

# Dokumentation zur Weiterbildung wingwave<sup>®</sup>-Coach

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TraineeInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körperecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthemem
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

### **Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungssängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

### **Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

### **Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

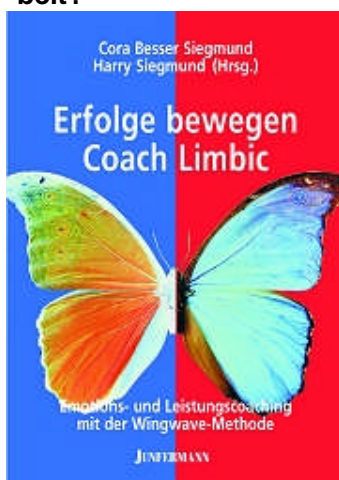
### **Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de" Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



Dokumentation zur Weiterbildung  
**wingwave<sup>®</sup>-Coach**

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TrainerInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



NLP – Akademie Schweiz  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körperecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthememen
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

### **Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

### **Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

### **Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

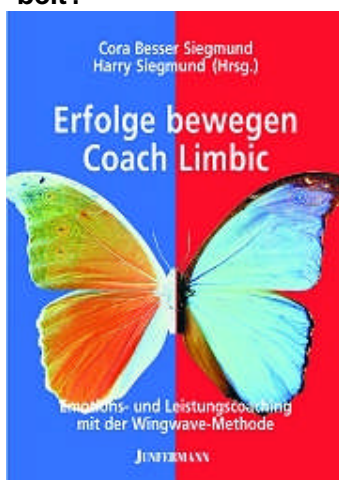
### **Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



Dokumentation zur Weiterbildung  
**wingwave<sup>®</sup>-Coach**

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TraineeInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

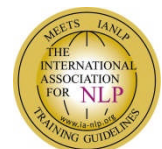
Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körpererecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthememen
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

### **Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

### **Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

### **Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

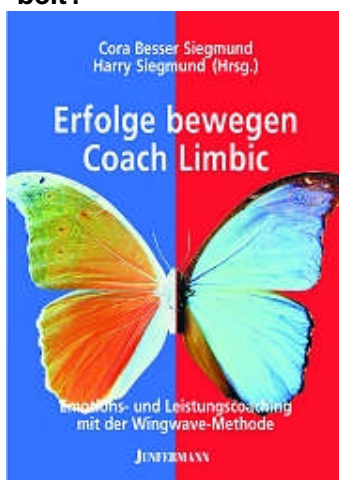
### **Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum **wingwave®**-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### **Anmeldung** Weiterbildung zum **wingwave®**-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



# Dokumentation zur Weiterbildung **wingwave<sup>®</sup>-Coach**

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TraineeInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körperecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthememen
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

### **Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

### **Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

### **Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

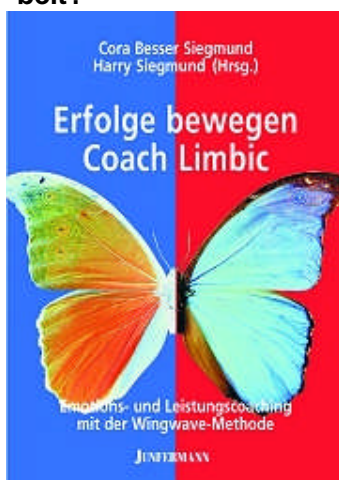
### **Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



# Dokumentation zur Weiterbildung **wingwave<sup>®</sup>-Coach**

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TrainerInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

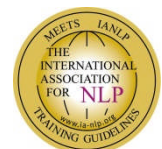
Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körpererecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthemem
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

**Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungssängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

**Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

**Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

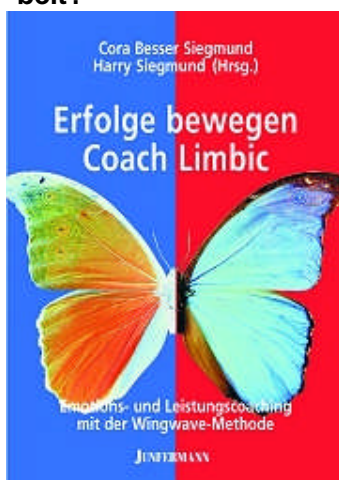
**Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



# Dokumentation zur Weiterbildung **wingwave<sup>®</sup>-Coach**

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TraineeInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

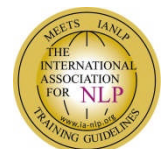
Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körperecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthemem
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

**Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungssängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

**Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

**Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

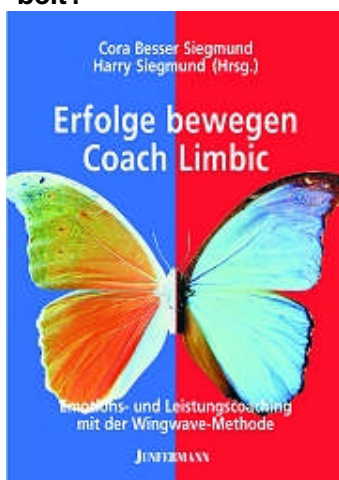
**Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de" Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



# Dokumentation zur Weiterbildung wingwave<sup>®</sup>-Coach

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TrainerInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

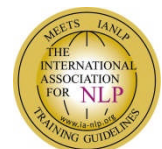
Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körperecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthemem
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

### **Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

### **Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

### **Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

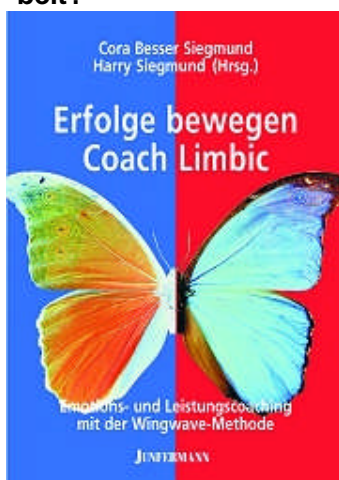
### **Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten auf-rechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



# Dokumentation zur Weiterbildung wingwave<sup>®</sup>-Coach

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TraineeInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

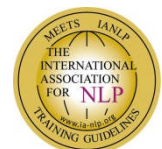
Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körpererecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthemem
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

**Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

**Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

**Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

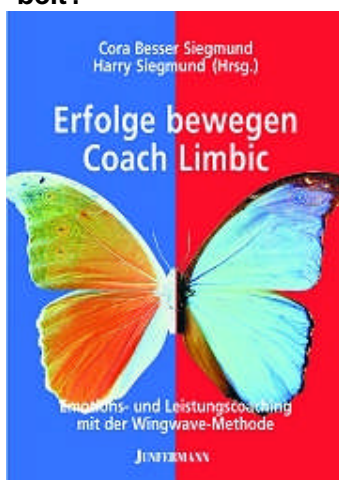
**Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de" Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



# Dokumentation zur Weiterbildung **wingwave<sup>®</sup>-Coach**

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TraineeInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

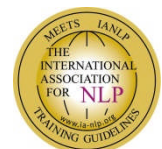
Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körperecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthemem
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

**Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

**Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

**Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

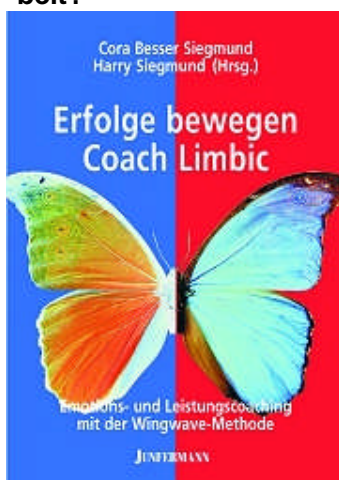
**Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügelschlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch



# Dokumentation zur Weiterbildung wingwave<sup>®</sup>-Coach

Kurzzeit-Coaching-Konzept  
für Coaches, Führungskräfte, Manager,  
Kreative und Sportler



mit Arpito Storms



wingwave<sup>®</sup> ist lizenziert und entwickelt durch: Besser-Siegmund-Institut, Hamburg.  
Vertriebspartner und Organisation in der Schweiz: NLP-Akademie Schweiz.

