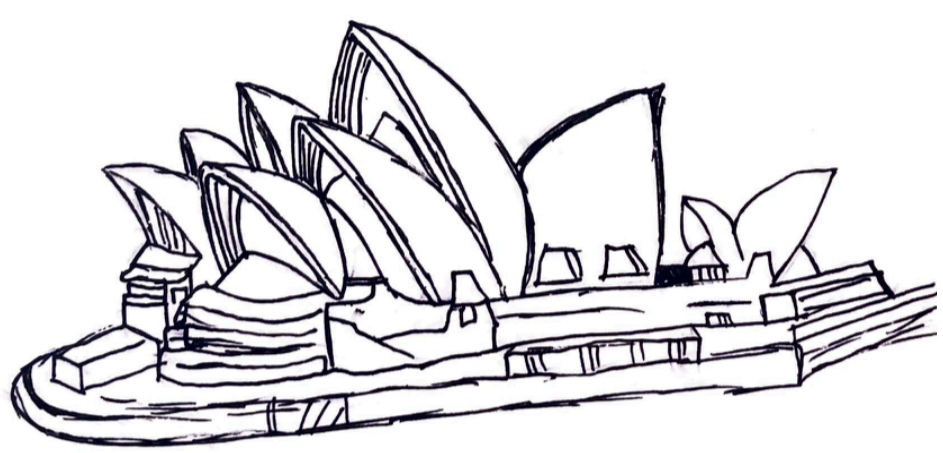


UNKONTROLLIERBARE HITZE

„Emergency Warning - Bushfire!“ Eine wahre Geschichte über eine lange Nacht voller Ratlosigkeit, Panik und Angst.

ES WIRD BRENZLIG

Es ist April und in Australien zeigen sich meist 24 Grad auf dem Thermometer. So auch am 14. April, an welchem ich mit meinen Freunden Keerthiya und Jonas den Abend am Circular Quay verbringe. Der Circular Quay ist eine lebendige, leuchtende Hafenpromenade am nördlichen Ende von Sydney. Eis essend sitzen wir auf den weiten Treppen des Opera Houses.



Es ist laut um uns herum. Sydney ist busy. Wir sind ganz gelassen. Ich fühle mich wohl hier in Australien. Keerthiya's Handy klingelt, vibriert auf der kalten Treppenstufe aus Stein. Mit dem Handy am Ohr und aufgerissenen Augen wiederholt sie: „Emergency Warning! Bushfire near Holsworthy?!“. Unsere Gastfamilie lebt in Holsworthy, einem Vorort im Südwesten von Sydney. Blut schießt mir in den Kopf, er wird heiss und mein Herz fängt wild an zu klopfen. Ich weiss nicht was ich sagen soll. Ich kralle mich an den kalten Treppenstufen fest und versuche dieses Gefühl, das meinen Körper übernimmt, einzuordnen. Mir ist ein wenig schlecht und ich fange an, mit meinen Beinen zu wippen. Ich bin plötzlich hellwach und meine Augen trocken. Mein Körper verkrampft sich. Ich fühle mich nicht mehr sicher. Wir rufen unsere Gastmutter an und erfahren, dass unsere ganze Strasse evakuiert wurde. Zeit vergeht und wir sitzen immer noch vor dem Opera House. Wir lenken uns ab, indem wir Spiele als Zeitvertreib nutzen. Wir sollen so lange in Sydney ausharren, bis das Feuer an Holsworthy vorbeigezogen ist. Irgendwann kurz vor Mitternacht, ist es soweit, die Züge fahren wieder. Ich murmle nur: „Ich schlafe heute Nacht in Sydney.“ Die Vorstellung, dass das Feuer zurückkommen kann, macht mich verrückt. Diese Unkontrollierbarkeit verängstigt mich.

