

## Coaching & Begleitung



Im Coaching gehen wir gemeinsam Deiner Inneren Wahrheit auf den Grund.

Es wird auf klare Weise gesehen, was sich zeigen will.

Dabei werde ich keine Lösungen versprechen und gleichzeitig die anstehenden Entwicklungen achtsam begleiten.

Mein Coaching ist für Menschen, die klar im Leben stehen und eine Veränderung in ihrer Ausrichtung / in ihrem Leben spüren. Sowas kann entweder langsam oder auch sehr plötzlich durch einen Schicksalsschlag geschehen. Ich begleite Menschen, die diese Veränderungen bewusst und wach anschauen wollen, um daraus einen kraftvollen, eigenen Entwicklungsprozess werden zu lassen.

Es geht darum, sich mit allen Seiten und Anteilen frei entfalten zu können und ganz einfach erwachsen zu sein, im wahrsten Sinn des Wortes.

Coaching via Telefon oder eMail ist möglich, wird jedoch erst nach einem persönlichen Gespräch empfohlen (falls möglich).

### **Coaching to go**

Coaching während eines Spaziergangs ist eine sehr bewährte Art dem Eigenen auf die Spur zu kommen. Dabei können auch weitere, unterschiedliche Methoden zum Einsatz kommen. Die Bandbreite der Themen kann dabei sehr vielfältig sein. Ziel ist, klar zu sehen was ist, was werden will. Der jeweilige Prozess der "Auflösung", "Integration" oder "Bewältigung" darf während dessen oder anschließend geschehen und hat immer sein ganz eigenes Tempo.

# Der Heiße Stuhl

Coaching mit dem Heißen Stuhl eignet sich hervorragend für die Arbeit mit den eigenen blinden Flecken. Ebenso um sich bewusst versteckt wirkende Muster anzuschauen und diese klar zu sehen. Beim Heißen Stuhl (der im Gehen wie im Sitzen stattfinden kann) wird schnell gesehen, wo Unbewusstes wirkt und wie es sich anfühlt, damit zu sein. Die Integration dieser Anteile ist das Wesentliche bei diesem Coaching.

## Coaching für Gruppen / Gemeinschaften

In Gruppen bestehen neben den persönlichen Fragestellungen auch gemeinsame und sich aus den Beziehungen heraus entstehenden Themen. Gerade Gemeinschaften in Gründung sind nach einer ersten Phase der Euphorie schnell mit den eigenen Schatten konfrontiert. Das kann eine wunderbare Gelegenheit sein, daran zu wachsen und sich gemeinsam in einem Prozess weiter zu entwickeln.

Gruppencoaching biete ich für Gemeinschaften und Organisationen an. Den Zeitrahmen und die Kosten finden wir vorher gemeinsam.

[Start](#) | [Coaching](#) | [Seminare](#) | [Projekte](#) | [über mich](#) | [Kontakt](#) | [Newsletter bestellen](#) | [Datenschutz](#) | [Impressum](#)

[Axel Schulz © 2019](#)

---