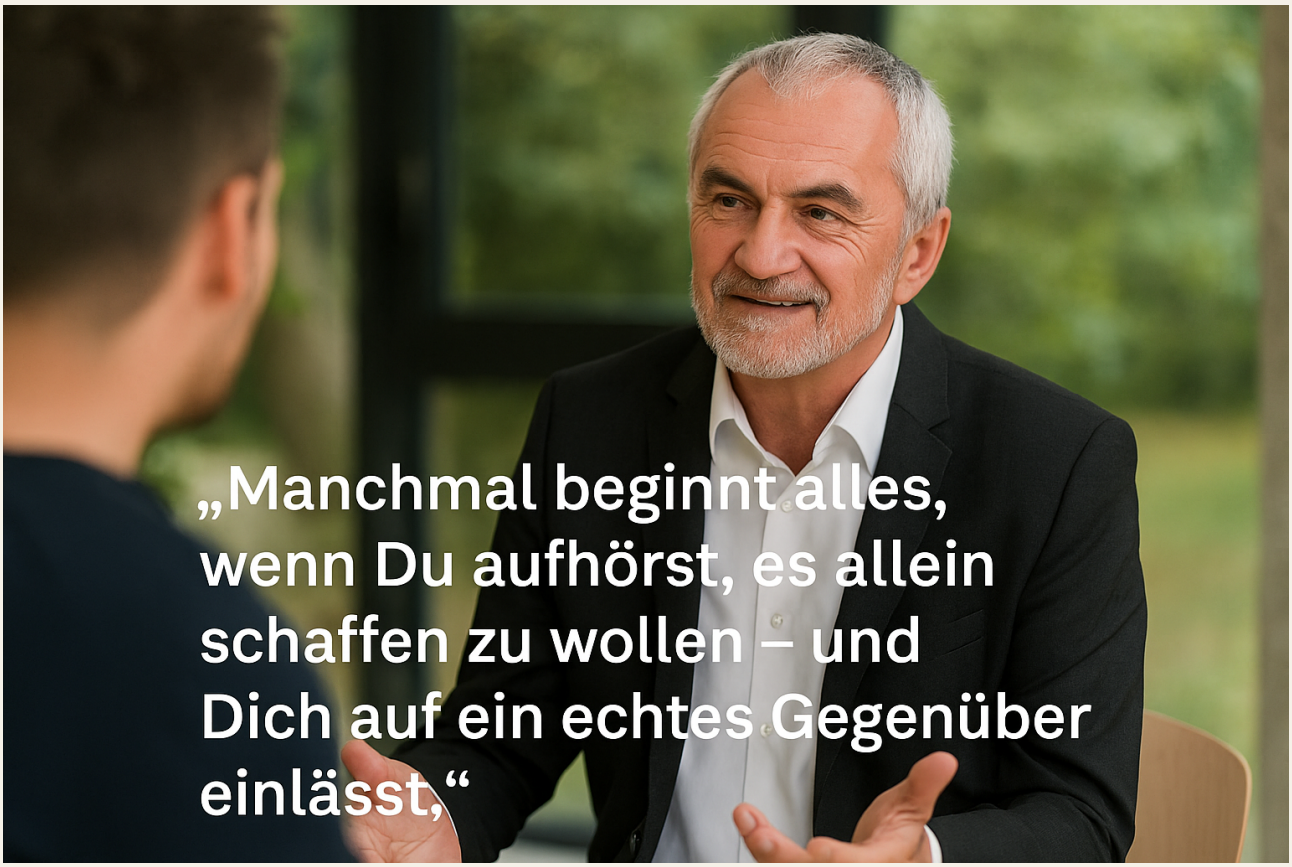
FREIsicht durch InnenWENDE -Coaching



Wie ich begleite – und was Dich erwartet

Ehrliche Gespräche. Keine Show. Keine Methoden-Dröhnung. Keine Folien-Schlacht.

Sondern: Begegnung – mit Dir selbst.

1. Warum dieses Dokument?

Viele Menschen spüren:
Es muss sich etwas ändern. So kann und darf es nicht weitergehen.

Aber oft bleibt unklar:
Was genau? Wie? Und mit wem?

Dieses Dokument gibt Dir einen ehrlichen Einblick in meine Arbeit.
Keine Werbung. Keine Verkaufsshow.
Sondern eine Einladung zur Selbstklärung:

> *Passt das, was ich anbiete – zu dem, was Du wirklich suchst?*

2. Was ist FREIsicht-Coaching?

FREIsicht-Coaching ist kein Wohlfühl-Programm.
Es ist ein echtes Gespräch auf Augenhöhe – zwischen 2 Menschen, die sich trauen, ehrlich zu sein.

Es geht nicht darum, am Ende besser zu funktionieren.
Sondern: ehrlicher zu leben.
Mit Dir selbst. In Deinen Beziehungen. In Deinem Beruf.

Und zu erkennen, was Dich (noch) davon abhält.

FREIsicht steht für eine freie Sicht auf das, was ist.

InnenWENDE bedeutet: Du kehrst bewusst um – im Denken, Fühlen und Sein. Damit Dein Außen nicht mehr länger Deine Ausrede ist.

3. Ablauf des Erstgesprächs

Das erste Gespräch ist unverbindlich – aber nicht beliebig.

Was passiert?

- Du erzählst, was Dich bewegt. Ohne Schnörkel. Ohne Maske.
- Ich höre zu – nicht als Therapeut, sondern als jemand, der Muster erkennt.
- Gemeinsam klären wir:

  > Passt die Chemie?
  > Passen die Erwartungen?
  > Willst Du wirklich Veränderung – oder nur Erleichterung?
  > Sind wir ein Match für echte Arbeit – oder bleibt es beim netten Austausch?

Dauer: ca. 60 Minuten (online oder persönlich)

4. Was passiert danach?

Wenn wir beide sagen: *„Ja, das passt“*, starten wir – in Deinem Tempo.

- Kein starres Programm.
- Kein Coaching aus der Konserve.
- Sondern das, was gerade dran ist.

Du bringst Dein Thema.
Ich halte Dir den Spiegel.
Und begleite Dich in Richtung Klarheit, Bewusstheit und Handlung.

5. Was brauchst Du, um loszulegen?

Nicht viel. Aber etwas Entscheidendes:

- **Ehrlichkeit** gegenüber Dir selbst
- Bereitschaft, **Verantwortung** für Dich zu übernehmen
- **Mut**, nicht länger vor Dir selbst zu flüchten
- **Vertrauen**, dass Veränderung möglich ist – wenn Du beginnst, sie zu sein

6. Klingt das nach Deinem Weg?

Dann melde Dich.
Ohne Erwartungen. Ohne Druck.
Nur mit dem Wunsch, herauszufinden:

> *Ist FREIsicht für Dich der richtige Resonanzraum?*

Ich freue mich, Dich kennenzulernen – nicht als Coach & Klient, sondern als zwei Menschen, die sich aufrichtig begegnen.

> *„Der erste Schritt ist kein Sprung.*
> *Es ist ein leiser Moment, in dem Du spürst:*
> *Jetzt reicht's. Ich will es anders."*
> *(FREIsicht)*

Kontakt

FREIsicht durch InnenWENDE - Coaching
Axel Metzger
Sonnenblumenstr. 21
49762 Lathen
Deutschland

Kommunikation:
www.erfahrungsbegleiter-blog.de/links
Telefon: +49 15757154838
E-Mail: info@erfahrungsbegleiter-blog.de