

Erfolge bewegen durch wingwave-Coaching.

Was ist wingwave?

Punktgenaue Leistungssicherheit und erfolgreiches Stressmanagement ermöglicht Ihnen **wingwave**-Coaching in oft nur 3 bis 5 Interventions-Stunden. Dieses Kurzzeit-Coaching-Konzept wirkt durch eine effektive Kombination aus bereits bewährten psychologischen Coaching-Elementen. Neben Managern, Führungskräften, Kreativen und Künstlern nutzen auch Spitzensportler, Schauspieler, Schüler, Auszubildende und Studenten die **wingwave**-Methode für Ihre Erfolge.

Die Anwendungsbereiche

wingwave-Coaching wird in den Bereichen Business, Leistungssport, Pädagogik und Didaktik, Gesundheit sowie in Künstlerkreisen erfolgreich genutzt. Über 5000 Coaches setzen **wingwave** im deutschsprachigen Raum, in Spanien, Frankreich, Großbritannien, Serbien, Kroatien, Slowenien, Rumänien, Skandinavien, in den USA, Mexiko, Japan und in Russland in ihrer Arbeit ein.

Anwendungsgebiete

wingwave® Coaching wird von über 2000 Coaches in Deutschland und anderen europäischen Ländern wie z.B. Spanien, Italien, Frankreich, Serbien, Kroatien, Skandinavien, Russland sowie in den USA eingesetzt für die Kontexte:

- Business
- Medien
- Leistungssport
- Politik
- Gesundheit
- Pädagogik
- Management
- Personal Coaching

Themenbereiche

- Auflösung von Spannungsfeldern am Arbeitsplatz und im Privaten
- Lampenfieber
- Emotionaler Stress und Blockaden
- Leistungsstress Regulation
- Körperlicher Stress wie Schlafmangel und Belastung
- punktgenaue Ressourcenaktivierung
- Nachhaltige Stabilisierung
- Innerliche Ruhe, Balance und Konfliktstärke

wingwave und Forschung

wingwave ist bereits in Studien an der Universität Hamburg und der Medizinischen Hochschule Hannover beforscht worden. Hierbei hat sich gezeigt, dass schon zwei Stunden **wingwave**-Coaching Redeangst und Lampenfieber in Präsentations-Sicherheit und Auftrittsfreude verwandeln können.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

1. Regulation von Leistungsstress
(PSI = Performance Stress Imprintings)
Effektiver Stressausgleich bei z.B.: sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden, Rampenlicht-Stress, Nackenschlägen auf dem Weg zum Ziel, Flugangst oder bei körperlichem Stress wie z.B. Schlafmangel. Sie fühlen sich durch die rasche Stabilisierung Ihrer inneren Balance schnell wieder energievoll, innerlich ruhig und konfliktstark.
2. Ressourcen-Coaching
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, überzeugende Ausstrahlung, positive Selbstmotivation, die Stärkung des inneren Teams, Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein - wie beispielsweise einen wichtigen Auftritt oder Sportwettkämpfe (in vivo-Coaching).
3. Belief-Coaching
Leistungseinschränkende Glaubenssätze werden bewusst gemacht und in Ressource-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist hier das Auffinden von Euphorie-Fallen im subjektiven Erleben, welche langfristig die innere Welt allzu erschütterbar machen könnten. Das Ziel ist eine emotional stabile Belief-Basis und persönliche Glaubenssätze, die auch anspruchsvollen mentalen Belastungen standhalten

Die Methode

wingwave ist ein geschütztes Verfahren. Wir vereinen hier:

- Bilaterale Hemispärenstimulation wie beispielsweise wache REM-Phasen (Rapid Eye Movement = schnelle Augenbewegungen), auditive oder taktile links-rechts-Impulse
- Neurolinguistisches Programmieren
- den Myostatiktest zur gezielten Planung von optimalen Coachingprozessen

wingwave - der Name

Der Flügelschlag eines Schmetterlings - so heißt es - kann auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern. Genauso weckt wingwave-Coaching in Ihnen durch erstaunlich "kleine" Interventionen verblüffend große Möglichkeiten für Ihre beruflichen und persönlichen Erfolge. Der Wortbestandteil "wing" erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, was gleichzeitig bedeutet, dass der "wing" für diese große Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den O-Ringtest aus der Kinesiologie. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die große Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragende" Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das "wave" stellt eine Assoziation zum englischen Begriff "brainwave" her, was sinngemäß "tolle Idee" oder "Gedankenblitz" heißt. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-Coaching in Ihnen gezielt hervorgerufen.

Mehr Informationen zum Thema unter:

www.wingwave.com

SABRINA EILERS
ZIELDENKEN + KOMMUNIKATION
COACHING - BERATUNG - MEDIATION - TRAINING - MODERATION

