

## CERTIFICACIÓN OFICIAL EN COACHING WINGWAVE ®



wingwave®

La certificación oficial en Coaching Wingwave está especialmente creada para ofrecer a los profesionales del acompañamiento emocional y mental una metodología de trabajo que les **aporte un distintivo**, una forma sencilla, creativa y a la vez profunda de abordar complejos temas que suponen estrés a los clientes.

Si deseas los mejores resultados para tu clientes, el método Wingwave te ofrece la posibilidad de convertirte en un **especialista en la gestión del estrés**. Te facilitará generar **resultados rápidos, eficaces y profundos, encontrando de forma sencilla los detonantes de estrés conscientes e inconscientes de tus clientes**.

Es el método ideal para trabajar todas las áreas de la vida conectadas con memorias estresantes de experiencias pasadas o emociones negativas relacionadas con eventos futuros. Los pensamientos y comportamientos limitantes pueden fácilmente ser transformados, y los bloqueos mentales resueltos.



★ El método **wingwave®** es el método ideal para trabajar los siguientes temas:

### **Coaching deportivo**

- Prepararse mentalmente para el alto rendimiento en torneos importantes u otros eventos.
- Procesar y superar derrotas pasadas mental y emocionalmente.
- Superar emocionalmente lesiones.
- Mejorar la relación con entrenadores y/o compañeros de equipo.
- Aumentar los recursos personales como la autoconfianza y la alegría.
- Cambiar creencias limitantes

### **Coaching ejecutivo**

- Prepararse de forma efectiva para conversaciones importantes, discursos y presentaciones.
- Resolver conflictos en el ambiente de trabajo.
- Conseguir el equilibrio entre la vida profesional y personal.
- Disolver el estrés del lugar de trabajo
- Prevenir el Burnout
- Acceder a más recursos creativos para un mejor desempeño del negocio.
- Trabajar el estrés que supone un choque de valores entre la persona y la empresa
- Obtener recursos para poder tomar decisiones sin estrés y de forma creativa.

### **Coaching de desempeño**

- Preparar a tus clientes de forma efectiva para:
- Exámenes y castings



- Entrevistas de trabajo
- Apariciones públicas
- Entrevistas en medios
- Realizar excelentes presentaciones
- Eliminar el estrés de hablar en público

## **Coaching para incrementar la creatividad**

- Superar bloqueos mentales que interfieren con tu creatividad.
- Ensalzar tu creatividad
- Cambiar la tendencia a posponer por la pro-actividad

## **Coaching para incrementar la sensación de bienestar interior**

- Incrementar tu autoconfianza.
- Superar fobias y ansiedades como miedo a los exámenes, a volar, miedo escénico, aracnofobia o miedo al dentista, etc...
- Eliminar el estrés físico que produce falta de sueño, el jetlag o fatiga.
- Superar estrés familiar o de pareja.
- Tratar con decepciones interpersonales o experiencias traumáticas.
- Acompañar emocionalmente a personas que han sufrido traumas por accidentes o abusos sexuales.
- Conseguir objetivos sin estrés
- Mejorar la relación de uno mismo: trabajo con la autoestima y la autoimagen.
- Trabajar los bloqueos que impiden vivir una relación de pareja satisfactoria.
- Conseguir una mejor gestión emocional en procesos de enfermedades, síntomas y procesos de duelo.
- Soltar el estrés que producen experiencias de nuestra familia de origen.
- Reencontrar recursos emocionales positivos que creías haber olvidado.



- Aprender a tratar con la necesidad de atracones de comida, otras adicciones y para perder peso.
- Eliminar bloqueos y la falta de deseo sexual.
- Estimular las emociones positivas en las distintas áreas de la vida.

## ★ Tres ámbitos principales del coaching wingwave®:

### 1.Regulación del estrés:

El coaching wingwave® ayuda a regular efectivamente el estrés, de manera que el cliente puede manejar situaciones estresantes en el ambiente laboral (conflictos en el equipo, problemas con clientes, etc), dificultades en el logro de metas, así como también decepciones, insultos o incidentes imprevistos que afectan el bienestar del cliente.

### 2. Coaching para el éxito:

El coaching wingwave® construye los cimientos para el éxito del cliente, lo que incluye un incremento de la creatividad, una auto percepción más positiva y un incremento de la seguridad en si mismo. Mediante el “fortalecimiento del yo” y mejorando la visualización de metas, el coaching wingwave® aporta la preparación mental para un máximo rendimiento.

