

# Hannelore Fritz

Seit vielen Jahren bin ich leidenschaftlich als Coach, Trainerin und Speaker unterwegs, um Menschen und Unternehmen bei ihren täglichen Herausforderungen zu begleiten. Ihre Selbstentwicklung und ein gesundes und konstruktives Miteinander voranzutreiben und erfolgreich berufliche und private Interessen miteinander zu verknüpfen. Neue Räume für neue Möglichkeiten schaffen.



## Kernkompetenzen

- ✓ Coaching von Führungskräften
- ✓ Entwicklung und Durchführung von Präsenz- und Onlinetrainings
- ✓ Moderation von Workshops und Arbeitsgruppen
- ✓ Vorträge bei Firmenveranstaltungen
- ✓ Life Performance Coaching

## Schwerpunkte

- ✓ Persönliches Coaching für Führungskräfte
- ✓ Qualifizierung von Führungskräften zur Gesunden Führung
- ✓ Seminare zu verschiedenen Themen: Achtsamkeit, Gesunde Führung, Führung und Zusammenarbeit, Selbstorganisation, Burnoutprävention, Resilienz ...
- ✓ Entwicklung und Durchführung der Leadership-Coaching-Challenges „Achtsam Führen und Gesund Führen“
- ✓ Coaching in der Natur

## Branchenerfahrung

- ✓ Automobilindustrie
- ✓ Bauunternehmen
- ✓ Banken
- ✓ Dienstleistungsunternehmen
- ✓ Maschinenbau
- ✓ Nonprofit-Organisationen
- ✓ Optik
- ✓ Pharmaindustrie
- ✓ Verbände
- ✓ Weiterbildungsinstitute
- ✓ Wohnungsbaugesellschaften

## Projektbeispiele

- ✓ Entwicklung und Durchführung von online-Trainings für Kunden
- ✓ Konzeption und Durchführung der Leadership-Coaching-Challenges „Mental Leader und Gesund Führen“ <https://coachify.online>
- ✓ Changemanagement, Führen in Veränderungsprozessen u.a. Begleitung von Veränderungsprozessen bei einem großen Telekommunikationsunternehmen über einen Zeitraum von über drei Jahren. Insbesondere Workshops für Führungskräfte
- ✓ Begleitung von Veränderungsprozessen bei mittelständischen Unternehmen (Konzeption, Kick-Off, Workshops, Supervision ...)
- ✓ Erarbeiten einer Vision für ein Handelsunternehmen
- ✓ Ziel des Unternehmens war es, innerhalb der nächsten 5 Jahre zum Marktführer in der Branche zu werden. Das Unternehmen wurde von mir durch Visions- und

Projektmanagement-Workshops begleitet. Das Unternehmen realisierte innerhalb 3 Jahren die Ziele.

- ✓ Beratung und Durchführung von Stressbewältigungsmaßnahmen in Call-Centern
- ✓ Workshops zur Auswertung von Mitarbeiterbefragungen in einem Call-Center
- ✓ Zusammenarbeit im Team verbessern
- ✓ Weltweit exportierendes und expandierendes Unternehmen. Ziel war es, die Zusammenarbeit von mehreren Teams zu verbessern.
- ✓ Trennungsgespräche führen
- ✓ Weltweit agierendes Unternehmen, das sich von vielen Mitarbeitern trennen musste. Die Führungskräfte wurden darin trainiert, wie sie sich in Trennungsgesprächen verhalten und diese Situation emotional meistern können.
- ✓ Ausarbeitung und Durchführung von Mitarbeiterbefragungen

## Beruflicher Hintergrund

- ✓ MHFA Ersthelfer für psychische Gesundheit
- ✓ KoSiG (Kompetenz-Bildung für Sicherheit und Gesundheitsschutz)  
Coaching-Werkstatt mit Dr. Wolfgang Loos  
Coaching-Werkstatt für erfahrene Coaches, Deutsche Psychologen Akademie
- ✓ Stressmanagement-Trainer und Coach
- ✓ Meditationstrainerin
- ✓ Gesundheitspsychologie, Allgemeine Psychologie, Neurobiologie, Neurokognitive Psychologie, Psychoneuroimmunologie, Arbeits- und Organisationspsychologie FU Berlin (Gasthörerin)
- ✓ Konfliktmanagement (Spectrum Kommunikation)
- ✓ Prozessorientierte Systemische Aufstellungsarbeit
- ✓ NLP-Master-Ausbildung
- ✓ NLP-Practitioner-Ausbildung
- ✓ Hypnotherapie in der Psychosomatik Milton-Erickson Institut, Berlin  
Prozessorientiertes Führen und Beraten bei Thies Stahl  
Systemische Organisationsentwicklung und Projektmanagement ComTeam Academy  
Herzkohärenz-Training ASI Akademie für Somatische Integration  
Suggestopädie Skill-Institut  
Lizenzierte Trainerin für Persolog Persönlichkeitsmodell nach DISG

## Autorin der Bücher

- ✓ Mitautorin des E-Books: von analog zu digital <https://t.co/eS2xvkgEJ3?amp=1>
- ✓ Besser leben mit work-life-balance. Wie Sie Karriere, Freizeit und Familie in Einklang bringen.
- ✓ Glücklich im Job. Das Erfolgsprogramm für mehr Zufriedenheit im Beruf.
- ✓ Gut organisiert im Büro.
- ✓ Mitautorin „Das große Handbuch der Berufsstrategie“,

**fritz!COACHING**

Hannelore Fritz

Webseite <https://fritzcoaching.de>

Kontakt: [info@fritzcoaching.de](mailto:info@fritzcoaching.de)