




Die **wingwave**-Methode kann unter anderem zu folgenden Themen angewendet werden:


 Erhaltung und Steigerung von Kreativität und Leistungsfähigkeit


 Effektives Stress-, Problem- und Konfliktmanagement

 Selbstbild-Coaching, Stärkung des "inneren Teams": Selbstmotivation, Souveränität, Auftretenssicherheit, Umwandlung einschränkender Glaubenssätze in Erfolg fördernde Überzeugungen


 Ziel-Coaching: Ziele im Bewusstsein "einschweissen" und dadurch Realität werden lassen, Ziele und Strategien bewusst in ein Team integrieren

 Einstimmen auf neue Aufgaben, Neuorientierung in der Tätigkeit, Neubesinnung, Verbesserung der beruflichen Situation, Bearbeitung von Frustrationen, Hindernissen oder Rückschlägen auf dem Weg zum Ziel

 Vorbereitung auf Prüfung, Rede, Auftritt oder Wettkampf, Abbau von Lampenfieber, Prüfungsangst oder "Rampenlichtstress"

 Lösen von Lern- und Arbeitsblockaden, Effizienz und Erfolg steigendes Lösen von Blockaden im Verkauf oder in geschäftlichen Verhandlungen

 Ressourcevolle Kommunikation mit anspruchsvollen Kunden, Kollegen und Mitmenschen

 Konstruktiver Umgang mit belastenden Lebensthemen und Existenzsorgen, Bearbeitung von "Erschütterungen" im Lebenslauf

 Erhaltung oder Wiederherstellung der "Work-Life-Balance"

 Vermeidung von Euphorie-Fallen, Burnout-Prävention

 Umgang mit Schädigendem, weil "zu viel" Genuss: Arbeit, Genussmittel, Vergnügungen

 Unterstützung bei Zahnbehandlungs- oder Flugangst