## Für wen ist das Training in wingwave®-Coaching geeignet?

Das viertägige Training in wingwave®-Coaching richtet sich an professionelle TherapeutInnen, Coaches, LebensberaterInnen und TraineeInnen.

Es ist ein zusätzliches Modul zu einer abgeschlossenen Ausbildung in NLP, Kommunikationspsychologie, Psychotherapie oder vergleichbaren Abschlüssen.

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Die Inhalte beziehen sich auf die wingwave®-Methode, wie sie in dem Buch „EMDR im Coaching / wingwave- wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ beschrieben ist.

---

### Inhalt:

Was ist wingwave®-Coaching?	3
Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching	3
Die Kunden und die Anwendungsbereiche	4
Namensnutzung	4
Wingwave®-Service	5
Die Bücher, wingwave®-CD zur mentalen Selbstregulation	5
Dauer, Kosten / Aufnahmebedingungen	6
Das Training in wingwave®-Coaching	7
Die 12 Phasen vom wingwave®-Coaching-Prozess	7
Tagesprogramm	8
Ausbildungsleitung	12
Interview: Wie entstand wingwave®?	13

## Was ist wingwave®-Coaching?

wingwave®-Coaching reflektiert langjährige Erfahrungen im ressourcenorientierten Coaching mit EMDR, NLP und Elementen der Kinesiologie, die jetzt zum Training für Coaches und LebensberaterInnen weiterentwickelt wurden. Eine effektive, anwendbare und für Sie und Ihre Kunden angenehme Erweiterung Ihrer Interventionsmöglichkeiten.

Trotz der scheinbaren Einfachheit in der Anwendung zählt EMDR heute weltweit mit zu den effektivsten und am besten erforschten Psychotherapiemethoden bei posttraumatischen Belastungsstörungen. Warum soll eine so erfolgreiche Methode aus dem kurativen Bereich nicht auch Wertvolles in der emanzipatorischen Coachingarbeit leisten?

### Der Name

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den Muskeltest. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für „tragende“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave®-coaching gezielt hervorgehoben.

### Die Methodenbestandteile von wingwave®-Coaching

- Bilaterale Hemisphärenstimulation wie schnelle Augenbewegungen, auditive, taktile und motorische Links-Rechts-Reize
- NLP wie beispielsweise die Beobachtungen auf der Prozess-Ebene (Physiologie) und Submodalitätenarbeit, Reframing oder Timeline-Prozesse
- Kinesiologie: Einerseits, um die Wirkung der Interventionen zu überprüfen und andererseits, um durch einen Muskeltest (wir verwenden den O-Ring-Test) genau den richtigen „Triggerpunkt“ für den effektivsten und dadurch auch zeitökonomischsten Einstieg in ein Coachingthema zu bestimmen.

## Die Kunden und die Anwendungsbereiche

wingwave®-Coaching ist ein Kurzzeit-Coaching-Konzept für Führungskräfte, Manager, Kreative und alle Menschen, die ein Coaching für physische, psychische und mentale Gesundheit und Lebensqualität wünschen. Die Anwendung von wingwave® im Coaching hat sich schon seit Jahren erfolgreich bewährt.

wingwave bezieht sich auf folgende Coaching-Bereiche:

