



## **Beratung ohne Ratschlag**

eigene Lösungen selbst erkennen  
und umsetzen

**Stefanie Fernandez**

Coaching Business-/Resilienz-Coaching Beratung



empathisch authentisch realistisch ehrlich fundiert



## Wer ich bin

Mein Name ist Stefanie Fernandez und ich lebe gemeinsam mit meinem Mann im wunderschönen Nördlingen. Über 20 Jahre war ich im Gesundheitswesen bei einer großen Krankenkasse und knapp 4 Jahre für ein großes deutsches IT Unternehmen im Bereich Training und Beratung tätig.

In den letzten Jahren hatte ich immer wieder beruflich und privat mit Menschen zu tun, die Hilfe für ihre mentale Gesundheit benötigten, jedoch keinerlei oder nur wenig Unterstützung, weder von Krankenkassen, noch von Medizinern, bekamen. Ich habe mich deshalb bewusst für eine Weiterbildung zum Systemischen Coach / Systemischen Business Coach entschieden, um meinen Teil dazu beizutragen, dies zu ändern.

Ich bin von meinem Ausbildungsinstitut KRÖBER Kommunikation Stuttgart / München und auch der Steinbeis Akademie Berlin zertifiziert.

# Wie Sie Türen öffnen, die viel zu lange verschlossen waren.

## Für wen passt mein Coaching?

Egal, ob Sie sich momentan in einer Ausnahme-situation befinden, Probleme in der Firma, in Ihrem eigenen Unternehmen oder Ihrer Familie haben; was auch immer Sie gerade innerlich beschäftigt – ich kann Ihnen helfen Ihre Lösungen zu finden.

Mein Coaching richtet sich an gesunde Menschen, die Ihr Leben eigenmächtig meistern können. Es ist nicht dazu geeignet Depressionen und Suchtverhalten zu bearbeiten.

Coaching erweckt bei vielen Menschen den Eindruck, dass diese Dienstleistung über ihrem Budget liegt. Ich habe mir auf die Fahne geschrieben, Coaching für jede\*n zu ermöglichen.

## Was ist Ihr Mehrwert?

Ich gebe Ihnen in den geschützten Raum und ermögliche Ihnen Ihre Stärken hervorzuheben, Ihr Selbstvertrauen, Ihre Lebenslust und Ihre persönlichen Lösungen (wieder) zu finden.

Der gewonnene Nutzen für Sie:

- emotionale Entlastung
- Stressabbau
- Burnout Prävention
- Perspektivenwechsel
- Stärkung Ihrer Resilienz
- gesteigertes Selbstwertgefühl u. v. m.

Daraus können z. B. Verbesserung von Kommunikation, Beziehungsverhalten und Führungskompetenz sowie ein effektiveres Handeln resultieren.

## Wie läuft unser Coaching ab?

1. In einem ersten Gespräch lernen wir uns kennen, besprechen Ihre Situation und überlegen, ob ich Sie bei Ihrem Weg der Veränderung begleiten darf. Dieses Gespräch ist für Sie kostenfrei.
2. Buchen Sie Ihre individuelle Coaching Sitzung bei mir. Die Dauer richtet sich nach Ihrem Bedarf und liegt erfahrungsgemäß bei 60 – 90 Minuten. Die Anzahl der Sitzungen sowie deren Inhalt gestalten wir ganz nach Ihren Wünschen.

## Sie sind neugierig darauf, was in Ihnen steckt?

Dann machen Sie sich gemeinsam mit mir auf eine spannende Reise in Ihr Innerstes, entdecken Sie Ihre persönlichen Lösungen und viele neue Möglichkeiten. Es macht unglaublich viel Spaß, sich selbst neu kennenzulernen. Ich bin ganz im Vertrauen, dass die Lösung bereits in Ihnen liegt. Freuen Sie sich auf ein ganz neues Lebensgefühl.

## Ich freue mich auf Sie.

Herzlichst, Ihre Stefanie Fernandez



**Stefanie Fernandez**

Coaching Business-/Resilienz-Coaching Beratung

**Stefanie Fernandez**

0152 . 01 674 223

Markham Str. 3 · 86720 Nördlingen

[info@consulting-fernandez.de](mailto:info@consulting-fernandez.de)

[www.consulting-fernandez.de](http://www.consulting-fernandez.de)

## Fragen finden Antworten

Erfahren Sie mehr über mein Wirken, systemisches Coaching, Resilienz und Vieles mehr auf [www.consulting-fernandez.de](http://www.consulting-fernandez.de)

