



v.l.n.r.: Leiterin Bewegungstherapie Kerstin Hansen, Leiterin Psychologie Marina Winkler, Ernährungsexpertin Roxana J. Jochheim, Norbert Blume und Stefanie Jastram-Blume, Leiterin Ernährungstherapie Britta Ziebarth, GF Nordseeklinik Sonneneck Thorsten Hille., Dr. Ralf J. Jochheim und Sabine Jochheim.

**Weiterbildung in der Nordseeklinik Westfalen auf Föhr**

## **wingwave<sup>®</sup>-Spezialisierung Euphoriestress-Management**

Auch in Zeiten umfangreicher Coronaauflagen verfolgt die Nordseeklinik Westfalen den kontinuierlichen Ausbau der Mitarbeiter-Kompetenzen im Rahmen des klinikeigenen PRÄGRESS<sup>®</sup>-Konzepts weiter. Eine der erforderlichen Kernkompetenzen ist die Sicherheit im Umgang mit der lösungsorientierten, vielfach erforschten Coaching-Methode wingwave<sup>®</sup>. Deren gezielter Einsatz auf allen Therapieebenen ermöglicht ein kurzfristiges Auflösen emotionaler Blockaden und wirkt sich so unterstützend auf den Erfolg der Rehabilitation aus



Sabine Jochheim und Dr. Ralf J. Jochheim freuten sich diesmal Stefanie Jastram-Blume mit ihrem Mann Norbert Blume vom sjb wingwave<sup>®</sup> Institut Bremen auf der Insel Föhr begrüßen zu dürfen.

Frau Jastram-Blume brachte die von ihr unterrichtete Spezialisierung „Euphoriestress-Management“ mit. Fokus dieses Seminars ist der Umgang mit positiv-aufregenden Triggern, die die Neurologie von Menschen in Alarm-Stimmung versetzt und so paradoxerweise zu nicht beherrschbaren Notsituationen führt. Zu diesen Triggern zählen z.B. die Gier nach Schokolade, Zigaretten und anderen Genussmitteln, Kaufrausch oder überhöhte Computer-, Spiele- und Handynutzung. Solche und ähnliche Ereignisse können bei einem Übermaß zu gesundheitlichen Schäden wie u.a. zur Burnoutspirale führen.



Alle Seminarteilnehmer sind ausgebildete wingwave<sup>®</sup>-Coaches mit umfangreicher Erfahrung im klinischen Alltag. Von Stefanie Jastram-Blume, wingwave<sup>®</sup> Master, -Trainer & Lehrtrainerin, erfuhren sie, wie sie mit Euphorie-Stress-Coaching den Abstand zu einladenden Triggern für zu behandelnden Klienten und Patienten verkraftbar gestalten können. Ziel erfolgreicher Coaching-Interventionen ist die Stabilisierung des Behandelten sowie das Erleben einer mentalen Überlegenheit gegenüber lockenden Verführungen und einer emotionalen Befreiung von jeglicher Magnetwirkung.

In zwei intensiven und spannenden Tagen wurden daher u.a. Coachingtools wie das Entzug-Coaching „Erlösungstrauma“, das Homunculus-Coaching mit wingwave<sup>®</sup>-Musik oder das Ressourcen-Coaching in gegenseitigen Coaching-Einheiten angeleitet, erlebt und vertieft.

Der aktuellen Situation geschuldet wurde außerdem kurzfristig eine Corona-Supervision integriert, die zur Auflösung von Stresssymptomen der Teilnehmer im klinischen Arbeiten beitrug.

Am Ende waren sich Frau Jastram-Blume, alle Teilnehmer und die Organisatoren einig, dass die gemachten Erfahrungen und Eindrücke auf allen Seiten zu einer Horizonterweiterung geführt haben, die nun in der täglichen Arbeit wertvoll genutzt werden können.

Im Oktober 2020 wird Sabine Jochheim zusammen mit dem Sportwissenschaftler und Psychologen Dr. Marco Rathschlag die Spezialisierung „wingwave<sup>®</sup>-Sportcoaching“ anbieten. Da Bewegung, Sport und Coaching PRÄGRESS<sup>®</sup>-Konzeptelemente für eine Reha in der Nordseeklinik Westfalen sind, sind tolle Impulse für die weitere Perfektionierung der Patientenversorgung fast schon garantiert!