- **Leistungsstress (PAS = Post-Achievement-Stress):**  
Effektiver Stressausgleich bei z.B.:
  - sozialen Spannungsfeldern im Team oder mit Kunden,
  - Rampenlicht-Stress,
  - „Nackenschlägen“ auf dem Weg zum Ziel, oder
  - bei körperlicher Überanstrengung wie Schlafmangel, usw.
- **Ressourcen-Coaching**  
Hier setzen wir die Interventionen für Erfolgsthemen wie Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, positive Selbstmotivation, die „Stärkung des inneren Teams“ oder Ziel-Visualisierung und für die mentale Vorbereitung auf die Spitzenleistung ein (»in vivo«-Coaching).
- **Belief-Coaching**  
Leistungseinschränkende Beliefs werden in Ressourcen-Beliefs verwandelt. Von besonderer Bedeutung ist aber auch das Auffinden von „Euphorie-Fallen“ im Belief-System, welche langfristig die innere Welt allzu „er-schütterbar“ machen könnten. Das Ziel ist also eine emotional stabile Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen aushält.

## Namensnutzung

Die Methode wingwave® ist ein geschütztes Verfahren.

Das Training berechtigt die Teilnehmenden zur Namensnutzung der Methode gegenüber ihren Coaching-Kunden sowie zur Mitgliedschaft am wingwave®-Service.

Im Trainingspreis ist bereits die Option für die Mitgliedschaft für das laufende Kalenderjahr (ab Trainingsdatum Oktober auch für das folgende Jahr) enthalten. Sie kann jährlich verlängert werden.

## wingwave®-Service

- 👉 Adressensnennung auf der Homepage [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com) mit Link zur eigenen Homepage.
- 👉 Gemeinsame Print-Werbung.
- 👉 Sonderkonditionen beim Erwerb der wingwave®-CD zur Unterstützung mentaler Selbstregulation.
- 👉 Bezugsmöglichkeit von Werbematerial mit eigenem Stempelfeld, und mehr.

## Die Bücher

Die Methode finden Sie beschrieben in folgenden Büchern: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ & „Erfolge bewegen, Coach Limbic“ Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag.

## Die wingwave®-CD

Bilateral-auditive Hemisphärenstimulation zur Unterstützung der mentalen Stressregulation und zur Intensivierung von kreativen Prozessen.



## Dauer, Kosten

Die Weiterbildung zum wingwave®-Coach dauert 4 Tage (30 Std.) schulisches Training (Präsenzzeit) und ca. 5 Std. Selbststudium.

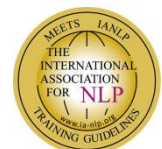
Kosten: € 1'300.-- (Preis 2011)

Das Training beinhaltet total **3 Std. Supervision**, die zum Eintritt in die Weiterbildung Supervision & Coaching BSO angerechnet werden können.

## Aufnahmebedingungen

- a) NLP-Practitioner und ausgeprägte Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- b) fortgeschrittene NLP-Ausbildungsstufe mit Praxiserfahrung in Einzelberatung, oder
- c) gleichwertige Ausbildungen/Erfahrungen.

Bitte lesen Sie vorgängig zum Seminar das Buch: „EMDR im Coaching / wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings“ von Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund, Junfermann-Verlag 2001.



# Das Training in wingwave®-Coaching

## Die 12 Phasen im wingwave®-Coaching-Prozess

1. Die inhaltliche Vorbereitung
2. Einbau von Sicherheiten
3. Themen-Fokussierung und Muskeltest „vorher“
4. Einen blockierenden Ich-Belief finden
5. Einen positiven Ich-Belief oder Zielgedanken bestimmen
6. Die Emotion benennen
7. Das Ausmass der subjektiven Berührtheit bestimmen
8. Bodyscan: Das "Körperecho" der Emotion wahrnehmen
9. Das Processing
10. Die Verankerung
11. Bodyscan und Muskeltest „nachher“
12. Future Pace

