

Dr. med. Maria Bellinger MA
Leiterin der psychosozialen Beratungsstelle -
Gesundheitsdienst im AA

„Hilfe, ich steh im Stau“ – wenn Reisen zur Qual wird

Abstract

Vision 2050: Wer noch mit dem Auto zur Arbeit fährt, nimmt sich Lesestoff oder eine Handarbeit für unterwegs mit, weil er stundenlang im Stau steht. Vier Milliarden Fahrzeuge werden auf der Erde rollen. Die Strassen der Megacities sind eine einzige Fahrzeugkolonne, die sich unter Schritttempo vorwärts bewegt. Einen Parkplatz ergattern kommt einem Lotto-Sechser gleich und kostet ein Drittel des Tagesverdienstes. Blechlawinen überall, vorwärtskommen kaum möglich. Der "globale Verkehrsinfarkt" droht, das kapitalistische Prinzip von Angebot und Nachfrage kommt an seine Grenzen, wenn die Ware nicht mehr zum Kunden kommt.

Realität 2012: Staus gehören nicht nur zum automobilen Alltag auf dem Weg in den Urlaub, sondern sind inzwischen praktisch ganzjähriger Dauerzustand des Berufsverkehrs in vielen Städten: die Deutschen stehen binnen eines Jahres zusammengerechnet rund 535.000 Jahre im Stau.

Der Vortrag befasst sich mit den Auswirkungen auf die psychische und physische Befindlichkeit der „im Stau gefangenen“ Menschen: wenn die Mobilitätsstarre plötzlich und unvorhersehbar eintritt, zeigen Experimente, dass sich Autofahrer teilweise ähnlichen psychischen Stress-Belastungen ausgesetzt sehen, wie Polizisten, die sich einer Gruppe Hooligans entgegenstellen. Das Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden, verdreifacht sich beispielsweise im Stau.

Die unfreiwillige Blockade-Situation wird im menschlichen Gehirn als Bedrohungssituation interpretiert (Bedrohung der Autonomie und des Bewegungsradius) und so wird ein Kampf- oder Fluchtverhalten aktiviert, dass aber in der Enge des Fahrzeugs und der bestehenden Bewegungseinschränkung nicht umgesetzt werden kann.

Aktuelle Forschungsergebnisse werden vorgestellt und in Bezug zu gängigen Stress- und Trauma-Konzepten gesetzt.