

**WINGWAVE**

**Kirchröder  
Institut**  
Seminare und Fortbildungen



Veranstaltungsort:

**Kirchröder Institut**, Kirchröder Str. 46,  
30559 Hannover, Tel.: **0511/95498-0**  
Spar- und Kreditbank Bad Homburg  
BLZ 500 921 00, Kto.-Nr. 15 10 33  
IBAN: DE32 5009 2100 0000 1510 33  
BIC GENODE51BH2

**Bitte - wenn möglich - einen Kopfhörer für  
MP3 Player mitbringen.**

Bei Nichtteilnahme nach Zusage durch den Veranstalter ist die komplette Seminargebühr zu zahlen. Bei Nichtteilnahme durch Absage des Teilnehmers bis 6 Wochen vor Seminarbeginn sind 30% des Seminarpreises, bei Absage nach diesem Zeitraum vor Seminarbeginn sind 75 % des Seminarpreises zu zahlen. Die Anmeldung kann auf einen Ersatzteilnehmer übertragen werden. Der Veranstalter behält sich vor, das Seminar jederzeit abzusagen und zahlt dann die Gebühr zurück. Weitere Ansprüche werden ausgeschlossen. Fälligkeit der gesamten Seminargebühr vor Seminarbeginn.

**Kontakt/Wegbeschreibung**



**Kirchröder  
Institut**

Kirchröder Institut  
Kirchröder Straße 46  
D-30559 Hannover  
Ansprechpartner: Jürgen Scheidt und Kristina Hasenpusch

phone: 0511 95498-50  
fax: 0511 95498-52  
mail: [info@kirchroeder-institut.de](mailto:info@kirchroeder-institut.de)  
internet: [www.kirchroeder-institut.de](http://www.kirchroeder-institut.de)

fragen: Diakoniewerk Kirchröder Turm e.V.

**Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:**

Vom Hauptbahnhof gehen Sie bitte zum Ausgang Ernst-August-Platz. Dann geradeaus in die Fußgängerzone, bis zur U-Bahnstation „Kröpcke“ (400 m). Mit der Linie 5 nach Arenten bis Haltestelle „Bleekstraße“, dann ca. 100 m entgegen der Fahrtrichtung gehen. Das Kirchröder Institut liegt auf der rechten Seite.

KIRCHRÖDER INSTITUT

**SEMINAR**

**(Selbstcoaching) Methoden aus  
dem wingwave® Training**



**31.08. – 01.09.2018**

**Kirchröder  
Institut**  
Seminare und Fortbildungen

# WINGWAVE®

INHALTE, TERMIN UND REFERENTIN

## Stress regulieren, Burnout vorbeugen, regenerieren

### Aktive Balance - mitten im Leben

(Selbstcoaching)Methoden aus dem wingwave®-Training

wingwave® ist ein effektiv wirksames, wissenschaftlich erforschtes und ganzheitliches Coachingverfahren. Die Methode wingwave®-Coaching besteht aus 3 bewährten Bestandteilen:

1. dem Muskeltest (Myostatiktest)
2. der bilateralen Stimulation beider Gehirnhälften
3. Elemente des neurolinguistischen Coaching.

Mit wingwave® lassen sich schnell und wirkungsvoll (spürbar) Stress und Blockaden ab- und Konfliktstabilität aufbauen sowie die eigenen Ressourcen stärken.

Erreicht wird dieser für wingwave® typische Effekt – also einer Linderung von sowohl emotionalen als auch körperlichen „Stress-Imprintings“ – durch eine einfach erscheinende Intervention: das Erzeugen visueller, akustischer oder taktiler „wacher“ REM-Phasen (die jeder Mensch sonst nur im Traumschlaf durchläuft).

Stressauslöser wie bestimmte Gedanken oder spezifische Situationen werden durch diese wachen REM-Phasen im limbischen System – also im Emotionszentrum des Gehirns – reguliert.

Sie erhalten aktuelles, gut erforschtes Methodenwissen und erlernen wirkungsvolle Übungen, die sich einfach in jeden Alltag integrieren lassen und die Sie Ihren Klienten/Coachees mitgeben können.

### Methoden:

Impulsreferate, Demo-Sequenzen im Plenum zum Kennenlernen der Formate, Üben in Kleingruppen, Fragen und Austausch im Plenum.

### Zielgruppe:

alle Menschen, die im psychotherapeutischen, beratenden, seelsorgerlichen oder Coaching-Kontext ihren Methodenkoffer um hilfreiche Instrumente bei emotionalem Stress, Blockadenabbau, übermäßigem Konsum und zur Resilienzstärkung erweitern wollen. Das wingwave®-Training ist keine Therapie oder kann eine solche ersetzen, sondern professionelle Selbsterfahrung und Weiterbildung. Die Kursteilnahme setzt eine normale psychische und physische Belastbarkeit voraus.

### Inhalte und Ziele:

- Gezielte Gehirnnutzung und euthymes Emotionsmanagement
- Das Körper-Echo der Emotionen
- Gesundheit und Emotionen
- Der Myostatiktest als Themenfinder und Feedbackinstrument im Prozessverlauf
- Umgang mit übermäßigem Konsum (Schokolade, Chips & Co. / Medien)
- Trauma paradox und Euphorie-Stress

### Datum und Zeiten:

**Frei: 31. August 18, 10:00 bis 18:30 h**

**Sa: 01. September 18, 09:00 bis 16:00 h**

Die Teilnahmegebühr beinhaltet Unterlagen, Bescheinigung sowie Pausenversorgung; kleiner Mittagsimbiss. Übernachtung möglich im Gästehaus Kirchröder Turm (nebenan): [www.diakoniewerk-kt.de](http://www.diakoniewerk-kt.de) oder außerhalb.

### Seminarleitung:

Angela Dahm  
Coaching & Training  
Berlin

[www.erfolgwirkt.de](http://www.erfolgwirkt.de)



## Anmeldung

- Anmeldeschluss: 15. Juli 2018

**FAX: 0511/95498-52; [info@dw-kt.de](mailto:info@dw-kt.de)**

Name	Vorname
Straße	
PLZ/Ort	
Telefon	
E-Mail-Adresse	
Beruf	
Datum, Unterschrift	

**Seminarkosten: EUR 295,00**

**Frei: 10:00 bis 18:30 Uhr**

**Sa: 09:00 bis 16:00 Uhr**

