

## **Magic Words und wingwave: Vom Stresstrigger zur Ressourcequelle Kurzzeitcoaching oder die „psychologische Hausapotheke“**

Dipl.-Psych. Harry Siegmund, Besser-Siegmund-Institut, Hamburg

---

### **Zum Workshop:**

„Worte sind die mächtigste Droge, welche die Menschheit benutzt.“ Der Ausspruch des Schriftstellers Rudyard Kipling weist darauf hin, dass Wörter und Glaubenssätze zu den ältesten Heilmitteln der Menschheit zählen. Der Placebo- und der Nocebo-Effekt basieren hauptsächlich auf neurolinguistischer Basis: die sprachliche Ankündigung durch Worte führt bei jedem Menschen auch zu konkreten physiologischen und kognitiven Reaktionen. Dieser Wortzauber gilt für jede zwischenmenschliche Kommunikation – und damit auch für unser Selbstmanagement. Schon das reine Denken des Wortes „Urlaub“ kann zur Lockerung der Muskeln, der Gedanke an „Zahnarzt“ oder „Prüfung“ hingegen zu Anspannung und Schweißausbrüchen führen. Der Magic-Words-Workshop beschäftigt sich mit der „Entzauberung“ linguistischer Stressauslöser sowie mit deren ressourcervollen Aufladung. Mit der Magic Words-Methode lernen wir, auf Stresswörter emotional stabil und kreativ zu reagieren. **Eine „psychologische Hausapotheke“ für jedermann!**

### **Zur Person:**



**Harry Siegmund** ist Diplom-Psychologe, approbierter Psychotherapeut, NLP-Lehrtrainer, Lehr-Coach ECA, Entwickler der Methode wingwave-Coaching zusammen mit seiner Frau Dipl.-Psych. Cora Besser-Siegmund mit einem weltweiten Netzwerk aus inzwischen 4.000 Coaches. Gemeinsam leitet das Paar mit seiner Tochter Lola Siegmund das Besser-Siegmund-Institut im Herzen Hamburgs. Das Trainerteam entwickelte eine Reihe von Kurzzeitverfahren für Therapien und Coachings, die sie einem breiten Publikum in einer Reihe von über 15 Sachbüchern international bekannt gemacht haben. Zahlreiche Manager, Führungskräfte, Sportler, Künstler und Kreative nutzen die seit Jahren erfolgreiche Kurzzeitcoaching-Methode wingwave-Coaching. Zu ihren Arbeitsschwerpunkten gehören: Emotions- und Leistungscoaching, Standortbestimmung und Karriereplanung, Selbstmanagement / -motivation, Präsentationssicherheit, Konfliktstabilität, Stressmanagement. Das Besser-Siegmund-Institut ist seit 2008 ISO-zertifiziert nach DIN EN ISO 9001 für den Geltungsbereich: Durchführung und Konzeptionierung von Aus- und Fortbildungen, Individual-Coachings und kundenspezifische Seminare.

Kontakt:

### **Dipl.-Psych. Harry Siegmund**

Besser-Siegmund-Institut, Mönckebergstraße 11, 20095 Hamburg, Telefon: 040-3252-849-0, E-Mail: [info@besser-siegmund.de](mailto:info@besser-siegmund.de), [www.besser-siegmund.de](http://www.besser-siegmund.de), [www.wingwave.com](http://www.wingwave.com).

### **wingwave und Magic Words auch im Social Web:**

[www.facebook.com/CoachingMagicWords](https://www.facebook.com/CoachingMagicWords)

[www.facebook.com/WingWaveCoaching](https://www.facebook.com/WingWaveCoaching)

[www.xing.com/net/wingwave](https://www.xing.com/net/wingwave), auf youtube und linkedin.