### 3.Coaching para el cambio de creencias:

Consiste en identificar creencias limitantes (por ejemplo: “no valgo nada”) y cambiarlas por creencias en los propios recursos. El cliente puede también descubrir y aprender a cómo tratar las “trampas de euforia” (“puedo con todo”), las cuales pueden crear estrés y pueden ser una fórmula para el fracaso. El coaching wingwave® puede ayudar al cliente a crear una base de creencias emocionalmente estable, la cual le permitirá resistir las situaciones de estrés mental más demandantes.

## ★ Presentación del método:



El **Coaching wingwave®** es un nuevo concepto de coaching breve, que se aprende en cuatro días consecutivos y que combina varias técnicas de coaching extremadamente efectivas y debidamente comprobadas.

Ha sido desarrollado por los psicólogos alemanes y entrenadores corporativos Cora Besser-Siegmund y Harry Siegmund del Instituto Besser-Siegmund de Hamburgo (Alemania), en los años noventa.

El **Coaching wingwave®** es uno de los enfoques de coaching más investigados por sus buenos resultados. Es un método patentado en el que se combinan tres elementos: la estimulación hemisférica bilateral a través de la simulación de las fases MOR (movimientos oculares rápidos) o a través de estímulos bilaterales auditivos o táctiles; la Programación Neuro Lingüística (PNL) y el test Bi-Digital O-Ring de reacción muscular para evaluar la efectividad del proceso.

### ★ El significado del nombre “wingwave”:

- **Wing.** Es “ala” en inglés y representa el batir de las alas de una mariposa, que según la Teoría del Caos “un pequeño movimiento en un lugar preciso puede producir un gran cambio en otro lugar del planeta”. Esto se utiliza como metáfora para resaltar que con una pequeña intervención en el lugar-momento adecuado se producirá un gran cambio.
- **Wave.** Se refiere al concepto inglés “brainwave”, que significa “inspiración”, “idea genial”, “buena ocurrencia”. También hace referencia al funcionamiento cerebral que como sabemos actúa por ondas y que éstas varían en función de qué experiencia se esté evocando.

Con el coaching wingwave® deseamos obtener para nuestros clientes un máximo efecto de la intervención de coaching, aplicando el mínimo esfuerzo con el máximo resultado (al mismo tiempo que tenemos en cuenta y valoramos el complejo sistema de la personalidad humana).



## ★ Los elementos del coaching wingwave®:



### **1. Estimulación bilateral de los hemisferios cerebrales.**

La Estimulación hemisférica bilateral se produce a través de la simulación de las fases MOR (movimientos oculares rápidos) o a través de estímulos bilaterales auditivos o táctiles con que el coach wingwave® interviene sobre su cliente.

El sistema límbico que incluye el hipotálamo, el hipocampo, la amígdala, y muchas otras áreas cercanas. Es el principal responsable de nuestra vida emocional, y con la construcción de nuestras memorias emocionales, muchas de las cuales han quedado registradas en nuestras redes neuronales a través de la información percibida por nuestros sentidos. Una buena parte de estos aprendizajes emocionales, que si bien



quizás fueron importantes en el pasado, en la actualidad se nos manifestarán como aprendizajes limitantes.

En el coaching wingwave® se entrará en contacto con las emociones, tanto limitantes como posibilitadoras, que forman la experiencia subjetiva de nuestros clientes, reconstruyendo las limitantes en posibilitadoras a través de reproducir las fases MOR, estimulando bilateralmente los hemisferios cerebrales, siguiendo la misma práctica que el cerebro se hace a sí mismo durante el sueño profundo. Si bien sólo con el dormir no siempre será suficiente para deshacer los aprendizajes limitadores profundamente aprendidos.

Debido a que el sistema límbico es crucial para alcanzar el equilibrio emocional sano, muchos coaches Wingwave también se refieren a su trabajo como “**coaching emocional**”.

El coaching wingwave® utiliza y mejora, los descubrimientos de la terapia para el estrés post-traumático practicada a finales de los 80 por la psicoterapeuta estadounidense Francine Shapiro: Desensibilización y Reprocesamiento de la información por medio del Movimiento Ocular (DRMO – o EMDR por sus siglas en inglés) está científicamente reconocido en el mundo como uno de los procedimientos mejor investigados para el tratamiento efectivo del trastorno por estrés post-traumático (TEPT).