ANGST ALS SCHUTZMECHANISMUS

In diesem Moment habe ich das Gefühl, dass die Angst mich beherrscht. Ich kann meinen Körper nicht mehr steuern. Obwohl ich weiss, dass das Feuer weit von uns entfernt ist, habe ich das Bedürfnis wegzulaufen. Wo ist das Feuer gerade? Was für Schäden hat es angerichtet? Sind schon Menschen und Tiere gestorben? Fragen wie diese, schießen mir durch den Kopf. Ich versuche sie zu unterdrücken, doch das funktioniert nicht. Bei den meisten Menschen spielen sich im Angstfall, auf der körperlichen Ebene, ähnliche Reaktionen ab. Das Herz schlägt schneller, die Durchblutung der Muskulatur ist stärker und die Aufmerksamkeit erhöht. Ich bin hellwach, obwohl es schon spät in der Nacht ist. Angst ist ein Gefühlszustand. Auch wenn man denkt, Entscheidungen und Handlungen aufgrund des Verstandes zu treffen, sind es doch meist Gefühle, die uns leiten. Besonders bekannt ist das „Bauchgefühl“. Meins sagt mir, ich soll in dieser Nacht auf keinen Fall nach Holsworthy zurückfahren. Angst gehört zu unserem Leben und ist eine normale Reaktion auf Gefahrensituationen. Das Ziel der Reaktion ist immer die Rettung aus der Gefahr: entweder durch Auseinandersetzung oder Rückzug. Ein Waldbrand ist unkontrollierbar und für mich fremd. Ich spüre den Drang, mich nicht in die Nähe des Brandes zu bewegen. Ich will mich zurückziehen und geschützt bleiben. Jeder Mensch geht mit der gleichen Gefahrensituation etwas anders um. Viele verschiedene Faktoren spielen dabei eine Rolle. Z.B. Das Ausmass der erlebten Bedrohung oder die Persönlichkeit eines Menschen. Man geht heute sogar davon aus, dass die Veranlagung zur Angst zu einem Teil angeboren ist. Aber auch das Umfeld in dem wir aufwachsen bestimmt wie stark unsere Neigung zur Angst ausgeprägt ist.

ANGST VOR DER UNGEWISSHEIT

Ängste können auch durch Lernprozesse entstehen und wieder abgebaut werden. Dies passiert, da der Mensch lernt auf Reize zu reagieren und sich Abwehrreaktionen aneignet. Kinder lernen zum Beispiel von Eltern, die bestimmte Ängste zeigen, diese zu übernehmen. In der Seminararbeit von Karen Hollenbach, wurde erkannt, dass wenn langjährige Erfahrungen mit einer Gefahr gemacht wurden, diese nebensächlich erscheint. In ihrem Fall geht es um die Naturgefahr Hochwasser. Je bekannter das Hochwasserereignis, desto ungefährlicher wird es eingeschätzt. Die Angst wird abgebaut.

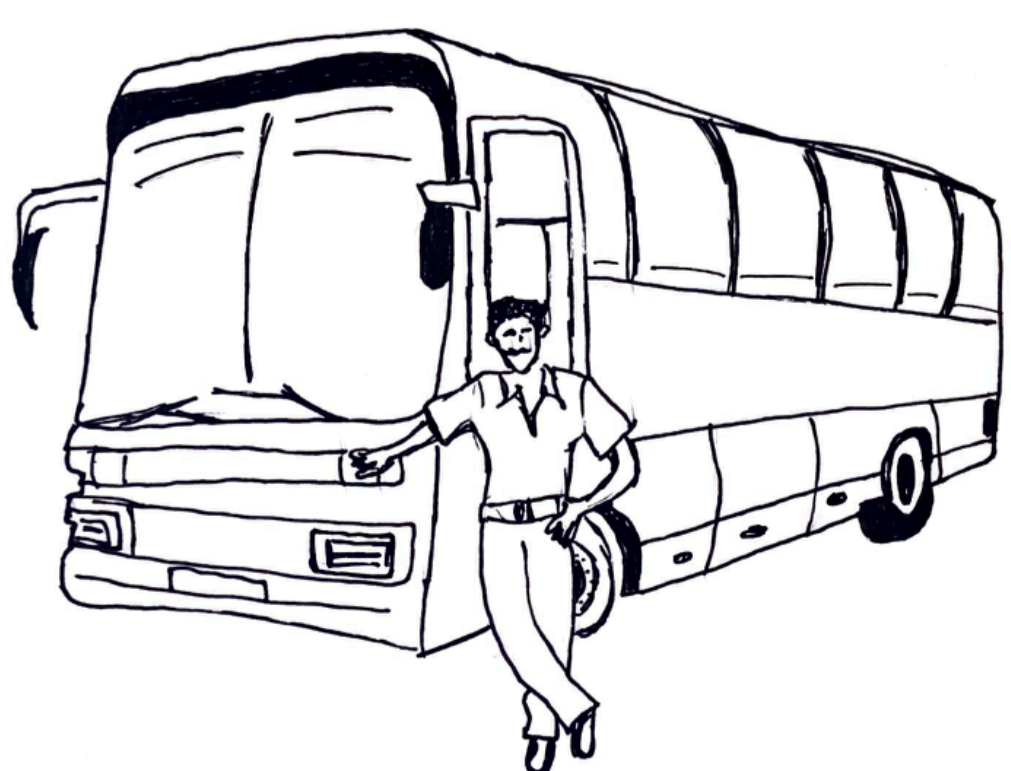


Waldbrände sind gefährlich und keine Seltenheit auf dem roten Kontinent. Die Bewohner Australiens kennen das Szenario. Sie wissen wie sie sich im Fall eines Waldbrandes verhalten sollen. Ich jedoch, befinde mich am Anfang eines fünfmonatigen Sprachaufenthaltes in Sydney und diese Situation überfordert mich völlig.

