

Flugangst besiegen...

Die Angst vorm Fliegen dauerhaft zu überwinden ist wirklich ganz einfach... Sie beginnen gerade damit.



Fliegen, ein Traum. Vielleicht sogar der Traum eines jeden Menschen. So alt, wie die Menschheit selbst. Wenn Sie auf dieser Seite **GELANDET** sind, dann haben Sie auch diesen Traum, sind von diesem Traum „infiziert“. Gleichzeitig ist aber vielleicht auch etwas in Ihnen, daß Sie daran hindert, sorgenfrei in die Luft zu gehen.

Vielleicht haben Sie ein bestimmtes Urlaubsziel vor Augen, vielleicht müssen Sie beruflich fliegen... Was auch immer Ihr Ziel sei mang, ich werde Ihnen auf dieser Seite nicht nur „THERORTISCH“ helfen können, sondern ich bin auch in der Lage Ihnen „PRAKTISCH“ zu helfen.

Was ist Angst eigentlich?...

Eine Antwort was Angst eigentlich ist, gibt die Definition, die ich auf Wikipedia gefunden habe. Hier ein kleiner Auszug. Daraus geht hervor, Sie haben überhaupt keine Angst. Dieser Begriff wird häufig mit Furcht gleichgesetzt... aber lesen Sie selbst.

„Die Angst ist ein negatives Gefühl, das mit der tatsächlich oder vermeintlich erhöhten Wahrscheinlichkeit eines Schadens verbunden ist und bezeichnet somit eine Empfindungs- und Verhaltenssituation aus Ungewissheit und Anspannung, die durch eine eingetretene oder erwartete Bedrohung (z.B. Schmerz, Verlust, Tod) hervorgerufen wird. Der Begriff Angst grenzt sich von der Furcht dadurch ab, dass sich Furcht meist auf eine reale Bedrohung bezieht (gerichtete Angst), Angst ist dagegen meist ein ungerichteter Gefühlszustand. Im Deutschen werden "Angst" und "Furcht" allerdings oft synonym verwendet, obwohl es z.B. statt "**Angst vor dem Fliegen**" eigentlich "**Furcht vor dem Fliegen**" heißen müsste. In anderen Sprachen haben die von den lat. Wörtern ...“

Auch wenn sich der Begriff „Flugangst“ eingebürgert hat, werde ich diesen ab hier nicht mehr verwenden. Denn laut der oben aufgeführten Definition ist es NUR „Flugfurcht“. Sie sollten Sie davon befallen Sein, dann verwenden Sie ausschließlich nur noch diesen Begriff. Sie haben keine Angst. Es ist viel viel weniger... nämlich Furcht. Wenn auch „Flugfurcht“, aber nur Furcht.

Furcht vorm Fliegen...

Wo beginnt die Furcht vor dem Fliegen eigentlich? Als „STRESS“ pur erlebt so mancher schon die Fahrt zum Flughafen. Die Parkplatzsuche. Die Geräuschkulisse. Das Stehen in der Schlange. Die Kontrolle. Einchecken. Der Gang über das Vorfeld zum Flugzeug. Hier sind es wieder andere, unbekannte Geräusche. Jeder Mensch dem, wie zuvor beschrieben unangenehme Gefühle überkommen, würde diese etwas anders beschreiben. Mancher fühlt sich aufgeregt, nervös, unruhig, mancher hat eventuell Kopfschmerzen, Probleme im Magen-, Darmbereich, der andere nennt das Stress, während jemand ohne Furcht, dem ganzen ganz gelassen gegenübersteht.

Warum?... ganz einfach...

Die Ursachen für unsere Gefühlswelt haben die unterschiedlichsten Ursachen. Der eine kann sich nicht vorstellen, wie so ein Metallvogel überhaupt fliegt, ein anderer fühlt sich dem Piloten ausgeliefert, wieder andere haben vielleicht Angst vor geschlossenen Räumen und fürchten sich, das Flugzeug nicht jederzeit verlassen zu können. Für andere ist es das erste mal, etwas ganz neues... oder etwas unbekanntes.

Jeder, der unter Flugfurcht leidet, hat seine ganz persönlichen Gefühle und Gefühle haben bekanntlich nichts mit der Realität zu tun. Absolut nicht. So kann ein Mann oder eine Frau am Steuer die Geschwindigkeit - sagen wir einmal 140 km/h als angenehm empfinden - während dessen Beifahrer(in) angespannt daneben sitzt und froh wäre, wenn er langsamer führe. (Habe Sie dies nicht auch schon selbst erlebt?)