## 2. Programación Neuro Lingüística (PNL)

A finales de los años setenta dos investigadores, Richard Bandler (matemático, informático y psicoterapeuta) y John Grinder (catedrático universitario de lingüística) se plantearon las siguientes preguntas: "¿Qué hace que algunas personas sean comunicadores tan carismáticos y eficaces?" y "¿Cómo consiguen algunos terapeutas cambios tan rápidos y duraderos en sus pacientes?".

Se planteaban en suma cual es la clave y la estructura que manejaban personas destacadas, eficaces y elegantes en ámbitos tan diversos como la comunicación, el cambio, la creatividad y la realización de sus objetivos.

El método que eligieron para dar respuesta a su pregunta fue observacional, pragmático y ateuórico: observaron y modelaron lo que hacían cuatro grandes magos de la comunicación y el cambio: Fritz Perls, Virginia Satir, Milton Erickson y Gregory Bateson.

En su investigación no acudieron a las teorías que manejaban estas personas



sino a la observación de lo que hacían y cómo lo hacían: modelaron, desarrollaron y expusieron las eficaces configuraciones utilizadas inconscientemente por estas personas (estructuras lingüísticas, de comunicación, de integración de conflictos y de actualización de recursos personales), explicitando las pautas de su maestría y mostrando que su magia tenía una estructura que podía ser enseñada y aprendida. Precisamente por esto, a su primer libro, en el que plasmaron todos sus estudios iniciales, le denominaron *La estructura de la Magia* (Ed. Cuatro Vientos. Chile 1980).

Podríamos definir la PNL como la ciencia y el arte que estudia el funcionamiento de la mente, el pensamiento, las emociones, el cuerpo y lo que más genéricamente podemos denominar "experiencia subjetiva", a partir de:

- La observación de las capacidades humanas en personas que, en cualquier ámbito, las han desarrollado de forma excelente.
- El modelado de las pautas y estructuras internas que posibilitan esta maestría.

La PNL ha desarrollado estrategias y herramientas que -si se parte de un buen modelo- cualquiera puede aprender: estrategias y herramientas aplicables a la terapia, al aprendizaje, a la negociación, a la creatividad, a la consecución de objetivos, a la comunicación o a otros temas más específicos como la resolución de duelos, de fobias, de pautas adictivas, de conflictos afectivos, por nombrar sólo unos cuantos. Al conjunto de sus estudios Bandler y Grinder lo denominaron Programación Neuro Lingüística (PNL), y desde sus primeros trabajos a finales de los años 60 esta sistematización no ha parado de evolucionar, creándose nuevas aportaciones y modelos en muchas áreas de aplicación: comunicación, terapia, empresas e instituciones, gestión de las organizaciones, educación, salud, deportes, publicidad, arte, etc.

Actualmente la PNL se ha convertido en uno de los enfoques más exitosos y eficaces para el logro de resultados deseados en muchos ámbitos de la actividad humana gracias a:

- La amplia variedad de modelos aplicados, técnicas y conceptos que maneja.
- Su enfoque eminentemente práctico, inmediatamente operacional, centrado en soluciones y en el desarrollo estable de los recursos personales.
- Un abordaje integrador que aborda los distintos tipos de cambios que puedan ser necesarios o pertinentes en una situación dada.





- Cambios correctivos: corregir lo que no funciona.
- Cambios generativos: mejorar lo que sí funciona.
- Cambios evolutivos: crear algo completamente nuevo.

