



Being in Touch – Charity Coaching als Hilfe zum Selbstcoaching für die Flut-Betroffenen

Die Hochwasserkatastrophe in Teilen Deutschlands hat bei vielen Menschen großes psychisches Leid ausgelöst: bei direkt Betroffenen, deren Verwandten – man spricht inzwischen schon von einer Jahrtausendflut. Es gibt auch sehr viele Menschen, die von der Katastrophe verschont blieben, die aber von den Bildern und Nachrichten über das Ausmaß der Unwetterverwüstung geschockt sind. Letztere möchten spontan auch gern helfen. Dazu zählen auch viele Coaches, die im GNLC-Verein organisiert sind und/oder mit der wingwave-Methode arbeiten, deren Wirksamkeits-Erforschung durch diesen Verein ermöglicht wird.

Ab dem 1. August hat deshalb die Gesellschaft für Neurolinguistisches Coaching e.V. die Initiative „Being in Touch online“ und „Being in Touch präsent“ u.a. unter der fachlichen Leitung des wingwave-Lehrtrainers Steffen Schuh ins Leben gerufen. Steffen Schuh ist Fachberater der psychosozialen Notfallversorgung (PSNV) des Deutschen Roten Kreuz (DRK) Landesverband Saarland. Er ist auch bei der Organisation der PSNV Hilfe im Rahmen der Flutkatastrophe in der Eifel tätig gewesen.

Jeder Coach, der bei dieser Aktion mitmacht, bietet Flut-Betroffenen eine ein- bis zweistündige Hilfe an. Ziel ist zum Schluss der Weg zu einem Selbstcoaching, das die Klienten nach diesem Stressmanagement-Coaching dann weiter ausführen können. Dies geschieht vor allem auf Basis der gratis wingwave-App. Die Coaches zeigen, wie mit deren Hilfe stärkende Affirmation, Sätze und Wörter zur seelischen Unterstützung oder zur vorübergehenden Erholung und Ablenkung von den Stress-Ereignissen beitragen können. Weiterhin zeigen die wingwave-Coaches, wie man auch über eine längere „Ausnahmezeit“ hinweg das persönliche Stressniveau, das Arousal, regelmäßig immer mal wieder herunterfahren und durch die Eigenkräfte beruhigend beeinflussen kann.

Die wingwave-Methode und der Einsatz der unterstützenden Musik ist für den Einsatz für das tägliche Stressmanagement bei seelisch gesunden Menschen recht gut beforscht und alle an der Aktion beteiligten Coaches sind mit einer ISO-zertifizierten Methode ausgebildet.

Das Angebot ist keine Traumatherapie und kann eine solche nicht ersetzen, dieses Charity-Coaching ist eine Hilfe zur Selbsthilfe, die auch „zwischendurch“ für wenige Minuten beruhigen und beim „Durchatmen“ helfen kann. Man findet diese wingwave-Coaches im Coachfinder der Methoden-Seite www.wingwave.com.

Suchen Sie einen Coach in der Nähe der oder die Sie in Ortsnähe präsent coachen kann, suchen Sie im Coach-Finder auf www.wingwave.com nach:

„Being in Touch präsent“

Für ein Online-Coaching suchen Sie im Coachfinder auf www.wingwave.com nach:

„Being in Touch online“



- Tel.: 040 32 70 90 • Fax: 040 32 00 49 35
 - Spendenkonto NLC • Deutsche Bank
 - IBAN: DE78 200 700 240 5223045 00 • BIC: DEUT DE DBHAM
 - Steuernummer 17/402/105779
- kontakt@nlc-info.org**
www.nlc-info.org