Silke Neumaier

Von: Tania Götzelmann <tania.goetzelmann@web.de>
Gesendet: Sonntag, 8. September 2019 18:25
An: Silke Neumaier
Betreff: Re: Impulse im September

Hallo Silke,

habe mir gerade die Zeit genommen, mal auf Deiner Homepage zu stöbern und möchte Dir einfach sagen, dass ich Deinen Internet Auftritt sehr gut und informativ finde. Finde es schön, dass ich Deine Newsletter bekomme. Danke.

Viele Grüße

Tania Götzelmann

Am 02.09.2019 um 10:46 schrieb Silke Neumaier:

Impulse im September

Der Herbst steht vor der Tür! Im September warten folgende spannende Themen auf Sie:

- Medienkonsum: Wo ist die Grenze zwischen viel und zu viel?

- Philosophische Impulse zum Lesen, Nachdenken und Downloaden

- Erfahrungsbericht einer Klientin mit ihrem Sohn: Wie sich ein Partyproblem mit einem Teenager super lösen liess.

Außerdem habe ich eine neue Selbstmitgefühlsübung für die Arbeit mit dem inneren Kind aufgenommen.

Blog Reihe: Medienkonsum - Wo ist die Grenze zwischen viel und zu viel?

Ich beginne mal bei mir: 2011 hatte ich noch kein Smartphone, sondern ein ganz normales Mobiltelefon und kam mit meinem Leben bestens klar. Schon ein Jahr später konnte ich mir nicht mehr vorstellen, wie mein Leben ohne Smartphone noch stattfinden sollte. Ich telefoniere keineswegs mehr, doch der Unterschied zwischen diktierbaren kostenlosen Nachrichten über einen Messenger zu kostenpflichtigen und mühselig einzutippenden Tasten-SMS ist für mich gewaltig.

Hier finden Sie Beurteilungen über meine Arbeit auf dem Ärzteportal Jameda

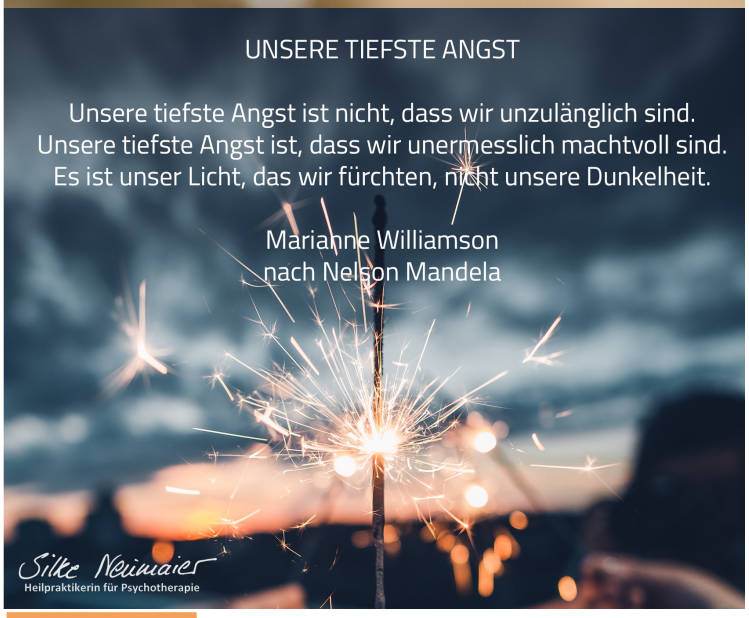
Mein neuer kostenloser Powernap für Sie: Selbstmitgefühlsübung - Das innere Kind

Diese Übung für mehr Selbstmitgefühl eignet sich besonders für Menschen, die mit ihrem inneren Kind arbeiten oder nach einer Sitzung bei mir die Übungen vertiefen möchten.

Der Vorteil von mehr Selbstmitgefühl:
- Ängste und Panikattacken lassen nach,
- Sie gehen entspannter, gelassener mit sich und anderen um,
- Ihr innerer Dialog wird stiller und freundlicher
- Sie können mit Kritik sowohl bei sich als auch an anderen besser umgehen
- Sie entwickeln mehr Energie und sind kreativer
- Sie schlafen besser
- Sie können besser alleine sein und das auch genießen, ohne sich ständig ablenken zu müssen.

Weiterlesen

Philosophisches zum Lesen, Nachdenken und Downloaden



Zum Download

Blog: Wie sich ein Partyproblem mit einem Teenager super lösen liess

Die Geburtstagsparty meines Sohns stand vor der Tür: So langsam näherte sich das Ereignis und mir wurde immer klarer, dass die Fete auf jeden Fall

Der Online Terminkalender

Umgehen Sie lange Wartezeiten von bis zu 12 Wochen und nutzen Sie meinen neuen online Kalender!
Verinbaren Sie bequem Termine, die in Ihren Zeitplan passen. Durch die Notfalltermine auch nach der Arbeit.

Zum Kalender

stattfinden würde. Das schlechte Gefühl wurde größer und ich merkte, dass sich langsam eine Panik einstellte.

Weiterlesen

Ich wünsche Ihnen guten Stat in die Woche,

Therapie vor Ort in Schifferstadt, im Großraum Rhein-Neckar und online per Skype.

Wenn Sie diese E-Mail nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese hier kostenlos abbestellen.

Impressum:
Silke Neumaier, Ostring 22, 67105 Schifferstadt, +40 6235 45 51 454

www.silkeneumaier.de info@silkeneumaier.de