### 3. Bi-Digital O-Ring Test (BDORT)

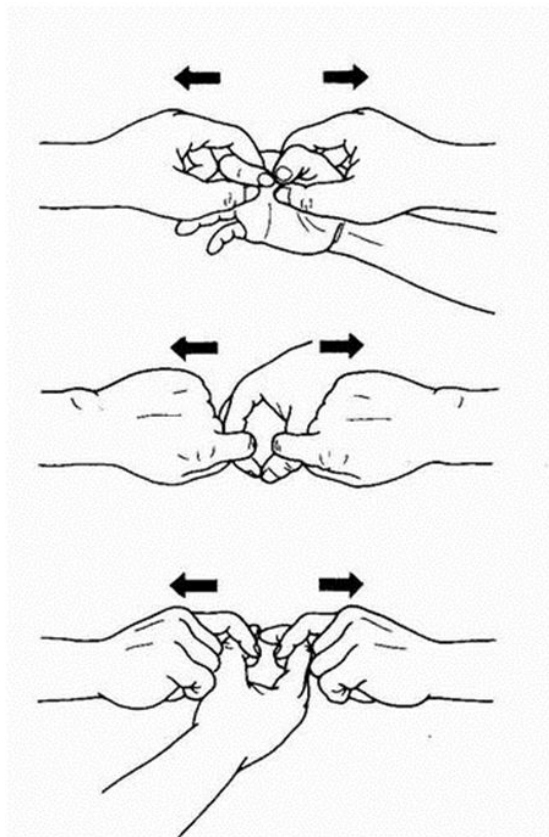
Este test muscular fue desarrollado por el Dr. Yoshiaki Omura , MD. Director de Investigación Médica, Heart Disease Research Foundation, NY. y Presidente de Japón Bi-Digital O-Ring Test de Asociación.

La Oficina de Patentes de EEU. tomó más de siete años de evaluación rigurosa antes de que oficialmente le fuera concedida la patente para el test Bi-Digital del Dr. Omura (O-Ring Test: BDORT) en 1993.

El test bi-digital se llama así debido a que utiliza los dedos pulgar e índice de cualquier mano, formando un anillo –véase la ilustración más abajo). El test no Proporciona, como uno podría asumir de entrada, una respuesta de “sí” o “no”, sino que el test mostrará una reacción física “fuerte” ó “débil” a nuestro enunciado.

Si una vez formulado el enunciado (y no pregunta), los dedos siguen manteniéndose con firmeza, quiere decir que el cliente puede manejar emocionalmente la cuestión del enunciado y por lo tanto no hace falta intervenir con el coaching wingwave®.





Si por el contrario, el resultado de la prueba al enunciado que hemos hecho da débil, y se abren los dedos, nos indicara que el cliente no puede manejar emocionalmente este asunto por lo que habrá que intervenir con el procedimiento de la estimulación hemisférica bilateral, sea esta visual, auditiva o corporal.

Esta curiosa reacción muscular se debe a que cuando el sistema límbico detecta un grado de estrés superior al que puede manejar fácilmente, efectúa una alteración de las ondas cerebrales, pudiendo percibirse esa fluctuación en la fuerza de los dedos pulgar e índice de la mano, cosa que no ocurrirá si la situación presentada al cliente de coaching no le produzca estrés.

El uso continuado de este test a lo largo del proceso del coaching wingwave®, nos irá orientando sobre los factores de estrés que vive la persona e indicando en cuáles deberemos intervenir con la estimulación hemisférica bilateral. Lo habitual en este método es que donde primeramente el test nos daba “flojo”, debido a un estrés, al final de la intervención nos dé “fuerte”, señal que ahora el sistema límbico puede asimilar la experiencia e integrarla como parte de un nuevo aprendizaje.



- *Video demostración de una intervención de coaching wingwave® por Oriol Bellés:*  
[https://www.youtube.com/watch?v=BoOx8dv3D\\_U](https://www.youtube.com/watch?v=BoOx8dv3D_U)

## ★ **Contenidos de la formación:**

El coach wingwave®, después de los cuatro días de formación, será capaz de aplicar el método con sus clientes de coaching, terapia, alumnos o de otros campos de la relación de ayuda. A continuación una lista con temas seleccionados de esta formación:

- ✓ Las doce fases de la intervención del Coaching wingwave®.
- ✓ Práctica en la estimulación bilateral de los hemisferios cerebrales.
- ✓ El Test O-Ring.
- ✓ Utilización de la música Wingwave para reducir el estrés.
- ✓ Identificación y procesamiento de las emociones asociadas con el problema que transmite el alumno o el cliente.
- ✓ Regulación y reducción del estrés, superación de bloqueos mentales.
- ✓ Aplicación de modelos de PNL con Wingwave.
- ✓ Cambio de creencias limitantes por posibilitadoras.
- ✓ Coaching para el éxito. Acceso a nuevos recursos.
- ✓ Aplicación del Coaching wingwave® para tratar compulsiones: comida, tabaco, etc.
- ✓ Wingwave para el trabajo con objetivos.
- ✓ Múltiples herramientas para la aplicación del método Wingwave en los distintos campos de interés del alumno.



