

Vriendin op rijangstcursus

Zó



Cynthia, Lida & Stephanie

Een jaar geleden hield Vriendin's Stephanie een rond-de-tafelgesprek over rijangst. Samen met lezeressen Cynthia en Lida gaat zij nu de uitdaging aan: twee dagen lang volgen zij een rijangstcursus.

Dag één

"Is dát het gaspedaal?" is één van de eerste vragen die ik aan rijinstructeur Jan Hamelink stel. Met klamme handen zit ik achter het stuur van zijn lesauto, te kijken naar het rechterpedaal bij mijn voeten dat een andere vorm heeft dan ik ooit heb gezien. Jan en ik hebben elkaar zojuist ontmoet op station Rotterdam centraal, waar ook lezeressen Cynthia en Lida – ja ja, met de trein – naartoe zijn gekomen. Jan heeft mij gevraagd om op deze regenachtige vrijdagochtend het spits af te bijten en nu zit ik dus te zweten. "Eh... ik heb zes jaar niet gereden, hè," verontschuldigt ik me voor het feit dat ik er al een minuut of vier over doe om van de parkeerplaats weg te komen. Iets eerder heb ik Jan ook nog geprobeerd over te halen om eerst met ons naar een industrieterrein te rijden en daar te beginnen met oefe-

nen, maar hij trapte er niet in. Wat dacht ik ook: hij is al twintig jaar rijinstructeur en heeft zich sinds zeven jaar gespecialiseerd in mensen met rijangst én rijexamenvrees. "Steeds vaker kreeg ik mensen in de auto die gewoon hun rijbewijs hadden gehaald, maar niet zelf de weg op durfden," zegt hij. "Het was een verloren groep en ik wilde hen graag helpen, dus besloot ik een opleiding te volgen tot rijangstspecialist. Als mensen mij nu bellen, houd ik altijd eerst een voorgesprek om vast te stellen wat de oorzaak is van hun angst. Sommige mensen zijn getraumatiseerd doordat ze een ongeluk hebben meegemaakt. Dat vereist een andere, nog voorzichtigere aanpak dan mensen die niet achter het stuur durven te kruipen door een gebrek aan zelfvertrouwen, of omdat ze bijvoorbeeld heel erg bang zijn dat de motor afslaat."