



wingwave®-Coaching

wingwave® ist ein geschütztes Verfahren, das im Besser-Sigmund-Institut in Hamburg entwickelt wurde.

wingwave® wird in den Bereichen Business, Leistungssport, Pädagogik und Didaktik, Gesundheit sowie in Künstlerkreisen erfolgreich angewandt.

Methoden:

Bilaterale Hemisphärenstimulation: Rasche Stressentlastung durch das Erzeugen von «wachen» REM-Phasen (Rapid Eye Movement), welche sonst nur im nächtlichen Traumschlaf durchlaufen werden oder durch auditive und taktile links-rechts-Impulse.

Neurolinguistisches Programmieren NLP: Erfolgreiche und gehirngerechte Zielplanung.

Myostatik-Test: Erfassung Ihrer individuellen Muskelreaktion, welche die punktgenaue Planung von optimalen Coaching-Prozessen durch die Identifizierung relevanter Stressauslöser ermöglicht.

© atelier w – Basel, 2011

Jacqueline Voggensperger
Zertifizierter wingwave®-Coach

Erfolgreich bewegen, Blockaden lösen, Spitzenleistungen erzielen.



wingwave® – Das Kurzzeit-Coaching für Manager,
Führungskräfte, Sportler, Künstler und Kreative





Erfolge bewegen durch wingwave®-Coaching

wingwave® ist ein neues Kurzzeit-Coaching-Konzept für folgende Bereiche:

1. Regulation von Leistungsstress

Das Coaching ist sehr effektiv bei Spannungen im privaten Umfeld, im Team oder mit Kunden, bei «Stress im Rampenlicht», Rückschlägen auf dem Weg zu einem Ziel oder bei körperlichem Stress wie z. B. Schlafmangel. Sie fühlen sich durch die rasche Stabilisierung Ihrer inneren Balance schnell wieder energievoll, ruhig und konfliktstark.

2. Ressourcen-Coaching

Die Interventionen ebnen den Weg zum Erfolg dank Kreativitätssteigerung, Selbstbild-Coaching, Stärkung des «inneren Teams», Ziel-Visualisierung und der mentalen Vorbereitung auf die Spitzenleistung im Privatleben, Beruf oder Sport.

3. Belief-Coaching

Leistungshemmende Glaubenssätze werden bewusst gemacht und in leistungsfördernde Ressourcen-Beliefs (Glaubenssätze) verwandelt. Das Ziel ist eine emotional stabile Belief-Basis mit persönlichen, inneren Glaubenssätzen, die auch anspruchsvollen Belastungen standhalten.

Infos zu Jacqueline Voggensperger



Jacqueline Voggensperger

Zertifizierter wingwave®-Coach

33 Jahre war ich als dipl. Pflegefachfrau am Universitäts-spital Basel tätig, seit 2002 auch als dipl. Gesundheits-schwester. Mit verschiedenen Methoden unterstützte ich Patientinnen und Patienten bei der Verbesserung ihrer Gesundheit, etwa beim Verzicht auf das Rauchen oder bei der Gewichtsreduktion.

Dank der Ausbildung zum wingwave®-Coach kann ich heute für die beruflichen und persönlichen Ziele meiner Klientinnen und Klienten eine sehr effektive und punktgenaue Methode anwenden.

Kontakt und Lageplan

Jacqueline Voggensperger

Dipl. Pflegefachfrau
Dipl. Gesundheitschwester
wingwave®-Coach
Tellstrasse 18
4031 Basel

Telefon: +41 61 481 16 29

Mobil: +41 76 595 12 96

E-Mail: j.voggensperger@wingwavepraxis-basel.ch

Web: www.wingwavepraxis-basel.ch

Termine nur nach Vereinbarung