# Tagesprogramm

## Training in wingwave®-Coaching

*Bitte beachten Sie, dass die Anfangs- und Endzeiten von Tag zu Tag leicht variieren können.*

### 1. Tag

- Vorstellung des Trainings und Einführung
- Persönliche Themen finden

*kurze Pause*

- Einführung: Die Entstehung von wingwave®-Coaching

*Mittagspause*

- Prozessverlauf
- Wie wird gewunken?
- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Andere Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation
- Wie bereite ich meinen Klienten auf die Intervention vor und die Effekte von Winken

*Ende Tag 1*



ausführlichere Informationen auf [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)

## 2. Tag

- Einführung in den O-Ringtest

*kurze Pause*

- Die Bedeutung von Emotionen in Processing

*Mittagspause*

- Interventionstraining
- „Ich Beliefs“.

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Ende Tag 2*



## 3. Tag

- Post Achievement Stress (PAS)

*kurze Pause*

- Interventionstraining

*Mittagspause*

- Interventionstraining

*kurze Pause*

- Verschiedenen Interventionen zum Ressourcen-Coaching
- Einführung ins Belief-Coaching

*Ende Tag 3*



## 4. Tag

- Das Konzept von Wingwave®-Coaching und NLP Methodik.
- Umgang mit Euphorie-Beliefs und ungünstigen Genussthememen
- Interventionstraining

### *kurze Pause*

- Interventionstraining

### *Mittagspause*

- Weitere Anwendungen
- Abschluss

### *Ende des Trainings*





## Ausbildungsleitung: Arpito Storms

wingwave®-Trainer (Lizenz Besser-Siegmund-Institut Hamburg)  
Arpito ist Mentor Lehrtrainer der NLP Akademie Schweiz, NLP-Lehrtrainer (IANLP & DVNLP), geprüfter Hypnotherapeut und leitet die Weiterbildung „Hypno-Coach NLP®“. Er ist u.a. ausgezeichnet und zertifiziert vom „American Board for Hypnotherapy“ und hat ein BA. of Clinical Hypnotherapy von der „American Pacific University“. Zudem ist er ausgebildet in Cranio-Sacral Balancing, arbeitet systemisch und ist wingwave® Trainer.

**Arpito** ist geboren in den Niederlanden und führt im Markgräflerland (D) seine Firma für Kommunikationsentwicklung.  
Langjährige Erfahrung in Hypnose, Selbsterfahrung und verschiedensten Meditationstechniken verleihen seiner Arbeit eine natürliche Spontaneität und eine spürbare Tiefe. Seine Erfahrung im Geschäftsleben trägt dazu bei, dass in seinen Kursen auch die praktischen Anwendungen der Arbeit im alltäglichen Leben reflektiert und trainiert werden. Dabei steht sein Ansatz: 'Mit viel Humor zum Kern der Sache' im Zentrum.

## Anhang:

### Wie entstand wingwave®-Coaching?

#### Multimind Interview mit Cora Besser und Harry Siegmund

*'EMDR im Coaching: wingwave - wie der Flügelschlag eines Schmetterlings'*

*EMDR wurde bislang hauptsächlich in der Behandlung von z.T. schwer traumatisierten Menschen eingesetzt.*

*Mit Coaching assoziiert man weniger Schweres. Auf den ersten Blick scheint es sich also um zwei Ansätze zu handeln, die wenig gemeinsam haben und nicht so recht zusammenpassen.*



#### **Multimind: Seit wann arbeiten Sie mit EMDR im Coaching?**

Da wir schon immer viele Coaching-Klienten hatten, setzten wir beide EMDR bereits nach der Level I-Ausbildung in dieser Arbeit ein. Denn wenn EMDR speziell bei der Verarbeitung gravierender Psychotraumata wie etwa einem Zugunglück oder einer Gewalttat helfen kann, ist es gut vorstellbar, dass die Interventionen auch hervorragend für die Regulation von Alltagsstress geeignet sind. Menschen in Führungspositionen setzen sich täglich einer ganzen Fülle von Stresssituationen aus: seien es Spannungen im Team, die sogenannten „Nackenschläge“ auf dem Weg zum Ziel oder auch Rampenlicht-Stress.

