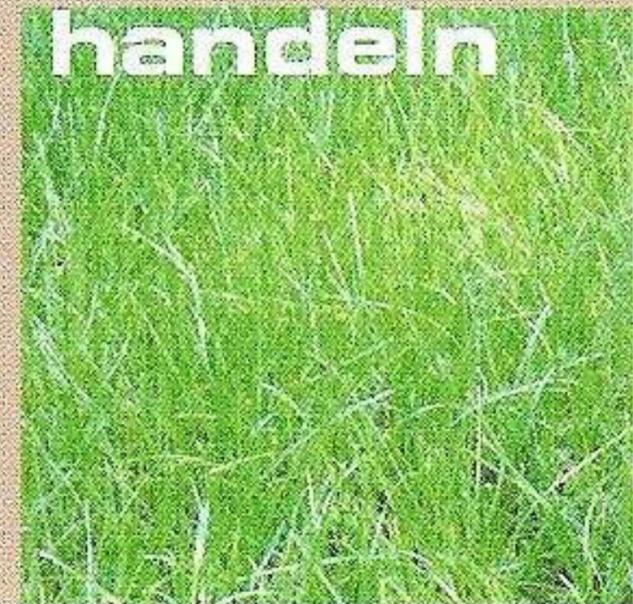
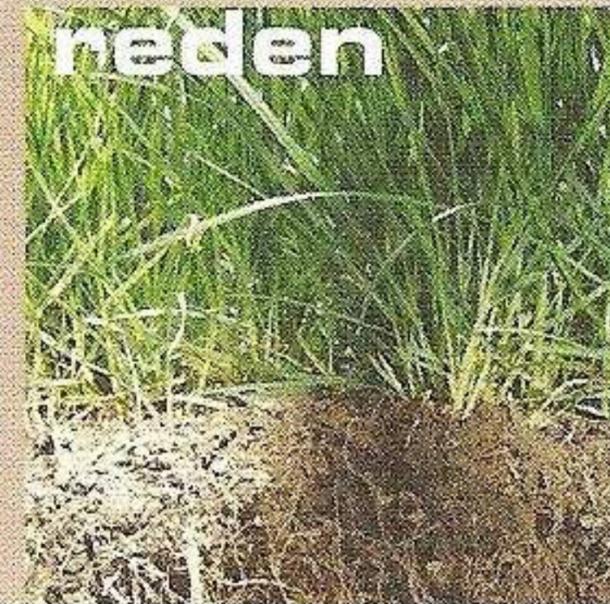
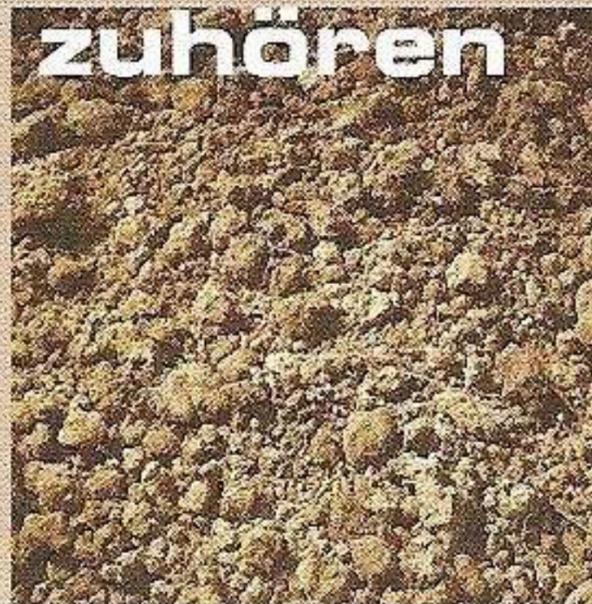


# psychologische beratung für hörende und hörgeschädigte

*Diplom-Psychologin Sarah Neef*



» es muss sich etwas ändern,  
aber ich weiß noch nicht wie ...«

Depression, ein unbegründeter Mangel an Selbstachtung, Energie- und Perspektivlosigkeit, das Gefühl, ein unerfülltes Leben zu führen – alle diese Probleme kann man lösen, indem man die Botschaften verändert, die man verinnerlicht hat. Nur wer zurück zu seinen Wurzeln findet, kann über sich selbst hinaus wachsen. In Krisensituationen laufen wir Gefahr, diese Wurzeln nicht mehr zu fühlen. Dabei können solche Zeiten auch eine Chance für einen Neubeginn sein.

