



Pressemitteilung der Flughafen Lübeck GmbH

Flugangst einfach *wegklopfen*

Am Flughafen Lübeck erfolgreich Flugangst bekämpfen

Lübeck, den 2. Juli 2010 – „Flugangst einfach *wegklopfen*“, so lautet das Motto unter dem am Samstag, den 17. Juli 2010, ein Seminar gegen Flugangst am Flughafen Lübeck stattfindet. Einen ganzen Tag lang erklärt Diplom-Psychologin Jutta Bockhold, Menschen mit Flugangst, woher Ängste kommen, was sie im Körper auslösen und wie man unter anderem durch Stimulation bestimmter Körperregionen gegen diese Angst ankämpfen und sie besiegen kann. Ein erfahrener Pilot und Flugingenieur (früher der 3. Mann im Cockpit) wird zu allen technischen Fragen der Teilnehmer kompetente Antworten geben. Dazu stellt der Flughafen Lübeck einen Tag lang seine Räumlichkeiten kostenlos zur Verfügung. Weiterhin gibt es Einblicke in den Flughafenalltag.

Die Psychologin erklärt ihr innovatives Konzept so: „Mittels Halten oder Klopfen bestimmter Akupunkturpunkte werden im Gehirn direkt die Zentren beruhigt, die bei Ängsten über den Verstand nicht kontrollierbar sind. Die Angst wird sozusagen „weggeklopft“.“

Die Gründe für Flugangst können vielfältig sein. „Das fängt bei Kontrollverlust und Platzangst an und hört bei Angst vor unbekanntem Geräuschen und vor dem Absturz des Flugzeuges auf“, erklärt die 57jährige. Und sie ergänzt: „So vielfältig wie die Menschen sind, sind auch die Gründe für Flugangst.“ Sie weiß, wovon sie redet, denn in ihrer 10-jährigen Berufserfahrung als Trainerin in Sachen Flugangst hat sie so manchen Fall erlebt: „Es gibt nichts, was es nicht gibt. Niemand muss sich dafür schämen.“ Das neue an ihrem Konzept ist eine Kombination von hocheffizienten Methoden aus der energetischen Psychologie und anderen psychotherapeutischen Methoden, die für die Teilnehmer schneller erlernbar sind als zum Beispiel Muskelentspannung nach Jacobsen.

Einfach toll und unterstützenswert findet Doris Böhmke, Geschäftsführerin der Flughafen Lübeck GmbH, das Konzept: „Ich finde den innovativen Ansatz von Frau Bockhold sehr interessant. Außerdem ist Flugangst ein sehr ernstes Thema, gerade für uns als Flughafenbetreiber. Viele Passagiere leiden an Flugangst. Daher möchten wir diese Initiative gern unterstützen und den Seminarteilnehmern unseren Flughafenalltag sowie ein wenig Flughafenflair näherbringen. Hoffentlich gelingt es uns, diesen Menschen unsere Leidenschaft näher zu bringen und ihnen etwas mehr „Lust“ aufs Fliegen zu machen.“ Und sie fügt hinzu: „Ich hoffe, dass es uns zusammen gelingt, aufzuzeigen, dass ein Flughafen auch „Alltag“ sein kann, vor dem man keine Angst haben braucht. Daher möchten wir den Teilnehmern ermöglichen, sich direkt bei uns am Flughafen mit ihrer Angst auseinanderzusetzen.“

Lübeck Airport

Wenn Sie mitmachen möchten, kontaktieren Sie bitte Frau Bockhold unter der Telefonnummer: 04191 88551 oder per e-mail: mail@ep-institut.de. Die Teilnahme an diesem Flughafentag gegen Flugangst ist zu einem Sonderpreis von € 195 möglich. Normalerweise kostet eine Teilnahme an diesem Seminar € 250. Dafür werden die Teilnehmer gebeten, anonym einige Fragebögen auszufüllen.

Für mehr Infos: www.ep-institut.de und www.luebeckairport.com.



Fotos: TG/Flughafen Lübeck



Kontakt Seminarleitung:
Jutta Bockhold
Diplom-Psychologin
Institut für Energetische Psychologie
Brookstr. 13
24568 Oersdorf
mail@ep-institut.de

Kontakt Flughafen:
Daniela Stricker
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Flughafen Lübeck GmbH
Blankenseer Straße 101
23560 Lübeck
daniela.stricker@flughafen-luebeck.de