



„Aus dem Cockpit“ ins Leben

Ein Workshop, der unter die Haut ging | von Janine Brennenstuhl

Wenn an einem grauen Novembertag in der Flugschule Oerlinghausen plötzlich ungewohnt viel Gelächter, konzentriertes Nicken und noch mehr Tiefgang durch die Seminarräume weht, dann kann das nur eines bedeuten: Die Pilotinnen sind wieder da.

In diesem Jahr waren es 15 Teilnehmerinnen, die aus ganz unterschiedlichen Bereichen des Luftsports angereist waren – Segelflie-

gerinnen, UL-Pilotinnen, Motorsegler- und Motorflugpilotinnen. Sie alle verbindet die Leidenschaft fürs Fliegen – und die Neugier darauf, was man aus dem Cockpit ins Leben übertragen kann.

Der Workshop „Aus dem Cockpit ins Leben“, erneut initiiert von **Sybill Krumm-acher** vom Bundesausschuss *Fliegende Frauen* im DAeC, brachte diese vielfältige Gruppe zusammen. Ihr gemeinsames Ziel: Die Parallelen zwischen Aviatik und Alltag zu erkunden – und sie für ein selbstbestimmtes, starkes Leben zu nutzen. Geleitet wurde das Seminar von **Anne Hennig**, Motorfluglehrerin, Unternehmerin und systemischer Coach. Wer Anne kennt, weiß: Hier wird nicht nur Wissen vermittelt, hier werden Perspektiven verschoben.

Gleich zu Beginn konfrontierte sie die Runde mit Fragen, die man nicht einfach nebenbei beantwortet: *Was ist wichtiger – die eigenen Stärken oder Schwächen beim Fliegen zu kennen? Wie sehr bestimmt mein Mindset, wie ich lande? Und vertraue ich eigentlich meinen eigenen Entscheidungen?*

Plötzlich wurde aus einem fachlichen Thema ein persönliches. Denn die Antworten ließen sich nahtlos ins private Leben übertragen: **Wer seine Stärken kennt, übernimmt Verantwortung – ob an den Rudern oder im Alltag.** So startete die Gruppe in einen Tag voller Denkflüge:

- ▶ Was wir im Funk klar und eindeutig formulieren – warum fällt uns das im Alltag manchmal schwer?
- ▶ Wenn uns Seitenwind zwingt, flexibel zu handeln – wie nutzen wir dieses Mindset in herausfordernden Lebenssituationen?
- ▶ Und wenn eine Checkliste im Cockpit selbstverständlich ist – warum verwenden wir nicht auch mentale Checklisten für Stress, Entscheidungen oder Selbstzweifel?

Das eigene Mindset als persönliches Flugwetter

Anne ermutigte die Runde, sich eine entscheidende Frage zu stellen: „Was brauche ICH, um eine Situation zu verbessern?“ Nicht: „Wer ist schuld an der Situation?“ Denn den Sei-





Flugplatz Oerlinghausen EDLO (Fotograf: Keno Zache), Segelflugschule rechts unten

tenwind kann niemand ändern – das eigene Mindset hingegen schon.

Im Laufe des Tages entwickelten sich hierzu intensive Gespräche, ehrliche Momente, viel Lachen – und auch jene stillen Sekunden, in denen eine Erkenntnis genau ins Schwarze trifft.

Stille im Raum – und ein Kopf voller Startenergie

Am Ende des Workshops wurde es ganz ruhig im Seminarraum. Jede der 15 Pilotinnen nahm etwas für sich mit: einen neuen Blickwinkel, ein neues Verständnis ihrer Stärke

oder gleich einen ganzen Werkzeugkasten für mentale Klarheit.

Die Atmosphäre war geprägt von Offenheit, Respekt und einer Dynamik, die entsteht, wenn Frauen mit ähnlichen Erfahrungen, aber unterschiedlichen fliegerischen Hintergründen zusammenkommen.

Fazit: „Aus dem Cockpit ins Leben“ ist mehr als ein Workshop. Es ist ein Stück gelebte Selbstführung für Pilotinnen aus allen Sparten des Luftsports. Ein Tag, der inspiriert, stärkt und eindeutig nach Wiederholung und Vertiefung ruft.



Im Vordergrund Janine, im Hintergrund Anne 2. von links, Sybille rechts außen

VDP-Mitglied werden!



Den Antrag auf Mitgliedschaft in der VDP für Pilotinnen und Fördermitglieder könnt ihr als Datei auf der VDP-Webseite herunterladen (Link im QR-Code oder als Kurzform hier: <https://kurzelinks.de/77rt>)