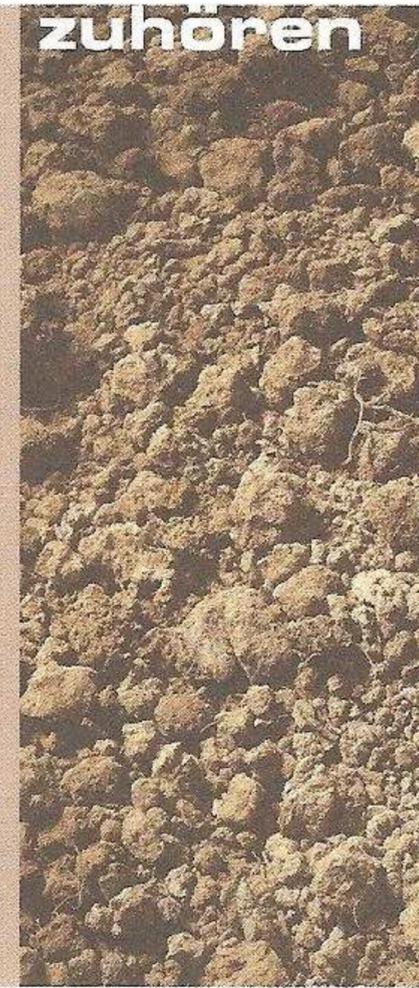
Das »Sich-neu-erfinden« zielt darauf, selbstschädigende Lebensfallen bzw. Lebensmuster aufzugeben. Damit ist es uns möglich, die grundlegenden Bedürfnisse und die wichtigen Ziele im Leben zu erkennen bzw. wiederzuerkennen. Dann können neue Herausforderungen bewältigt, positive Emotionen aktiviert und eigene Leistungsressourcen entdeckt werden.

Ich möchte Ihnen anbieten, Sie auf diesem Weg zu begleiten und gemeinsam mit Ihnen eine innere ausbalancierte Einstellung zu schaffen, die ein seelisches Gleichgewicht und damit Lebensfreude und -energie fördert.

Ich biete Ihnen Hilfe zur Selbsthilfe an.

zuhören

reden



## beratungsprogramm\*

- Beratung bei Problemen, Depressionen und Ängsten sowie psychologische Begleitung in Krisensituationen
- Beratung/ Coaching sowohl für Hörgeschädigte als auch deren Angehörige
- Beratung für Familien mit behinderten Kindern
- Paarberatung (Trennungsproblematik)
- Seminare und Vorträge

## themenschwerpunkte

- Finden und Entwicklung der eigenen Identität
- Potenzialanalyse, -erweiterung, Selbstmanagement
- Stärkung von Motivation, Selbstmotivierung
- Prävention und Aufdecken von Lebensfallen
- Schutz vor Mobbing (z. B. in der Schule)

handeln



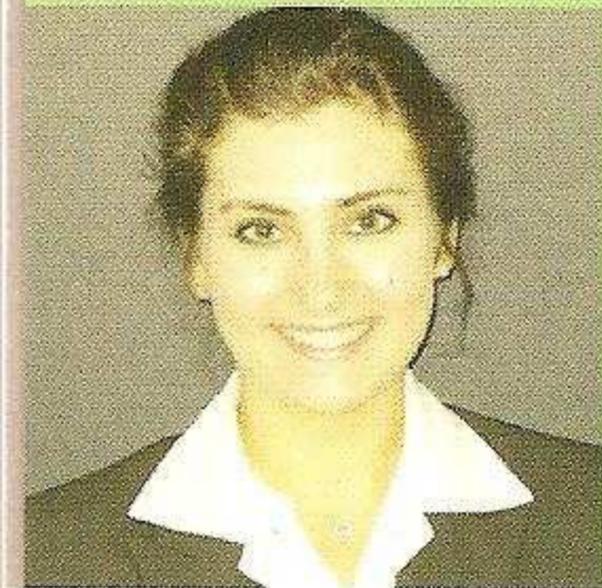
\* Bei Bedarf Vermittlung an spezielle Therapieeinrichtungen.

## über sarah neef

*Stimmen zur Person*

*»Ich habe Ihr beeindruckendes Buch gelesen und viel gelernt! Danke dafür, ich finde toll, was Sie alles machen und mit wie viel Kraft!«  
Elke Heidenreich*

*»Sarah Neef ist eine unglaubliche Frau. Sie weiß genau, wer sie ist, weil sie sich so früh mit ihrem Schicksal beschäftigen musste.«  
Reinhold Beckmann*



*»Schicksale und Krisen muss man nicht hinnehmen und ertragen, man kann sie annehmen und verändern.«  
Sarah Neef*

## anmeldung

*und Kontakt*



Sarah Neef  
Diplom-Psychologin  
Sindelfingen

Fax: 07031 80 33 66

E-Mail: [praxis-neef@gmx.de](mailto:praxis-neef@gmx.de)