



«Sich einfach tot stellen?» Im Zug mit Kolumnistin Katja Walder

#Geschichte #Gesellschaft #Freizeit #Züge

Wie reagieren, wenn es jemandem im Zug nicht gut geht? Katja Walder appelliert in ihrer neuesten Kolumne an Menschlichkeit!



Im ersten Moment war ich nicht sicher, ob ich richtig gehört hatte. Im zweiten Moment war ich sicher, dass ich richtig gehört hatte und wollte mich deshalb in einem ersten Reflex tot stellen: Es war tatsächlich ein verzweifeltes Schluchzen, das aus dem Nebenabteil zu hören war. Ich wollte mich tot stellen, weil mich die Situation überforderte. Der jungen, grossgewachsenen Frau ging es offenbar nicht gut. Fieberhaft überlegte ich, was nun zu tun sei, während sie Rotz und Wasser heulte und gleichzeitig auf ihrem Handy rumtippte. Ihr Hilfe anbieten? Sie trösten? Sie ignorieren? Bei der «Nüt-degliche-tue»-Lösung versuchte ich mir kurz einzureden, das würde nicht nur meiner Feigheit entgegen kommen, sondern auch der traurigen Frau, die vielleicht lieber ungestört bleiben wollte. Restlos überzeugte mich meine Argumentation allerdings nicht.

Also ratterte es in meinem Kopf fieberhaft weiter. Was war es, das sie so traurig machte? Ging es mich etwas an? Was, wenn sie mich abweisen würde? Ich erinnerte mich an Leo, der einer blutjungen, schluchzenden Frau (Diagnose: vermutlich Herzschmerz), zuflüstern wollte, er wisse, wie sich das anfühle, und sich dann doch nicht traute. Kurz darauf war Leo erleichtert, als eine ältere Frau der Liebeskranken beim Aussteigen tröstend den Arm um die Schulter legte und ihr etwas ins Ohr flüsterte, das sie zu einem tapferen Lächeln animierte. «Das nächste Mal», schwor sich Leo damals, «mache ich es besser und reiche zumindest ein Taschentuch.»

Da es bei mir nicht bei der guten Absicht für «das nächste Mal» bleiben sollte, gab ich mir und meinem klopfenden Herzen einen Schupf und kramte weit unten in meinem Rucksack nach Nastüchli. „Wettsch eis?“, fragte ich die Weinende, rückte ein Stück zu ihr herüber und streckte ihr das Päckchen über den Gang hin. Als sie es dankbar annahm, schluchzte sie noch etwas lauter.

«Es tut mir leid!», flüsterte ich ihr zu, ohne zu wissen, was sie so traurig machte, und legte ihr die Hand auf die Schulter. Ihre Hand drückte meine. Ich weiss nicht mehr, wie lange wir so da sassen. Vielleicht waren es fünf Sekunden, vielleicht auch 10 oder 30. Ich weiss nur noch, dass es mich unheimlich viel Überwindung gekostet hatte, diesen kleinen Schritt der Fürsorge zu wagen. Bevor sie mit ihren Tränen und ihrem Kummer in die kalt betonierte Bahnhofswelt ausstieg, lächelte sie mir noch durch verquollene Augen zu und liess ein «danke!» im Wageninnern zurück.

Die Erkenntnis dieser kurzen Begegnung? Traut euch, Menschen anzusprechen, denen es nicht gut geht. Wegschauen ist keine Lösung.

Im Zug unterwegs und es gibt einen Notfall – wie verhalte ich mich richtig?

Insbesondere bei einem medizinischen Notfall ist es wichtig, rasch zu reagieren. Nebst den üblichen Soforthilfemassnahmen empfiehlt die SBB ihren Kundinnen und Kunden die folgenden Massnahmen:

- Kundenbegleitung im Zug informieren.
- Sollte die Kundenbegleitung nicht zur Stelle sein: Sanität (144) anrufen.
- Falls nötig: Bahnpolizei (0800 117 117) oder Polizei (117) verständigen.
- Nicht die Notbremse betätigen: Der Zug kann auf offener Strecke nicht oder nur schlecht von den Einsatzwagen erreicht werden.
- Bei psychologischen Notfällen: Dargebotene Hand (143) anrufen.

Selbst schon Hilfe angeboten im ÖV?

Oder selbst schon Unterstützung bekommen? Erzählt Katja Walder von euren Erfahrungen! abgefahren@katjawalder.ch oder per Whatsapp (Text- oder Sprachnachricht): 077 492 25 71

Der Pendler-Knigge Mehr von Katja Walder gibt es im Buch «Der Pendler-Knigge», das in der Beobachter-Edition erschienen ist. Darin finden sich 99 Gebote für den ÖV – mit Kolumnen, Karma-Tipps und heraustrennbaren Soforthilf-Karten für allerlei Notfälle.

Katja Walder, Daniel Müller Der Pendler-Knigge 168 Seiten, Broschur, Fr. 29.– ISBN 978-3-03875-115-1

Beobachter-Edition erhältlich unter: beobachter.ch/shop oder im Buchhandel