

Wie funktioniert **wingwave**?

Die **wingwave**- Methode ist ein Leistungs- und Emotionscoaching, das spürbar und schnell Leistungsstress abbaut. Beim Coachee wird die Kreativität, die Mentalfitness und die Konfliktstabilität gesteigert. Dieser Ressourcen- Effekt wird durch eine einfache Grundintervention: das Erzeugen „wacher“ REM-Phasen ( Rapid Eye Movement) erzeugt. Diesen Prozess durchlaufen wir Menschen ganz natürlich jeden Tag, im nächtlichen Traumschlaf. Coachingrelevante Stressauslöser ( Gedanken, Erfahrungen, Emotionen) werden mit dem MYOSTATIK Test identifiziert und dann durch wache REM- Phasen auf der limbischen Ebene des Gehirns reguliert. Mit Hilfe geirn- und zielgerechter Kommunikation (NLP) werden so emotionale Blockaden gelöst. Nach wenigen Sitzungen wird volles Leistungspotenzial entblockiert und wieder auf natürliche Weise gesteigert.

**wingwave** ist keine Psychotherapie und kann auch keine ersetzen. Voraussetzungen für **wingwave** bei den Coachees ist- wie auch bei anderen Coachingmethoden üblich, eine normale psychische und physische Belastbarkeit.

### **Die Anwendungsbereiche?**

Diese Methode wird in den Bereichen Business, Leistungssport, Pädagogik und Didaktik, Gesundheit und in Künstlerkreisen erfolgreich eingesetzt. Mehr als 1500 Coaches setzen **wingwave** in ihrer Arbeit ein. In den Ländern: Deutschland, Italien, Spanien, Serbien, Kroatien, Frankreich, Skandinavien, Russland und in den USA, wird diese Methode praktiziert.

### **Regulation von Leistungsstress?**

Stressausgleich bei Spannungsfelder im Team, mit Kunden, Nackenschlägen, auf dem Weg zum Ziel, bei körperlichen Stress, Schlafstörungen,...

### **Ressourcen- Coaching?**

Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, überzeugende Ausstrahlung, positive Selbstmotivation, Ziel- Visualisierung, mentale Vorbereitung,...

### **Belief-Coaching?**

Leistungseinschränkende Glaubenssätze werden bewusst gemacht und in Ressource-Beliefes verwandelt.

### **Noch was?**

Themen wie Flugangst, Höhenangst, Schokolade-Über-Konsum, Präsentationsphobie,...