

Erfolge bewegen. Blockaden lösen. Spitzenleistung erzielen.

Wem nützt wingwave® ?

Im Businesskontext – Führungskräften und Mitarbeiter/innen
Im Prüfungskontext –Prüflingen mit Prüfungsangst
Im privaten Kontext – Individuelle innere Blockaden auflösen

Speziell: wingwave® für Führungskräfte

Kennen Sie das:

- „Ich kann mich nicht ausreichend abgrenzen“
- „Ich kann nicht Nein sagen“
- „Ich kann mich nicht durchsetzen“
- „Ich kann nicht abschalten / zur Ruhe kommen“

In diesen und vergleichbaren Situationen ist **wingwave®** eine effiziente Ergänzung zu weiteren Coaching-Methoden und hilft Ihnen, sich anders zu verhalten.

Wie funktioniert wingwave®?

Die wingwave®-Methode ist ein Leistungs- und Emotionscoaching, welches spürbar und schnell Leistungsstress abbaut. Ihre Kreativität, Mentalfitness und Konfliktstabilität wird gesteigert.

Erreicht wird dieser Ressourcen-Effekt durch eine „einfach“ erscheinende Grundintervention: das Erzeugen „wacher“ REM-Phasen (Rapid Eye Movement), welche wir Menschen sonst nur im nächtlichen Traumschlaf durchlaufen. REM-Phasen dienen nachts dazu, die Ereignisse des Tages zu be- und verarbeiten. Manchmal reicht der Schlaf dafür aber nicht aus. Dann werden coaching-relevante Stressauslöser (Gedanken, Erfahrungen, Emotionen) mit



identifiziert und dann durch wache REM-Phasen auf der limbischen Ebene des Gehirns reguliert.

Dieses „Winken“ vor den Augen, bei dem Sie den Bewegungen der Hand mit den Augen folgen wird - mit Pausen – so lange wiederholt, bis Sie bzw. der Muskeltest anzeigt, dass das Thema ausreichend bearbeitet ist. Je nach Komplexität des Ausgangsthemas benötigt man für eine komplette Bearbeitung 2 bis 5 Sitzungen. Sehr häufig reicht allerdings auch schon eine Sitzung aus, um den gewünschten Erfolg zu erzielen.

Mithilfe geirnh- und zielgerechter Kommunikation (NLP) werden so emotionale Blockaden gelöst. Nach wenigen Sitzungen wird Ihr volles Leistungspotential entblockiert und auf natürliche Weise gesteigert.

Dieser Test sorgt dafür, dass nur Sie bzw. Ihr Unbewusstes der Herrscher des Verfahrens ist: Es wird nur an den Themen gearbeitet, die Ihr Unbewusstes sozusagen zur Bearbeitung freigibt. Eine Manipulation durch Dritte ist dadurch ausgeschlossen!

Was ist wingwave® ?

wingwave® ist ein Mentalcoaching als Kurzzeitkonzept, mit dem sich erstaunlich schnell anhaltende Wirkungen erzielen lassen. Der inzwischen gesetzlich geschützte Begriff wurde vom Besser-Siegmund-Institut mit Sitz in Hamburg ins Leben gerufen. Er vereinigt:

- Neurolinguistisches Programmieren (NLP),
- Stimulation der Zusammenarbeit beider Gehirnhälften (Bilaterale Hemisphärenstimulation), die durch schnelle horizontale Augenbewegungen bzw. auditive oder taktile Links-Rechts-Reize erzeugt wird,
- Kinesiologischen Muskeltest (O-Ring-Test), der dazu dient, die Wirkung der Intervention zu überprüfen und den genau richtigen Punkt für den Einstieg in das Coachingthema zu finden

Was ist noch wichtig zu wissen?

wingwave® ist keine Psychotherapie und kann sie auch nicht ersetzen. Voraussetzung für ein **wingwave®**-Coaching ist, eine normale psychische und physische Belastbarkeit. Bitte sprechen Sie uns bei Fragen hierzu jederzeit an.

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme.



Susanne Fehlhaber
lizenzierter wingwave®Coach