

DIE WINGWAVE-COACHING-METHODE WURDE VOM
 BESSER-SIEGMUND-INSTITUT HAMBURG ENTWICKELT.

besser-siegmund.de
wingwave.com

1. Tag

| | |
|-------------------|--|
| 10.00 – 10.45 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Begrüßung und Einführung ○ Kurz-Definition: wie kommt es zum Burn-out-Syndrom? |
| 10.45 - 11.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ „Wer wird denn gleich in die Luft gehen?“ Das Arousal-Modell und die erste „Entzugs-Bewinkung“ |
| 11.30 – 11.45 Uhr | Kaffeepause |
| 11.45 – 12.45 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Interventionstraining: gegenseitige „Entzugs-Bewinkung“ |
| 12.45 – 13.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Besprechung der Ergebnisse |
| 13.00 – 14.30 Uhr | Mittagspause |
| 14.30 – 14.40 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Trance und Gehirnjogging für Regeneration |
| 14.40 – 15.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Demo: „Homunculus-Selbstcoaching“ mit der wingwave-CD |
| 15.00 – 16.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Interventionstraining: „Homunculus-Selbstcoaching“ |
| 16.00 – 16.15 Uhr | Kaffeepause |
| 16.15 – 16.45 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Über die Entstehung des Burnout-Begriffs, das Thema „Kostenübernahme“ bei der Burnoutbehandlung |
| 16.45 – 17.15 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Demo und Selbsterfahrung: „Was alles abhängig macht!“ |
| 17.15 – 18.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Marketing: wingwave-Coaches im Kunden-Einsatz für das Buchprojekt „Automatisch schlank!“ |

2. Tag

| | |
|-------------------|--|
| 09.00 – 09.45 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Wirtschaftskrise, Pech und Pleiten: „Hätten wir es nur gewusst!": Warum Euphorie-Stress ins Unglück treiben kann! ○ Buch und Forschungsprojekt: „Optimism Bias“ |
| 09.45 – 10.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Vortrag und Demo: „Es darf wahr sein! – Den Verstand wieder einschalten!“ |
| 10.30 – 10.45 Uhr | Kaffeepause |
| 10.45 – 12.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Interventionstraining: „Den Verstand wieder einschalten!“ |
| 12.00 – 12.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Nachbesprechung Interventionstraining |
| 12.30 – 13.00 Uhr | Mittagspause |
| 13.00 – 14.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Demo Entzugscoaching bei Handy-Stress ○ Interventionstraining: „Entzugscoaching bei Handy-Stress“ |
| 14.30 – 14.45 Uhr | Kaffeepause |
| 14.45 – 15.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Demo: Ressourcen einweben |
| 15.30 – 16.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ○ Diskussion und Abschlussrunde |