Einige schildern auch klassische traumatische Erlebnisse, wie etwa kritische Flugsituationen, was bei Vielfliegern

häufig vorkommt. Bald waren die meisten der Coaching-Klienten vom „Winken“ so angetan, das der geflügelte Satz auftauchte: „Da gibt es noch etwas, was ich wegge-wunken haben möchte.“

#### **Multimind: Wie sind Sie auf den Gedanken gekommen, beide Ansätze zu kombinieren?**

Coaching bedeutet ja keinesfalls nur Stressbewältigung, sondern vor allem auch die gezielte Entwicklung von Ressourcen und kreativen Prozessen. Und mit das wichtigste Thema ist das Erreichen und Erhalten von individueller Spitzenleistung.

In unserer EMDR-Ausbildung wurde am Rande auch erwähnt, dass die Interventionen nicht nur subjektive Belastungszustände abbauen, sondern auch ressourcenvolle Zustände verstärken können. Wir griffen diesen Gedanken

auf und entwickelten daraus in enger Zusammenarbeit mit unseren Coaching-Klienten eine Reihe von Interventionen, die wir heute „Ressourcen-Coaching“ und „Belief-Coaching“ nennen.

#### **Multimind: Wo ist der gemeinsame „Nenner“ beider Methoden?**

Der gemeinsame Nenner ist zum einen die Art der Intervention: eine bilaterale Hemisphärenstimulation (die intensive Zusammenarbeit der Gehirnhälften) - wie beispielsweise durch schnelle Augenbewegungen hervorgerufen - wird kombiniert mit kognitiven Prozessen wie innere Bilder oder Gedanken. Doch die eigentliche Faszination besteht in einem weitem „Nenner“: die Art der Intervention spricht die individuellen Eigenkräfte der Klienten an.

Der Coach oder Therapeut

macht kaum Vorschläge zum Inhalt des Lösungs- oder Erfolgsprozesses. Die Klienten oder Patienten entwickeln ihren persönlichen Weg zum Ziel völlig selbständig aus dem eigenen Ideen- Gefühls- und Verhaltensrepertoire. Nehmen Sie hierzu eine romantische Metapher: der Gärtner muss genau wissen, wie der Keim gepflanzt und gepflegt werden muss, aber wachsen, Blüten und Früchte bilden obliegt dann der Weisheit der Pflanze.

### **Multimind: Welche Probleme in einem Coaching-Prozess bieten sich für EMDR-Interventionen besonders an?**

Wir sprechen hier nicht so gern von Problemen, sondern von Coaching-Themen.

Diese können sein:

1. Jegliche Art von Stressproblemen, die typischerweise in anspruchsvollen und arbeitsintensiven Berufen entstehen. Baut sich dieser Stress nicht mehr regelmässig von allein ab, sprechen wir von Post Achievement Stress (PAS).
2. Die Fokussierung der Ressourcen auf die Spitzenleistung. Wir arbeiten hier beispielsweise mit Selbstbild-Coaching, „in vivo“-Coaching oder der Etablierung eines „inneren Teams“.
3. Die Erschaffung einer Belief-Basis, welche auch anspruchsvolle mentale Belastungen gut aushält, damit Mann oder Frau auch durch unvorhergesehene, unerfreuliche Ereignisse nicht allzu

erschütterbar ist.

Viele Menschen haben Berührungssängste mit Psychotherapie - nach dem Motto; „Ich bin doch nicht verrückt!“ Möglicherweise ist eine solche Haltung bei einem Klientel, dass sich coachen lässt, Manager, Führungskräfte etc. besonders ausgeprägt.

