

## Mit Zuversicht ins Machen kommen.

Klarheit, hilfreiche Denkmuster und  
wirksames Handeln – für mehr Energie  
und Erfolg im Business.



**E-Mail** coaching@axel-konrad.de  
**LinkedIn** linkedin.com/in/axel-konrad-41b4911b1  
**Mobil** +49176 64 0253 74  
**Sprachen** Deutsch, Englisch

[axel-konrad.de](https://www.axel-konrad.de)



## Mein Coaching-Stil ist geprägt von Empathie, Wertschätzung, Lebendigkeit und Fokus.

✓ **Führungskräfte**

✓ **Mitarbeitende & Selbstständige**

✓ **Teams**

In meinen Coachings und Trainings wird viel gefühlt, geübt und ausprobiert. Ich liebe Metaphern und Bilder, Übungen mit dem „leeren Stuhl“ und Rollenspiele.

Mein „Werkzeugkoffer“ ist dabei groß und vielseitig. Oft und gerne nutze ich lösungsorientierte und hypnosystemische Techniken sowie Elemente der Positiven Psychologie und der Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT).

In meinem Coaching stehen deine Werte, Ziele und Stärken im Mittelpunkt. Und für mich sind nachhaltige Veränderungen immer mit der Frage verbunden: Wie blicke ich eigentlich auf mich selbst, wie rede ich innerlich mit mir? Selbstmitgefühl und Selbstfreundlichkeit erleichtern Entwicklung und fördern Wohlbefinden.

## Persönlichkeitsentwicklung

Eigene Ziele klären, hilfreiche Denkmuster aufbauen und endlich ins Machen kommen.

Mehr Selbstfreundlichkeit   Weniger Grübeln   Vermeidung abbauen  
Konfliktfähigkeit stärken   Wirksam handeln   Mehr Zuversicht

## ADHS Coaching

Individuelle Unterstützung für Menschen mit ADHS – für bessere Selbstorganisation, klare Strukturen und das Ausschöpfen eigener Stärken.

Struktur schaffen   Fokus verbessern   Selbstorganisation stärken  
Impulsivität regulieren   Potenziale nutzen

## Teamentwicklung

Vertrauen fördern, Stärken nutzen, klar kommunizieren – für mehr Erfolg und Wohlbefinden im Team.

Ziele & Werte klären   Zuversicht aufbauen   Stärken fördern  
Vertrauen aufbauen   Wirksam handeln

## Positive Leadership

Führung mit Fokus auf Stärken und Potenziale – für mehr Engagement, bessere Ergebnisse und eine gesunde Arbeitsatmosphäre.

Stärkenorientiert führen   Engagement fördern   Erfolge feiern  
Positive Emotionen fördern   Potenziale entfalten