

## Wingwave-Coaching

# Gegen Blockaden im Kopf

Das Wingwave-Coaching ist ein innovatives Verfahren zum Abbau von Stress und zur Stabilisierung der Persönlichkeit. Heidrun Vössing, Diplom-Pädagogin und über ein effektives Verfahren zur Steigerung der persönlichen Leistungsfähigkeit.

Die Anforderungen an Führungskräfte befinden sich seit Jahren in einem dynamischen Wandlungsprozess. Führung wird heute neu definiert. Vor Jahren noch prägten spezielle Fachaufgaben das Anforderungsprofil von Führungskräften.

Heute hingegen erwartet man von ihnen, dass sie die Zukunft des Unternehmens sichern, Veränderungsprozesse steuern und dass sie einen Rahmen schaffen, in dem Mitarbeiter ihr Potenzial entfalten und ihre Aufgaben selbstständig erfüllen können. Strategische, persönliche und soziale Kompetenzen sind wichtige Schlüsselqualifikationen; die Persönlichkeit wird zu einem entscheidenden Erfolgsfaktor.

Vor diesem Hintergrund wundert es nicht, dass sich Coaching zu einem immer wichtigeren Element in der betrieblichen Weiterbildung entwickelt. Coaching ist eine professionelle Form der Management-Beratung, bei der es um die Klärung und Bewältigung von Anforderungen geht, die unmittelbar mit der Führungsrolle zusammenhängen.

Einem Trendreport aus dem Jahrbuch der Management-Weiterbildung 2001 zufolge erlebt die momentane und zukünftige Bedeutung von Coaching einen Zuwachs von 28,9 Prozent. Damit wird ein Trend hin zu individuellen, prozessorientierten und firmenspezifischen Lösungen deutlich.

Eines der neueren Coaching-Verfahren heißt „Wingwave-Coaching“. Diese effektive Methode zum Stressabbau und zur Steigerung der persönlichen Leistungsfähigkeit wurde vom Besser-

## Kontext

### Weiterführende Literatur zum Thema:

- Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund: EMDR im Coaching, Wingwave – wie der Flügelschlag eines Schmetterlings
- Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund (Hrsg.): Coach Limbic (erscheint im Herbst 2003)

Siegmund Institut in Hamburg entwickelt und ist mittlerweile ein geschützter Begriff.

Der Begriff „Wingwave“ setzt sich aus den beiden Wortbestandteilen „wing“ und „wave“ zusammen. „Wing“ erinnert an den Flügelschlag eines Schmetterlings, der im Rahmen der Chaostheorie unter bestimmten Bedingungen das Klima an einem ganz anderen Platz der Erde verändern kann. Dazu muss der „wing“ genau an der richtigen Stelle angesetzt werden, um diese Wirkung zu erzielen. Das Wort „wave“ stellt eine Verbindung zum Begriff „brainwave“ her, was sinngemäß so viel wie „Geistesblitz“ bedeutet. Genau diese Geistesblitze werden durch Wingwave-Coaching, das die drei bewährten psychologischen Methoden miteinander verbindet, erzeugt:

- Bilaterale Hemisphärenstimulation: Die optimale Zusammenarbeit der beiden Gehirnhälften wird gezielt gefördert, indem ähnliche Augenbewegungen erzeugt werden, die wir im Schlaf während der REM-Phasen (Rapid Eye Movement) unbewusst erleben.
- Neurolingustisches Programmieren (NLP): Es werden die Elemente des NLP integriert, die sich im Rahmen des Mentaltrainings bewährt haben, wie beispielsweise das Umwandeln einschränkender in Erfolg fördernder Überzeugungen.
- Kineosologischer Muskeltest: Dieser Muskeltest dient dazu, den Coachingprozess zu planen, die Wirkung zu überprüfen und genau den richtigen Ansatzpunkt für den Einstieg in das Coachingthema zu finden.

Die Wirkung der Wingwave-Methode basiert darauf, dass die durch hohen Stress erzeugten Blockaden aufgelöst werden. Da die Mentalkräfte durch die wiederhergestellten Vernetzungen nun wieder vollständig aktiviert sind, findet das Gehirn seine eigenen kreativen Lösungen auf der Basis vorhandener Ressourcen.

Dieses Coaching-Verfahren eignet sich für alle Themen, die typischerweise mit

anspruchsvollen, arbeits- und leistungsintensiven Berufen zusammenhängen.

Dies sind häufig die Bearbeitung von Erlebnissen, die Stress ausgelöst haben und nicht zufriedenstellend verarbeitet worden sind. Konkrete Beispiele sind leistungsbedingte Spannungsfelder im Unternehmen, Enttäuschungen im zwischenmenschlichen Bereich, Kränkung durch andere Menschen, Belastungen, die im Zusammenhang mit Veränderungsprozessen erlebt werden oder Konflikte mit Mitarbeitern.

Ein typisches Beispiel für ein Coachingthema, das mit der Wingwave-Methode

erfolgreich bearbeitet wurde, ist beispielsweise, nach Informationen eines VW-Managers, die Auseinandersetzung mit jüngeren Kollegen, die neue Verfahren einführen wollen, ohne diese mit den erfahrenen Kollegen abzustimmen.

Ein anderes Anwendungsfeld ist das Ressourcen-Coaching, hier stehen Themen wie die Steigerung der Kreativität und die bewusste Aktivierung von Kraftquellen im Mittelpunkt. ■

Weitere Informationen zum Thema unter:  
[www.wingwave.com](http://www.wingwave.com)  
 oder per E-Mail: [h.voessing@t-online.de](mailto:h.voessing@t-online.de)