### **Multimind: Welche Erfahrungen haben Sie diesbezüglich mit dem Einsatz von EMDR gemacht?**

Sehr gute. Diese Klientengruppe schätzt ganz besonders das strukturierte und pragmatische Vorgehen bei dieser Methode. Denn jeder Klient kann während der laufenden Intervention sofort bei sich wahrnehmen, ob die Interventionen ihn oder sie seinem Zielzustand näherbringen - oder auch nicht.

Vor allem das Wirkungsmodell der Methode wird als nachvollziehbar und angenehm „un-geheimnisvoll“ empfunden. Wegen der hohen Eigendynamik im Veränderungsprozess erleben die Coaching-Klienten sich trotz der Anwesenheit des Coaches selbst als ihr bester Experte im persönlichen Entwicklungsprozess. Da ist also nicht jemand, der vorgibt, sie besser zu kennen als sie sich selbst.

Als grosser Vorteil empfinden viele, dass die Methode völlig auf den sogenannten „Seelenstriptease“ verzichten kann. So muss man dem Coach viele Situationen gar nicht inhaltlich ausführlich schildern, damit ein effektiver Coachingprozess stattfinden

kann. Auch Andeutungen genügen, damit der Coach durch die Prozessinstruktionen führen kann.

### **Multimind: Wie mussten Sie die für den therapeutischen Einsatz entwickelten EMDR-Protokolle für Ihre Arbeit modifizieren?**

Eine wichtige Modifikation bestand in der Entwicklung einer erweiterten sogenannten visuellen Analog-Skala. Damit ist ganz einfach gemeint, dass Klienten die Gelegenheit erhalten, das Ausmass ihrer subjektiven Befindlichkeit mit Zahlen auf einer Skala auszudrücken. Das ursprüngliche Protokoll sieht skalentechnisch nur das Ausmass von subjektivem Unbehagen vor.

Wir haben jetzt in Form einer bipolaren Skala auch einen visuellen Analog-Raum für kraftvolle, positive Erlebniszustände geschaffen. Denn jeder Mensch kann seine Befindlichkeit auch neutral, „mittelgut“ oder eben „optimal“ beschreiben. Dieses bewusste Erleben von ressourcenvollen Zuständen ist beim Coaching besonders wichtig.

Ausserdem haben wir vor allem auf der inhaltlichen Ebene eine Reihe von Elementen aus dem Neurolinguistischen Programmieren und aus der Kinesiologie hinzugefügt, um der Spitzenleistungsthematik gerecht zu werden.

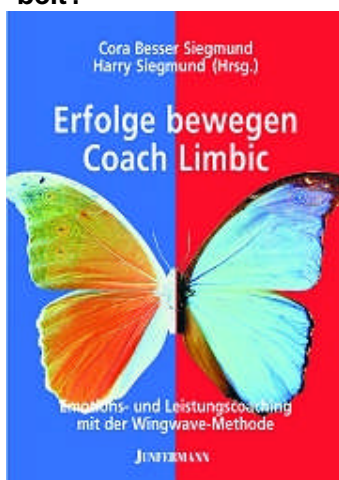
### **Multimind: Welches Feedback erhalten Sie von Ihren Klienten?**

Zum einen holen wir uns gezielt Feedback über systema-

tische Nachbefragungen. Dabei stellt sich heraus, dass einmal erfolgreich durchlaufene Prozesse nicht mehr wiederholt werden müssen, dass sich also das psychophysiologische Erfolgserlebnis der Coaching-Sitzung stets von allein, also durch die Eigen-dynamik der Klienten aufrechterhält.

