



«Keine Panik!» Die neuste Kolumne von Katja Walder

#Geschichte #Gesellschaft #Freizeit #Züge

Manchmal braucht es einen wirklich guten Grund, um sich einer Phobie zu stellen. Pendler-Kolumnistin Katja Walder unterwegs mit einer Reisenden, die den ÖV fürchtet.



Wundert euch nicht, wenn ihr im Zug schon bald einer überdimensionierten gehäkelten Portion Pommes und einem kleinen Chihuahua-Hündchen gegenüber sitzt. Beides gehört zu einer Winterthurerin mit dem Künstlernamen Tüpf Li. Frau Li beglückt die Kunstwelt mit Gehäkeltem der bizarren Art: Vom riesengrossen Spiegelei mit Speck über besagte XXL-Pommes bis zu einem imposanten Ozonloch aus blau-türkisem Garn.

Dass Tüpf Li mit Häkelarbeiten und Hündchen per Zug zu ihren Ausstellungsorten fahren kann, wäre eine kleine Sensation. Wegen einer ÖV-Phobie war dies seit 2012 fast überhaupt nicht mehr möglich. «Ich bekam plötzlich Panik, wenn ich in einen Bus oder Zug eingestiegen bin», erinnert sich Tüpf Li an den schleichenden Anfang ihrer ÖV-Angst. «Horrorbilder von Zugunfällen und andere schreckliche Dinge schossen mir durch den Kopf, während die anderen sorglos in ihren Sitzen sassien.» Also verzichtete sie jahrelang ganz auf den ÖV. An den Vorlesungen ihres Studiums in Luzern durfte sie per Skype teilnehmen. Für Ausstellungen war sie auf Orte angewiesen, an denen sie nicht persönlich anwesend sein musste und denen sie ihre riesigen Kunstwerke per Post schicken konnte. Tüpf Lis Bewegungsradius verkleinerte sich. Ihr Freundeskreis auch. «Eine enorme Einschränkung», sagt sie kopfschüttelnd, während sie an diese Zeit zurück denkt.

Aber damit ist jetzt Schluss! Seit einer Woche hat Tüpf Li den ÖV für sich zurückerobert. Als ich sie per Zufall im Bus antreffe, ist sie gerade bei Schritt Nummer drei in Richtung Heilung: Bei der ersten Busfahrt seit vier Jahren. Einen Monat lang hatte sie sich mit Hilfe ihrer Psychiaterin und dank Mentaltraining darauf vorbereitet – und nun sitzt sie also da und scheint recht entspannt. Dank eines Tricks: «Wenn meine innere Stimme mir wieder Schreckensbilder einreden will, stelle ich mir einfach vor, sie spreche mit Mickey-Mousestimme. Das nimmt ihr die Macht.» Wieso sie diese ÖV-Panik nach so langer Zeit gerade jetzt anpacken wolle, frage ich sie. Die Antwort ist berührend: Einer Freundin aus Zürich gehe es gesundheitlich nicht gut, sagt Tüpf Li. Nur wenn sie es schaffe, in Bus und Zug zu steigen, könne sie ihre Freundin besuchen und für sie da sein.

Wundert euch also nicht, wenn ihr im Zug schon bald einer überdimensionierten gehäkelten Portion Pommes gegenüber sitzt. Es wäre der Beweis dafür, dass die SBB eine Kundin und diese ein grosses Stück Freiheit zurückgewonnen hat.

Katja Walder freut sich auf lustige, berührende, überraschende Beobachtungen von unterwegs! Per Whatsapp an 077 492 25 71 oder an abgefahren@katjawalder.ch

Der Pendler-Knigge 99 Gebote für den öffentlichen Verkehr gibt es im Buch «Der Pendler-Knigge», das in der Beobachter-Edition erschienen ist. Darin finden sich ausserdem Kolumnen, Karma-Tipps und heraustrennbare 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