

Zum Vertiefen: Unsere wingwave-Bücher

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Weiteres über die wingwave-Methode finden Sie beschrieben in den Büchern der Diplom-Psychologen und Methoden-Begründer Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ (2001), „Erfolge bewegen - Coach Limbic“ (2003) und „Imaginative Familienaufstellung mit der wingwave-Methode“ (2004) sowie in: „Sicheres Auftreten mit wingwave-Coaching“ von Cora Besser-Siegmund, Marie-Luise Dierks und Harry Siegmund (2007). Alle Bücher erschienen im Junfermann Verlag. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website.

Zum Hören: Unsere wingwave-CDs

Unsere wingwave-CDs bieten Ihnen die Chance, mehr zu erreichen: bilateral-auditive Hemisphärenstimulation reguliert Stress und intensiviert kreative Prozesse. Lassen Sie die Klänge wirken!

Zum Reinschauen: Unsere wingwave-DVDs

Erfahren Sie mehr über das wingwave-Coaching, indem Sie einfach mit dabei sind! Coaching- und Seminar-Mitschnitte auf unseren wingwave-DVDs vermitteln ein umfassendes Bild über unsere Methode. Die DVDs sind zu beziehen über:

Boehm Molnar, Uwe Böhm, Kissinger Weg 11, 59067 Hamm,
Telefon: 02381 - 44 50 12. E-Mail: uweb@nlp-megastore.de

Zum Informieren: www.wingwave.com

Unsere Website bietet Ihnen alle wichtigen und aktuellen Informationen rund um die wingwave-Methode. Informieren Sie sich über Beispiele, Möglichkeiten, Hintergründe - aber auch über Coaches in Ihrer Nähe. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Wie funktioniert wingwave?

Die wingwave-Methode ist ein Leistungs- und Emotions-Coaching, das spürbar und schnell Leistungsstress abbaut und Ihre Kreativität, Mentalfitness und Konfliktstabilität steigert. 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. Coaching-relevante Stressauslöser (Gedanken, Erfahrungen, Emotionen) werden durch die wachen REM-Phasen auf der limbischen Ebene des Gehirns reguliert. Mit Hilfe geirnis- und zielgerechter Kommunikation (NLP) werden so emotionale Blockaden gelöst. Nach wenigen Sitzungen wird Ihr volles Leistungspotenzial deblockiert und gesteigert.



wingwave-Coaching ist keine Psychotherapie und kann eine solche nicht ersetzen. Voraussetzung bei den Coachees ist - wie auch sonst beim Coaching üblich - eine normale psychische und physische Belastbarkeit.

Stempel Ihres wingwave-Coaches

Lorette Purucker

Systemische Psychotherapeutin (HPG)

Einzel-, Paar- und Familientherapie
Training, Coaching, Supervision
Familien- & Systemaufstellungen
Traumatherapie, Gesundheitsberatung



Albert-Preu-Str. 9 für Naturheilverfahren & Psychotherapie
95444 Bayreuth
Telefon 0921 / 45631 & 0170 / 810 78 53 Termine nach Vereinbarung

Integratives Zentrum

wingwave®

Das Kurzzeit-Coaching für Manager, Führungskräfte, Sportler, Künstler und Kreative

Erfolge bewegen. Blockaden lösen. Spitzenleistung erzielen.

Erzielen und erhalten Sie Ihre Spitzenleistung durch:

- Punktgenaue Leistungssicherheit
- Kreative Dynamik
- Innere Balance

Individuelles wingwave-Coaching

Nutzen Sie für Ihre beruflichen und auch persönlichen Ziele **wingwave-Coaching**, ein Kurzzeit-Konzept mit einer effektiven Kombination aus bewährten psychologischen Coaching-Elementen. Die Methode wird genutzt von Managern, Führungskräften, Sportlern, Künstlern und Kreativen.

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.

Die Anwendungsbereiche

wingwave-Coaching wird in den Bereichen Business, Leistungssport, Pädagogik und Didaktik, Gesundheit sowie in Künstlerkreisen erfolgreich genutzt. Über 600 Coaches setzen **wingwave** im deutschsprachigen Raum, in Frankreich, in den USA, in Russland und Skandinavien in ihrer Arbeit ein.



wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

Regulation von Leistungsstress [PAS = Post-Achievement-Stress]

Effektiver Stressausgleich bei Spannungsfeldern im Team, mit Kunden, bei „Rampenlicht-Stress“, „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel oder bei körperlichem Stress wie Schlafmangel. Sie fühlen sich durch die rasche Stabilisierung Ihrer 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 oder Sportwettkämpfe.

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 Hemisphärenstimulation**
wie beispielsweise „wache“ REM-Phasen (Rapid Eye Movement = schnelle Augenbewegungen) und auditive oder taktile links-rechts-Inputs zur schnellen Entstressung.
- **Neuro-Linguistisches Programmieren**
für die erfolgreiche und gehirngerechte Zielplanung.
- **Den kinesiologischen Myostatik- oder O-Ringtest**
zur Erfassung Ihrer individuellen Muskelreaktion. Dieser Muskeltest ermöglicht die punktgenaue Planung von optimalen Coachingprozessen durch die Identifikation coaching-relevanter Stressauslöser.