

Meine eigene Heldenreise

Schon als junge Frau spürte ich eine tiefe innere Traurigkeit in mir, die ich lange nicht benennen konnte. Nach außen funktionierte ich: leistungsfähig, verantwortungsvoll, stark. Innerlich jedoch waren da eine Leere, eine Unsicherheit und das Gefühl, irgendwie nie wirklich bei mir selbst anzukommen.

Damals verstand ich noch nicht, wie sehr unbewusste Prägungen unser Leben beeinflussen. Wie alte Erfahrungen, Familienmuster und emotionale Verletzungen weiterwirken – oft über Generationen hinweg. Und wie stark sie bestimmen können, wie wir Beziehungen leben, wie wir führen, wie wir uns selbst sehen und was wir glauben aushalten zu müssen.

Heute begleite ich Frauen, die tieferen Ursachen hinter belastenden Beziehungsmustern, inneren Konflikten und emotionaler Erschöpfung zu erkennen und zu lösen – nicht nur auf der Oberfläche, sondern dort, wo die Wurzeln entstanden sind. Durch Systemisches Coaching und Systemische Aufstellung entstehen innere Klarheit, emotionale Freiheit und die Rückverbindung zur eigenen Essenz.

Persönlich coache ich in Goslar in Niedersachsen, in Derenburg und in Schönebeck/Elbe in Sachsen-Anhalt. Doch ich arbeite auch online und telefonisch.

Ich freue mich, Dich kennenzulernen.

Steffi Heinemann



Beruf/ Ausbildungen

Personal- und Business Coach (IHK)
Psychologische Beraterin
Master Typo 3 Profilerin
NLP Praktitioner (European Business Ecademy)
Systemischer Coach (Reuss Institut)
Psychologie of Vision (Spezzano-Hawaii)
Botschafterin der Positiven Psychologie (Corporate Happiness - Upstalsboom)
Color Healing (Birgit Fischer)
SkyYourself Coach® (Ecole Sant Esprit)
Geschäftsführerin eines mittelst. Unternehmens



Essenzfrau
Lebe dich selbst

Systemisches Coaching für Frauen



Finde zurück zu Dir selbst!

www.essentfrau.de

Was ist Systemisches Coaching?

Systemisches Coaching ist ein Weg, um sichtbar zu machen, was im Verborgenen wirkt. Statt Probleme aktiv „zu bearbeiten“, geht es darum zu erkennen, welche verborgenen Spannungen, alten Bindungen und unbewussten Muster Dein Erleben und Handeln heute beeinflussen.

Systemische Coaching unterstützt Dich dabei, hinderliche Energien in eine neue systemische Ordnung zu bringen und belastende Verstrickungen zu lösen.

Dadurch entstehen Klarheit, innere Ruhe und die Verbindung mit der eigenen Kraft. Gleichzeitig geht es darum, eigene Qualitäten, Fähigkeiten und innere Gaben anzunehmen.

Echte Veränderung entsteht nicht allein durch das Lösen alter Muster, sondern auch durch das bewusste Annehmen der eigenen Kraft, um Dein Leben bewusster, freier und authentischer zu gestalten.

Wenn das geschieht, entsteht etwas Entscheidendes: Du kommst zurück zu Dir selbst – in Kontakt mit Deiner eigenen Essenz und inneren Stärke.

Meine Angebote:

Kostenfreies Erst- und Kennlerngespräch

Schreibe mir eine Nachricht und wir vereinbaren einen ersten kostenfreien Gesprächstermin:

SMS/WhatsApp: 0176 10092902

Email: essenzfrau@gmail.com

Einzelcoaching

Persönliches systemisches Coaching in 38855 Derenburg, 39218 Schönebeck/Elbe (Sachsen-Anhalt). oder 38640 Goslar (Niedersachsen). Aber auch telefonisch und online weltweit.

Wochenendseminar: Systemische Aufstellungsarbeit

Bei einer systemischen Aufstellung machen wir die verborgenen Ursachen für Deine persönlichen Hürden sichtbar, sodass Du versteckte Dynamiken sowie inneren Einflüsse erkennen und auflösen kannst.

Dabei orientieren wir uns an den von Dir angestrebten Lösungen, damit Du Deine Ziele erreichen kannst. So entstehen Klarheit und neue Perspektiven, die sich stimmig für Dich und Dein Leben anfühlen.

Termine für 2026

Systemische Aufstellung

(Familienaufstellung)

25. – 27.09.2026 oder

23. – 25.10.2026

Freitag 18.00 bis ca. 21.00 Uhr

Samstag 10.00 bis ca. 18.30 Uhr

Sonntag 10.00 bis ca. 16.00 Uhr

Kosten

Teilnahme mit eigener Aufstellung 320€

Teilnahme ohne eigene Aufstellung 210€

Incl. 2 Übernachtungen im Doppelzimmer, Frühstück, Mittag- und Abendessen.

Bitte bringe noch etwas Besonderes fürs Buffett mit, zum Beispiel einen Kuchen, einen Aufstrich oder Salat.

Bezahlung bar bei Seminarbeginn oder via Überweisung. Die Kontoverbindung sende ich Dir nach der Anmeldung zu.

Seminarort

Geistmühle, Kathrin R. Hotowetz

Am Anger 2a

38820 Halberstadt (Sachsen-Anhalt)

Anmeldung

Tel.: 0176 10092902 (SMS/WhatsApp)

Email: essenzfrau@gmail.com