

Wie funktioniert wingwave®-Coaching?

Die wingwave®-Methode ist ein Leistungs- und Emotions- Coaching, das spürbar und schnell Leistungsstress abbaut und Ihre Kreativität, Ihre mentale Fitness und Konfliktstabilität steigert. Erreicht wird dieser Ressourcen steigernde Effekt durch Komponenten aus:

- ✗ Emotionale Regulation
- ✗ Kinesologische Klärung
- ✗ Zielgerichtetes Coaching

Individuelle Stressauslöser wie Gedanken, Erfahrungen, Emotionen werden auf der emotionalen Ebene reguliert. Mit Hilfe lösungsorientierter und zielgerechter Kommunikation werden so emotionale Blockaden gelöst. Die kinesiologischen Verfahren helfen bei der Planung punktgenauer Coaching-Interventionen. Dadurch ist es möglich, nach wenigen Sitzungen Ihr volles Leistungspotenzial zur Entfaltung zu bringen.

wingwave®-Coaching ist keine Psychotherapie und kann eine solche nicht ersetzen. Der besondere Coachingansatz hilft Ihnen in kurzer Zeit bei starken Alltagsstress-Belastungen Blockaden zu lösen, Burnout zu vermeiden und Ihre Leistungen signifikant zu steigern.

Helga Ideler

Dipl. Coach DVNLP und wingwave®-Coach



**Personalmanagement
Training - Coaching**

Carl-Seelman-Weg 6
63303 Dreieich

Tel.: 0 61 03 - 69 76 10
Mobil: 01 36 - 69 76 100

Helga.Ideler@hiconsulting.de
www.hiconsulting.de

Das Kurzzeit - Coaching für Verantwortliche
im Business, Sport, Pädagogik und Gesundheitswesen

**LEISTUNGEN STEIGERN
BLOCKADEN LÖSEN
STRESS REDUZIEREN**



Nutzen Sie das individuelle wingwave®-Coaching zur Erreichung Ihrer persönlichen und beruflichen Ziele.

Das wingwave®-Coaching ist eine geschützte und zertifizierte Methode, die wirkungsvolle Elemente verschiedener Coachingansätze kombiniert.

Das wingwave®-Coaching aktiviert persönliche Ressourcen, steigert die eigene Performance und reduziert Leistungsstress.

Ressourcen- und Performance Coaching

Das Ressourcen-Coaching der wingwave®-Methode setzt gezielte Interventionen in folgenden Ressourcenfeldern:

- ✗ Steigerung der Kreativitätspotenziale
- ✗ Stärkung des Selbstbewusstseins
- ✗ Überzeugende persönliche Ausstrahlung
- ✗ Mentale Vorbereitung auf Spitzenleistungen
- ✗ Positive Selbstmotivation

Im Managementbereich wurde mit wingwave®-Coaching Personen und Teams das Erreichen von Spitzenleistungen ermöglicht.



MANAGEMENT

„Auf einmal gelingen mir die Dinge“



SPORT

„Nichts ist besser als gewinnen“

Regulation von Leistungsstress

Das wingwave®-Coaching ist besonders geeignet zur Reduzierung von Stress. Gezielte Interventionen werden durchgeführt bei:

- ✗ Leistungsstress
- ✗ Rampenlicht-Stress
- ✗ Prüfungsstress
- ✗ Versagensstress bei Rückschlägen
- ✗ Konfliktstress im Team

Sie fühlen sich durch die rasche Stabilisierung Ihrer inneren Balance schnell wieder voller Energie, innerlich ruhig, belastbar und leistungsfähig.



STRESSSITUATIONEN

„Genial gelöst in allen kritischen Situationen“



PRÜFUNGEN

„In der Prüfung dennoch klar denken können“