



Betroffene erzählen: Bericht Nummer 8

Wiedereinstieg nach einer (unverschuldeten) Frontalkollision

Vor meinem Unfall im Herbst 2013 habe ich mich nie mit Fahrangst befasst, geschweige denn hätte ich mir vorstellen können, dass ich selber einmal davon betroffen sein könnte. Meine Unfallerfahrung machte mich ohnmächtig, war ich der Situation eines mit ca. 80 km/h entgegenkommenden Fahrzeuges auf meiner Fahrbahn völlig hilflos ausgesetzt. Ein Aufprall, eine kräftige Wucht, ein enormer Knall ... Nur meine Schutzengel liessen mich diesen Unfall überstehen, schenkten mir mein Leben und helfen mir nach wie vor bei der Reintegration in mein gewohntes Leben.

Autofahren wollte ich nicht mehr - nein lieber nie mehr. Obwohl ich weiss, wie hilfreich gerade mit einem Handicap - seit früher Kindheit bin ich gehbehindert - ein Auto sein kann. Mit dem Rollstuhl ist es doch einfacher von A nach B mit dem Auto als mit dem ÖV: Man ist unabhängiger, selbständiger, auf niemandes Hilfe angewiesen. Mein Handicap übrigens steht in keinem Zusammenhang mit dem Unfall!

Wie motivierend war es dann doch, als ich 6 Monate nach dem Unfall die Website von Renate Siegenthaler entdeckte. Die Möglichkeit, meine Angst überwinden zu können, wurde real. Bei der ersten Fahrstunde überzeugten mich ihre beruflichen Kompetenzen, ihre spürbaren Erfahrungswerte und ihr ressourcenorientiertes Arbeiten.

Autofahren ist nicht meine Lieblingstätigkeit, mulmige Gefühle in gewissen Situationen auf der Strasse begleiten mich nach wie vor, manchmal auch Ängste. Doch gelingt es mir, dank der professionellen Unterstützung von Renate, das Auto zu nutzen, wenn ich Bedarf habe. Ich habe kein Vermeidungsverhalten mehr.

Ich bin am Steuer ruhig, lasse mir Zeit und nutze das Auto wenn ich ausgeruht bin und ich keine Kopfschmerzen habe. In Ergänzung nutze ich die öffentlichen Verkehrsmittel ebenfalls. Ich fühle mich wieder frei und handlungsfähig.

Rückblickend hat es mir Spass gemacht, diesen Weg mit dir, Renate Siegenthaler, zu gehen ☺

Frau M. (58) - Zwei Trainings: Beide in Thun