



wingwave®

Der Name



Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das gesamte Klima ändern kann, wenn der „Wing“ für diese große Wirkung exakt an der richtigen Stelle angesetzt wird.

Wo kommt das wingwave® her?

Die Wirksamkeit von Augenbewegungen zur Integration der Gehirnhälften ist schon bekannt in der Kinesiologie, im NLP und in der Traumforschung (REM = Rapid Eye Movement). **EMDR** (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) wurde von **Francine Shapiro**, einer amerikanischen Psychologin, in den achtziger Jahren zur Behandlung von schwer traumatisierten Menschen entwickelt.

Die beiden Diplom-Psychologen **Cora und Harry Besser-Siegmund** – beide ausgebildete EMDR-Trainer – setzten diesen Ansatz in der Coachingarbeit um, und nannten ihr Verfahren **wingwave®**. Mit der starken Körperorientiertheit kommt **wingwave®** sehr rasch auf den Punkt. Und das bei einer relativ einfachen Methode. Diese Interventionen wirken effektiv und nachhaltig und führen gerade bei Alltagsstress zu sinnvollen Veränderungen und Neuorientierungen.

wingwave und Forschung

wingwave® nutzt drei Methodenbestandteile, über die als Mono-Disziplinen bereits signifikante wissenschaftliche Effektivitätsnachweise existieren.

Studien an der Universität Hamburg und der Medizinischen Hochschule Hannover zeigen auf, dass schon zwei Stunden **wingwave®**-Coaching Redeangst und Lampenfieber in Präsentations-Sicherheit und Auftrittsfreude verwandeln können.

Die Methode

wingwave® vereint:

- **Bilaterale Hemisphärenstimulation**
- **NLP**
- **Kinesiologie**

Der zur Überprüfung der Wirkung der Intervention eingesetzte Myostatik- oder O-Ringtest ermöglicht die punktgenaue Planung von optimalen Coaching-Prozessen und eine objektive Erfolgskontrolle.



... ist ein

Kurzzeit-Coaching-Konzept

für jederfrau und jedermann, im Speziellen

- **Manager & Führungskräfte**
- **Sportler**
- **Künstler & Kreative**

Es wird in den Bereichen:

Privat, Business, Leistungssport, Gesundheit, Kreativwirtschaft, Kunst erfolgreich genutzt.

Die Anwendungsbereiche

- Regulation von (Leistungs)Stress

Effektiver Stressausgleich bei Spannungsfeldern im Team, mit Kunden, bei „Rampenlicht-Stress“, „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder bei körperlichem Stress wie z.B. Schlafmangel. Der Coachee fühlt sich durch die rasche Stabilisierung seiner inneren Balance schnell wieder energievoll, innerlich ruhig und konfliktstark.

- 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.

- Belief-Coaching

Leistungseinschränkende Glaubenssätze werden bewusst gemacht und in Ressource-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist 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, die auch anspruchsvollen mentalen Belastungen standhält.

- Reduktionscoaching

Eine kreative Abwandlung des üblichen Interventionsprozesses führt zu effektiver und nachhaltiger Reduktion von Gewohnheiten wie Rauchen, Social Media Aktivitäten, von Essverhalten (z.B. Heißhungerattacken), aber auch von überzogenem Arbeitseinsatz. Die Klienten bestimmen jeweils das Maß der Reduktion - oder sagen einfach SchlussDamit.®.



Mag. Dieter Vogel - Ihr wingwave®-Coach vor Ort

Seit 2010 bin ich zertifizierter wingwave®-Coach – und die Anwendungserfolge sprechen für sich!

Was mich an wingwave® begeistert:

- die systemische Einbindungsmöglichkeit und Anwendungsvielfalt
 - der Wirkungsgrad und
 - die Nachhaltigkeit der Intervention
- und ...

Es darf auch „einfach“ gehen, meistens sogar rasch!