WINGWAVE®-COACHING

WARUM

Nachhaltige Veränderung beginnt dort, wo Stress entsteht: im emotionalen Erleben und im Nervensystem. Der Myostatiktest, ein wissenschaftlich fundierter Muskeltest, zeigt, wo Stress im Gehirn wirkt. Er macht Auslöser und Blockaden sichtbar. So wird das Dahinter klar und greifbar. Es lässt sich verstehen und lösen.

wingwave®-Coaching verbindet Elemente aus Emotions- und Leistungscoaching. Belastende Muster lassen sich rasch reduzieren. Blockaden lösen sich. Klarheit entsteht. Innere Stabilität wächst.

Die Methode nutzt bilaterale Stimulation aus dem EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) sowie unterstützende wingwave®-Musik. So wird die Verarbeitung im Gehirn gezielt angestoßen und begleitet.

Besonders in herausfordernden beruflichen Situationen hilft der Ansatz, Stress und Anspannung zu reduzieren. Ressourcen werden aktiviert. Selbstvertrauen wächst. Handlungsfähigkeit bleibt erhalten.

Das Ergebnis ist spürbar: mehr Freude und Leichtigkeit, bessere Selbststeuerung und ein ruhiger Umgang mit Druck.

WAS

- wingwave®-Musik unterstützt die Stressverarbeitung im Coachingprozess.
- Es ist als Einzelcoaching vor Ort oder online einsetzbar.
- Es ermöglicht ergänzendes Selbstcoaching mit der wingwave®-Musik.
- wingwave®-Coaching ist ein wissenschaftlich fundiertes Kurzzeit-Coaching.
- Es verbindet Emotions- und Leistungscoaching in einem strukturierten Ansatz.
- Es arbeitet mit dem Myostatiktest zur Identifikation von Stressauslösern.
- Es nutzt „wache“ REM-Phasen (Rapid Eye Movement) und bilaterale Stimulation, also die abwechselnde Stimulation der beiden Hirnhälften.

WIE

- Wir kombinieren Emotions- und Leistungscoaching im wingwave®-Coaching und arbeiten mit einem Kurzzeit-Ansatz mit nachhaltiger Wirkung.
- Wir setzen den Myostatiktest ein, um unbewusste Stressoren punktgenau zu erkennen.
- Wir arbeiten mit bilateraler Stimulation, um die Verarbeitung im Gehirn anzustoßen.
- Wir lösen nach und nach Blockaden und aktivieren vorhandene Ressourcen.
- Wir nutzen Methoden, die dem EMDR ähneln, sowie unterstützende wingwave®-Musik.

IHR NUTZEN

Die Methode wirkt besonders effizient bei Themen, die sich schwer in Worte fassen lassen. Erste Ergebnisse sind oft schon nach drei bis fünf Einheiten spürbar.
Das Coaching ist auch online möglich.

Durch die gezielte Verarbeitung von Blockaden entsteht nachhaltige Wirkung. Stress wird reduziert und die Leistungsfähigkeit steigt. Gleichzeitig wachsen innere Balance, Lebensqualität und persönlicher Erfolg.

WER ARBEITET MIT WINGWAVE®-COACHING IM IFUB-TEAM

Michaela Hofer-Fernbach

Mobil: +43 676 8142 73231
E-Mail: info@stresswasnun.at
Web: www.michaela-hofer-fernbach.at
www.ifub.at/michaela-hofer-fernbach

Ing. Siegfried Melcher

Mobil: +43 699 12 34 25 00
E-Mail: melcher@ingenieurbuero-baden.at
Web: www.ingenieurbuero-baden.at
www.ifub.at/siegfried-melcher

KONTAKT IFUB GMBH

Dr. Manuela Mätzener

Anton-Fahrner-Gasse 3/14
3250 Wieselburg

Mobil: +43 676 95 84 116
E-Mail: manuela.maetzener@ifub.at
Web: www.ifub.at