

## Optimismus kann man Lernen

Da staunte das Team vom Oelper Waldhaus: 260 Frauen umarmen sich selbst, brechen scheinbar grundlos in minutenlanges Gelächter aus und klopfen sich auf die Schultern. Ausgelöst hatte dies die Motivationstrainerin Ingeborg Pflicht aus Oldenburg, die als Referentin zum Kreistreffen der LandFrauen im Altkreis Braunschweig in das Veranstaltungshaus gekommen war.

Im Rahmen dieser Zusammenkunft brachte die Oldenburgerin überkommene Denkmuster gründlich ins Wanken. Mit scharfem Blick und lachmuskelstrapazierendem Humor blies die Referentin zum Angriff auf den allzu weiblichen Hang zu Selbstkritik und Pessimismus. „Optimisten wandeln auf den Wolken, unter denen Pessimisten Trübsal blasen!“ Diese Erkenntnis ist ebenso einfach wie treffend. Denn die Wolken des Lebens, die Probleme und Herausforderungen, kommen mit der Unvermeidlichkeit des Wetters.

„Menschen zweifeln oft an sich“, so die Referentin. Schaffe ich das? Kann ich das? Diese Fragen trieben einen um. Dabei seien Zuversicht und Optimismus angeboren. „Der Ausgang einer Sache hängt oft davon ab, wie man es angeht.“ Menschen mit einer optimistischen Lebenseinstellung und Ausstrahlung seien gesünder und leistungsfähiger als Pessimisten und in der Lage, jeden schönen Augenblick zu genießen. Optimisten gelinge wesentlich mehr als Pessimisten, deshalb sei die Entscheidung, mit positiven Gedanken zu leben, für das eigene Leben entscheidend.

Wie sich ein lachendes oder mürrisches Gesicht, ein vertrauender oder zweifelnder Satz auf jeden Einzelnen auswirken, erlebten die Frauen anhand eines kinesiologischen Muskeltests: Der eigene Körper hatte Energie oder wurde völlig kraftlos. Einfache Mittel könnten die gute Laune zurückbringen: Auf die Farben Goldgelb oder Pink schauen und sich Dinge ansehen, bei denen einem das Herz aufgehe. Dies vermittelte Pflicht, indem sie Damen mit den entsprechenden Farboutfits auf die Bühne holte.

Doch das Kreistreffen brachte nicht nur den anwesenden LandFrauen Freude, sondern auch den beiden Vertretern der Remenhofstiftung und des Zentralen Knochenmarkspender-Registers (ZKR). Diese erhielten nämlich von der Kreisvorsitzenden Parvin Hemmecke-Otte jeweils einen großzügigen Spendenscheck überreicht, der aus Einnahmen des Kuchenverkaufes beim Riddagshäuser Erntedankfest resultierte.

Für eine Überraschung des rundum fröhlichen Nachmittags sorgten abschließend die Tänzerinnen der Lupus Linedancer aus Wolfenbüttel. Mit einer bunten Showeinlage im Countrymusicmix begeisterten sie das Publikum. Bei den deutschen Musiktiteln konnte die eine oder andere LandFrau sogar mitsingen.

Mit den Schlussworten bekamen die LandFrauen ein neues Gesicht im Kreisvorstand zu sehen. Die neugewählte 2. Kreisvorsitzende Birgitt Pitt aus Wendeburg dankte nicht nur der Referentin und dem Ortsverein Schandelah für einen herbstlich geschmückten Saal, sondern sie stellte den LandFrauen auch die anderen neuen Vorstandsmitglieder des Kreisverbandes vor. Dies sind: Petra Möller-Druschke, ebenfalls aus Wendeburg als Beisitzerin für Öffentlichkeitsarbeit, Monika Sebralla aus Völkenrode als Schriftführerin und Brigitte Wittenberg aus Zweidorf als Kassenwartin.



Dass bunte Farben fröhlich stimmen, vermittelte Referentin Ingeborg Pflicht anhand von Bildern und entsprechend gekleideten LandFrauen, die sie auf die Bühne holte.



Parvin Hemmecke-Otte (links) und Birgitt Pitt (rechts) überreichten Jodithajütte vom ZKR und Per Møller von der Remenhofstiftung die Spenden aus dem Kuchenverkauf.



Die Lupus Linedancer aus Wolfenbüttel sorgten für die passende Umrahmung des Kreistreffens der LandFrauen Braunschweig.