



wingwave®

Das beflügelnde Kurzzeit-Coaching für Alle.

Erfolge bewegen – Blockaden lösen – Spitzenleistung erzielen

Die wingwave-Methode ist ein geschütztes und wissenschaftlich überprüftes Verfahren. Es handelt sich um ein Leistungs- und Emotions-Coaching, das für den Coachee spürbar und schnell in wenigen Sitzungen zum Abbau von Stress und zur Steigerung von Kreativität, Mentalfitness und Konfliktstabilität führt.

Erreicht wird dieser Ressourcen-Effekt durch eine einfach erscheinende Grundintervention: das Erzeugen von "wachen" REM-Phasen (Rapid Eye Movement), welche wir Menschen sonst nur im nächtlichen Traumschlaf durchlaufen. Dabei führt der Coach mit schnellen Handbewegungen den Blick seiner Coachees horizontal hin und her.

Laut Gehirnforschung lösen die wachen Augenbewegungen – anders als beim fixierten Blick – deutlich stresslindernde Reaktionen in verschiedenen Gehirnarealen aus, beispielsweise aktivieren sie auch auf eine günstige Weise den präfrontalen Cortex im Großhirn. Die "Motion" der Augen ist also ein wirkungsvoller Auslöser für positive „waves“.

Alternativ zum „Winken“ arbeitet der Coach online gestützt durch eine eigens entwickelte App auch mit bilateralen Tönen. Unser Geschäftsführer, Herr Tschöp, ist zertifizierter wingwave-Coach und wingwave Online Coach:

Coach mit ISO-zertifizierter Ausbildung



Wir freuen uns, wenn wir Ihnen mit wingwave® weiterhelfen können!

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Tobias Tschöp".

Dipl.-Psych. Tobias Tschöp