



Erschienen am 14.03.2026
240 Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-7495-0707-8

Cora Besser-Siegmund, Harry Siegmund, Lola Siegmund wingwave-Coaching

Wie der Flügelschlag eines Schmetterlings

Kleine Impulse - große Wirkung

Was wäre, wenn ein minimaler Impuls ausreichen würde, um Stress zu lösen, Blockaden zu überwinden und Spitzenleistung freizusetzen? Wingwave-Coaching zeigt, wie aus neuesten Erkenntnissen der Gehirnforschung eine ebenso präzise wie wirksame Kurzzeit-Coaching-Methode entstanden ist. Die Autoren verbinden EMDR, Neuropsychologie und Muskelfeedback zu einem Coaching-Ansatz, der schnell, nachhaltig und wissenschaftlich fundiert wirkt - im Business, im Sport und in persönlichen Entwicklungsthemen. Maximaler Coaching-Nutzen mit minimalem, präzisiertem Methodeneinsatz ist dabei mehr als ein Motto: Es ist die Essenz von wingwave.

Anhand zahlreicher Praxisbeispiele, Studien und konkreter Techniken erfahren Coaches, Trainer:innen und Interessierte, wie emotionale Blockaden gelöst und vorhandene Ressourcen punktgenau aktiviert werden können.

Die grundlegende Überarbeitung dieses Standardwerks des modernen Emotions- und Leistungscoachings wird ergänzt durch Audios, die u. a. einen direkten Einstieg ins Selbstcoaching ermöglichen.

Autorenprofil

Cora Besser-Siegmund

Die Diplom-Psychologen Cora Besser-Siegmund (geb. 1957) und Harry Siegmund (geb. 1956) sind Psychotherapeuten, Lehrtrainer und Supervisoren. Seit über 20 Jahren erarbeiten sie in ihrem Institut im Herzen Hamburgs maßgeschneiderte Interventionen für ihre Klienten und Kunden.

Lola Siegmund

Lola Siegmund, B.A. Wirtschaftspsychologie mit Schwerpunkt Coaching und Training, Master-Studium „International Leadership“, Business-Coach, NLP- und wingwave-Lehrtrainerin.

Harry Siegmund

Die Diplom-Psychologen Cora Besser-Siegmund (geb. 1957) und Harry Siegmund (geb. 1956) sind Psychotherapeuten, Lehrtrainer und Supervisoren. Seit über 20 Jahren erarbeiten sie in ihrem Institut im Herzen Hamburgs maßgeschneiderte Interventionen für ihre Klienten und Kunden.