Ein weiteres Feedback sind konkrete Erfolgserlebnisse im beruflichen Kontext: die Klienten berichten über Gelassenheit, Konfliktstabilität, gesteigerte Kreativität und über eine deutlichen Bündelung ihrer Ressourcen im Leistungsmoment. Das deutlichste Feedback sind Empfehlungen: „Und da sagte meine Kollegin: 'Das musst Du unbedingt auch ausprobieren.'“

**Multimind: Sie haben für Ihre Arbeit den Namen „wingwave“ gefunden, der auf den „Flügel Schlag eines Schmetterlings“ - eine häufig verwendete Metapher - Bezug nimmt. Was bedeutet diese Metapher in Ihrer Arbeit?**



Diese Schmetterlings-Metapher stammt eigentlich aus der Chaos-Theorie. Sie besagt sinngemäss, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings auf der anderen Seite der Erde das Wetter ändern kann. Und ebenso können auch so „kleine“ Impulse wie durch Winken erzeugte schnelle Augenmuster das Klima in der Erlebnis- und Verhaltenswelt eines Menschen bedeutsam und positiv bewegen.

Emotionen heissen diese Bewegungen, welche durch die gezielten Interventionen die individuellen Kraftquellen der Klienten zum Fliessen bringen.

**Multimind: Aus welchen Komponenten setzt sich Wingwave zusammen?**

Der Wortbestandteil „Wing“ erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der „Wing“ für diese grosse Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss. Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch Muskeltests aus der Kinesiologie.

Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die grosse Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für "tragen-

de“ Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das „Wave“ stellt eine Assoziation zum englischen Begriff „brainwave“ her, was sinngemäss „tolle Idee“ oder „Geistesblitz“ heisst. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-coaching gezielt hervorgerufen.

**Multimind: Was bedeutet: „Do it the wing way?“**

Dieser Satz will sagen, dass zur Lösung von grossen Problemen nicht automatisch auch eine grosse Kraftanstrengung erforderlich ist.

Es geht nicht darum, ganz doll und ganz viel zu tun, sondern es geht schlichtweg darum, den kleinstmöglichen Auslöser für die bestmögliche Veränderung zu finden und zu aktivieren. Also: Know How statt massive, aber ungerichtete Kraft. Das ist „the wing way“.

Wir beide fingen sofort nach Level I an, EMDR in unsere psychotherapeutische Arbeit zu integrieren.

Heute hat jeder von uns schon mehrere hundert Interventionen durchgeführt. Nach wie vor sind wir von der verblüffend schnellen und tiefgreifenden Wirkung dieser Methode fasziniert. Vor lauter Begeisterung bekamen wir beide sogar Schulter-Nackenprobleme vom vielen Winken.

## Anmeldetalon

### Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- Kursdaten** 26 . - 29. Januar 2012 oder  
28. Juni - 1. Juli 2012  
Donnerstag 10.00 Uhr bis Sonntag 16.30 Uhr,  
Zeiten gemäss Tagesprogramm
- Kurskosten** € 1'300.--
- Kursort(e)** UBS Seminarzentrum Guggach, Käferholzstr. 40, Nähe Buchegg-  
platz, 8057 Zürich
- Anmeldung** an die NLP-Akademie. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, die  
Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksich-  
tigt. Sie können sich jederzeit per Telefon, Email oder auf postali-  
schem Weg anmelden.

✂

### Anmeldung Weiterbildung zum wingwave®-Coach mit Arpito Storms

- 26. - 29. Januar 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- 28. Juni - 1. Juli 2012 in Zürich, UBS-Seminarzentrum Guggach
- Senden Sie mir die komplette Ausbildungsdokumentation
- Senden Sie mir das Kundenmagazin MetaSmile

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Beruf: .....

Telefon G: .....

Email: .....

Vorbildung, Praxiserfahrung: .....

.....

.....

Datum: ..... Unterschrift: .....

**NLP – Akademie Schweiz**  
Buckstrasse 13  
CH-8422 Pfungen-Winterthur

T +41 52 315 52 52  
F +41 52 315 52 53  
www.nlp.ch | info@nlp.ch