Statistiken sagen es. Das Flugzeug ist eines der sichersten Verkehrsmittel überhaupt, was es auf dieser Welt gibt. Gemäß dem Schweizer Bundesamt für Zivilluftfahrt könnte ein Mensch 75.000 Mal um die Erde fliegen, ohne dass ihm dabei etwas zustößt. Trotzdem gibt es etliche Menschen, die sich nicht überwinden können in ein Flugzeug zu steigen. (Gefühl + Realität)



Cockpit Maule MXT-7-180A



Was kann man gegen Flugfurcht unternehmen?

Erst einmal spielt sich die Furcht im Kopf ab. Haben Sie schon einmal versucht „positive Gefühle und Bilder zu erzeugen? Das mag sich vielleicht seltsam anhören... aber Furcht erfordert TRAINING. Wie das Erlernen des Schwimmens oder des Tauchens. Angst und Furcht sind zum Teil langjährig erlernte oder anerzogene Muster, die sich im Unterbewusstsein festgesetzt haben. Kennen Sie vielleicht auch jemanden, der unheimliche Angst vor Mäusen hat? Achten Sie auf dessen Kinder oder Eltern. Sie hatten / haben die gleiche Angst.

Um die Flugfurcht zu besiegen ist regelmäßiges Training und stetige Wiederholung die Garantie für den Erfolg. Mit uns können Sie die ersten Schritte dazu wagen. Wenn Sie heute den ersten Schritt tun, können Sie schon in kurzer Zeit den Traum vom sorgenfreien Fliegen erreichen.

Dabei ist es ganz egal, ob Sie in einem „großen“ oder „kleinen“ Flieger sitzen. Physikalisch gesehen geschieht bei jedem Flugzeug auf der Welt das gleiche, wenn es in die Luft geht. Der Unterschied zwischen der Mitflugzentrale Willy Ader und anderen Luftfahrtgesellschaften, wie z.B. Air Berlin, Lufthansa, Condor, etc... ist nicht nur die Größe der Flugzeuge, sondern auch das unmittelbare Erleben, was im Cockpit vor sich geht. Es ist nicht wie „Busfahren“... sie erleben dasselbe, viel kleiner, viel familiärer, viel näher und INTENSIVER.



Cockpit Maule M-6-235, am Flughafen Paderborn-Lippstadt

Noch einmal zurück zum ersten Punkt: Positive Gefühle. Positive Gedanken. Wie wäre es mit...:

„Flugfurcht“... irgendwie hört sich das doch „blöde“ an... nicht wahr?

Oder stellen Sie sich doch einmal die Frage, was ist Fliegen eigentlich. Warum ist es ein Traum. Stellen Sie sich einmal folgenden Begriffe bildlich vor.

Fliegen ist: **Freiheit, Weite, Licht, Raum, Luft und Abenteuer!**

Fliegen ist auch eine **LEBENSEINSTELLUNG**

!!!!FLIEGEN VERBINDET... MENSCHEN... LÄNDER... KONTINENTE!!!!

Fragen Sie sich einmal selbst... ist das nicht phantastisch?



(Maule mit Schwimmern)

Hier spricht Ihr Kapitän:



Ukraine)

(Yalta, Krim,

Mein Name ist Willy Ader. Mittlerweile habe ich mehr als 3.000 Std. Flugerfahrung, bin im Besitz einer Einweisungsberechtigung (CRI) und Inhaber der Firma Flugzeugservice Willy Ader (Wartung und Instandhaltung von Luftfahrzeugen).

Das, was ich zuvor über die Flugfurcht geschrieben habe, ist das, was ich in all den Jahren meiner fliegerischen Tätigkeit erlebt, gesehen und gehört habe. Ich bin mittlerweile mit sehr sehr vielen Menschen geflogen. Jeder dieser Menschen war anders. Genau, wie jeder Mensch ein anderer ist... genauso ist jeder Flug anders. Ich würde Ihnen gerne zeigen, was Fliegen wirklich ist... für mich ist das ein **Erleben. Da**

ich nicht Psychologie studiert habe, erhebe ich keinen Anspruch auf Richtigkeit oder Vollständigkeit. Ich bin für Anregungen oder Verbesserungsvorschläge immer offen.