mich genau daran, ich musste auf dem Pannestreifen anhalten und kam mit Verspätung an eine wichtige Sitzung ins Tessin. Ab diesem Moment machte mir das Befahren von Autobahnen Mühe, ich machte Umwege, wich ihnen aus. Als dann auch noch die Tunnels dazukamen, musste ich reagieren.

Ich bin mir gewohnt, die Sachen selbst in die Hand zu nehmen und so machte ich es auch hier. Ich therapierte mich selbst, indem ich mich dazu zwang Autobahnen und Tunnels zu befahren. Das ging über viele Jahre gut. Nur beim Gotthardtunnel funktionierte es nicht, ich schaffte es trotz meiner Willenskraft nicht ihn zu befahren.

Inzwischen bin ich pensioniert und habe ein Ferienhäuschen im Tessin. Wir sind deshalb viel im Tessin. Im Sommer ist es kein Problem, da kann ich ja den Pass benutzen - im Winter aber bin ich auf meine Frau als Fahrerin angewiesen. Ich möchte wieder alleine durch den Gotthardtunnel fahren können und suchte deshalb die Hilfe bei Fahrangst.

Zusammen mit meiner Frau fuhren wir nach Thun. Bei einem Kaffee schilderte ich Frau Siegenthaler mein Problem, sie hörte aufmerksam zu. Sie gab mir viele Hintergrundinformationen. Wir kamen überein, dass wir uns einen Tag reservieren und gemeinsam den Gotthardtunnel in Angriff nehmen.

Knapp 2 Monate später war es dann soweit. Wir trafen uns vor Wassen. Sie stieg zu mir ins Auto, meine Frau sass hinten. Ich fuhr vier Mal durch den Tunnel. Die erste Fahrt war schlimm, ich war froh um den beruhigenden Einfluss von Frau Siegenthaler. Dann aber ging es immer einfacher, ab der dritten Fahrt war der Bann gebrochen.

Seither fahre ich wieder problemlos ins Tessin, ob über den Pass oder durch den Tunnel - herzlichen Dank!

Herr W. (68) - Zwei Treffen: Einmal in Thun und einmal beim Gotthard