Die Angst vor einer Gefahr kann manchmal die grösste der Gefahren sein.
-Niccolo Tommaseo

RELAXTER BUSFAHRER

Es ist der nächste Morgen und ich sitze im Bus zurück nach Holsworthy. Ein Teil der Zugstrecke wurde in der Nacht so stark beschädigt, dass sie nicht mehr genutzt werden kann. Ich habe in einem kleinen, heruntergekommenen Hostel in Sydney übernachtet. Geschlafen habe ich kaum. Ich bin vor der Gefahr geflüchtet und sitze nun nur in diesem Bus, weil ich muss. Das Bushfire ist schon lange weitergezogen, doch der Himmel ist immer noch pechschwarz. Eine überdimensionale Rauchwolke erstreckt sich über dem Bus. Kein bisschen Himmel schimmert hindurch. Ich bin so gefangen in der Angst, dass ich gar nicht mitbekomme, wie der Bus an der Endstation „Holsworthy“ ankommt. Ich werde aus meinen Gedanken gerissen, als der Busfahrer lautstark ein Lied vor sich hin trällert, während dem er für eine Verschnaufpause aus dem Bus steigt. Er spricht die aussteigenden Leute an und beginnt über das Bushfire zu diskutieren.



Einige gehen weiter, einige bleiben stehen. Es bildet sich ein kleiner Kreis um den Busfahrer und es wird geschwatzt. Ich befinde mich mittendrin und bin endlos fasziniert von der Gelassenheit der Leute. Sie berichten was sie gesehen und gehört haben, doch Angst spüre ich keine. Der Busfahrer macht zum Schluss einen Witz und wünscht uns einen schönen Tag. Am Abend sitze ich auf dem ledrigen Sessel neben der Küchentheke. Überall ist Rauch. Das Wohnzimmer erscheint verschwommen durch den dunklen Nebel, der sich im ganzen Raum ausgebreitet hat. Meine Gastmutter kocht gemütlich das Abendessen und erzählt mir von ihrer Evakuierung, als wäre sie einkaufen gewesen. Ich bin wiederum fasziniert von dieser Gefasstheit. Ich denke an den Busfahrer und alle Leute, die sich an Situationen wie diese gewöhnt haben. Sie gehen anders mit der Angst um und strahlen dadurch Sicherheit aus. Ich fühle mich in diesem Moment beschützt und sicher. Meine Angst verschwindet langsam wie die Aschewolke über Holsworthy.

REFLEXION

Ich bin wieder in der Schweiz und sitze nicht mehr auf dem Ledersessel in Holsworthy, sondern liege auf meinem Palettenbett in Chur. Ich bin glücklich wieder zu Hause zu sein. In den letzten Monaten habe ich sehr viele neue Eindrücke gewonnen. Das Bushfire ist eines der ersten Erlebnisse, welches mir in den Sinn kommt, wenn ich an die Zeit in Australien denke. Die Nacht vom 14. April hat mich definitiv geprägt. Ich habe gelernt, dass jeder Mensch Gefahrensituationen anders wahrnimmt. Die Reaktion des Körpers ist bei den meisten sehr ähnlich, der Zeitpunkt wann wir Angst verspüren kann aber stark variieren. Ich habe mich selbst als eine nicht ängstliche Person eingeschätzt. Das Feuer zeigte mir, das ich ängstlicher bin, als ich es eigentlich sein möchte. Wenn ich jetzt zurückblicke, denke ich das die Gefahrensituation weit weg war. Vor dem Opera House habe ich mich, meiner Meinung nach, zu stark von der Angst leiten lassen. Es wurde mir klar, dass Angst abgebaut wird, wenn man sich an eine Gefahr gewöhnt. Ich will das Gefühl Angst nicht komplett abbauen, aber ich möchte in Zukunft mehr Kontrolle in einer Situation wie dieser haben. Am liebsten wäre ich irgendwann wie der Busfahrer oder meine Gastmutter und könnte anderen in Gefahrensituationen Sicherheit schenken

ABOUT ME

Ich heisse Nina Thöni und studiere Multimedia Production an der Fachhochschule Graubünden.
Ich liebe das Reisen, Flammkuchen, Berge, Kuschelsocken und Deko.

Platzhalter Logo