★ Esta formación va dirigida a:

La formación en el método wingwave®, de cuatro días de duración, se dirige a formadores, profesionales, ejecutivos, psicólogos, coaches, terapeutas, médicos, emprendedores, artistas, creativos, deportistas y todos los profesionales que deseen obtener más recursos y herramientas para acompañar a gestionar temas de estrés con sus clientes. Y también a toda persona que quiera sanar su pasado, alcanzar sus metas, actualizar los propios recursos y aumentar su bienestar.

★ **Número de participantes por curso:**

El número de participantes está limitado a un máximo de 24. Idealmente se contará con la presencia de un asistente (persona que ya ha realizado esta formación previamente) por cada dos alumnos para velar por la calidad del curso.

★ **Modalidad de aprendizaje (32 horas presenciales):**

- Cuatro días seguidos (habitualmente de jueves a domingo) de 10h a 20 horas con pausas.

★ **Condiciones de admisión:**

Para asistir al Curso de Certificación en Coaching Wingwave® se requiere idealmente el nivel mínimo de: Practitioner de PNL o bien formación en psicología, terapia, medicina, gestalt, constelaciones familiares, coaching u otra formación equiparable.

*Nota 1.- Es necesario acreditar previamente la formación recibida para inscribirse al curso, mediante la presentación de las fotocopias de los títulos/diplomas correspondientes.*

*Nota 2.- Consultar condiciones económicas especiales para los alumnos en activo del centro organizador, Socios: AEPNL, ICF, FEAP, AEBH, AETG, ADESCO, AECOP y ACT).*



## ★ **Certificación:**

Al terminar el Curso de Certificación Oficial se otorga el diploma que faculta al alumno como coach wingwave® reconocido internacionalmente por el Instituto Besser-Siegmund de Hamburgo, y que le autoriza a:

- ✓ Usar el método Wingwave® en su trabajo con clientes.
- ✓ Incorporar el término Wingwave®, así como el logo del mismo, en sus credenciales de presentación y de divulgación. **Wingwave®** es una marca registrada por sus creadores Cora Besser-Siegmund y Harry Siegmund del Instituto Besser-Siegmund de Hamburgo (Alemania). El coach wingwave® puede hacer uso del nombre en un contexto profesional durante toda su vida – siempre que no lo haga de forma negligente o de otra forma a la acordada en el contrato de coach wingwave®, que se firma durante la formación. La participación en el curso autoriza al participante a la utilización del nombre del método frente a sus clientes de coaching así como la participación en el círculo de calidad wingwave®.
- ✓ Entrada libre a los grupos de prácticas de Wingwave de todos los centros en los que se organicen en España.
- ✓ Acceso al grupo cerrado de Facebook para Coaches Wingwave de España, para hacer consultas, compartir experiencias, material, ayuda en la difusión de actividades relacionadas con el método y acceder a toda la red de profesionales que utilizan el Coaching Wingwave en España.
- ✓ Incluye también asistir de forma gratuita al día de supervisión de casos que ofrece Cora Besser-Siegmund en Barcelona.
- ✓ Repetir la formación las veces que quieras en calidad de asistente/observador de forma gratuita a todas las formaciones de Wingwave en España y otros países para reciclarte y seguir aprendiendo.
- ✓ Todos los participantes quedarán inscritos, por un año, al Círculo de Calidad Wingwave® que ofrece publicidad, materiales sobre el método, y ventajas económicas en actividades de Wingwave así como en libros, CD's i DVD's.

## ★ **El círculo de calidad wingwave® :**



Todos los participantes quedarán inscritos, por un año, al círculo de calidad Wingwave® , que incluye:

- Publicación del nombre del coach, sus datos de contacto, breve descripción de sus actividades y un enlace a su propia página web en el sitio [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com), con su inclusión en el buscador internacional de coaches autorizados en cada ciudad/país.
- Condiciones especiales para la adquisición de los CD y DVD wingwave®.
- Condiciones especiales para cursos de especialización de wingwave® y para la reunión anual internacional de coaching wingwave® en Hamburgo.
- Acceso a material informativo sobre el método y a las actualizaciones del mismo.
- Asistencia gratuita a la sesión de supervisión de un día en Barcelona facilitado por Cora Besser-Siegmund.

