

Coaching & Begleitung



Im Coaching gehen wir gemeinsam

Deiner Inneren Wahrheit auf den Grund.

Was sich zeigen will, werden wir klar erkennen.

Dabei verspreche ich keine Lösungen und begleite mit Dir gemeinsam anstehenden Entwicklungen auf achtsam Weise.

Mein Coaching ist für Menschen, die spürbar im Leben stehen und einen Veränderungsimpuls in ihrer Ausrichtung / in ihrem Leben wahrnehmen. 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, empfehle ich jedoch erst nach einem persönlichen Gespräch (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 währenddessen 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) erkennen wir schnell, 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.

Feedback

■ von T. aus München

Axel kenne ich jetzt schon einige Jahre und er ist über die Zeit zu einem wichtigen Begleiter geworden. Anfangs standen Kernthemen im Mittelpunkt, über die er mich kennen gelernt hat. Alles was mich ausmacht kam dabei nach und nach zur Sprache. Axel war dabei sehr flexibel und schnell bereit mit mir an dem Thema zu arbeiten, das gerade da war. Das war nicht immer leicht für mich, aber so konnte ein intensives Kennenlernen und das so wichtige, tiefe Vertrauen langsam wachsen. Und nach jedem Gespräch fühlte ich mich deutlich besser und

hatte einen Weg vor Augen, an dem ich selbst weiterarbeiten konnte.

Es gibt immer Lebenssituationen, in denen ich einen Gesprächspartner brauche, schnell und unkompliziert. Wenn ich dann mit Axel spreche weiß ich, dass er mich auffangen wird und ich danach wieder selbst gehen kann. Vielen Dank dafür.

■ von Stephanie Purna Erkens

Ich kam zu Axel Schulz in einem Moment, als ich mich zutiefst verzweifelt einsam fühlte. Eine gemeinsame Bekannte brachte uns zusammen, als ich sie um eine Empfehlung für ein gutes Tantra Seminar bat. Sie meinte, Axel hätte sich tief mit Beziehungsthemen auseinandersetzt, und er wisse, was es bedeutet, keine Nähe fühlen zu können. Die Begegnung war sehr heilend. Axel brachte mich sanft und sehr mitfühlend in eine andere Richtung, nämlich mich mit den jüngeren Ichs in mir auseinander zu setzen. Heute fühle ich nur noch selten Einsamkeit, weil ich mir näher gekommen bin. Ich danke dir Axel für dein Mitgefühl und die Fürsorge, die damit einher geht.

Ja, bei Axel kannst du dich sicher und geschützt fühlen, während du dich deinen Themen behutsam und bewusst annäherst, um den nächsten wichtigen Entwicklungsschritt zu tun. Und dieser kann wundersam passieren.

Von Herzen Stephanie Purna Erkens

■ von Liz G. aus Karlsruhe

Axel hat eine wunderbare Eigenschaft: Er ist hartnäckig. Wer bereit ist, sich auf den Weg zu machen, hat in ihm einen Begeiter, der so lange nicht locker lässt, bis sich der Knoten langsam auflöst und einer alles erhellenden Klarheit Platz macht. Seine Art zu fragen ist beharrlich, manchmal kompromisslos und gleichzeitig zart und vorsichtig. Seine Impulse sind überraschend und Mut einfordernd und dabei unendlich liebevoll. Ich verdanke ihm vieles.

■ von Sabine Linke

Als Axel mit mir gearbeitet hat, gab er mir in jeder Sekunde das Gefühl, daß "alles" sein darf. Kein Gefühl war verkehrt, keine Reaktion unpassend. Die Kompetenz und seine Professionalität, die er austrahlt, hat er im persönlichen Coaching wirklich bewiesen. Ich kann jedem Hilfesuchenden empfehlen, es mal mit Axel "zu versuchen".

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

[Axel Schulz © 2021](#)
