

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,...