

## Online-Psychotherapie und Familienberatung

Ich begleite Sie auf Ihrem Weg zu mehr Klarheit, innerer Balance und Wohlbefinden – sicher und individuell abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse in einer Online-Sitzung.

Dieses Angebot richtet sich auch an Familien mit gehörlosen oder schwerhörigen Kindern sowie an gehörlose Familien – unterstützt durch den Verein **FIH-Austria**. Ich unterstütze bei familiären Belastungen, Erziehungsfragen, Kommunikation und emotionalen Herausforderungen – online oder vor Ort – wertschätzend und familienorientiert.

**Kommunikation in Gebärdensprache direkt** oder mit gebärdensprachdolmetsch unterstützter Beratung und Therapie.

### Weitere Informationen

Besuchen Sie gerne meine Homepage, auf der Sie Antworten auf wichtige Fragen zu Methoden und Rahmenbedingungen der psychotherapeutischen Betreuung finden können. In meinen Blogs behandle ich Themen wie Krisensituationen, Lebensqualität, Kindesentwicklung und vieles mehr.



## KONTAKT

8184 Anger  
0664 / 9605219  
Mail: [sylvia@stuhlhofer.at](mailto:sylvia@stuhlhofer.at)  
Homepage: [sylvia.stuhlhofer.at](http://sylvia.stuhlhofer.at)  
sowie: <https://www.fih-austria.at>

**O.K.**  
ICH BIN O.K. – DU BIST O.K.

**PSYCHOTHERAPIE  
SYLVIA STUHLHOFER**

**Worauf ich als Transaktions-Analytikerin wert lege**

- Die Therapeutische Beziehung
- Ressourcen zu aktivieren
- Autonomie erlangen
- Lebensqualität zu steigern
- Über Lebenspositionen zu erfahren  
- ich bin ok - du bist ok



# SYLVIA STUHLHOFER

Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision

## Wann sollten Sie sich für Psychotherapie entscheiden?

wenn ...

- ... immer wieder das Gleiche passiert
- ... man nicht mehr weiter weiß
- ... wenn alles zu viel wird
- ... Schmerzen da sind
- ... Schlafstörungen da sind
- ... Gedanken keinen Spielraum mehr lassen
- ... Ängste da sind
- ... wenn Verluste da sind oder bevor stehen
- ... Krisen bestehen
- ... man was verändern will

## Warum sollten Sie sich für Psychotherapie entscheiden?

um ...

- ... sich auf anderen Blickwinkel einzulassen
- ... Blockaden zu überwinden
- ... sich für eine OK-Haltung zu entscheiden
- ... mehr Lebensqualität zu erlangen
- ... Klarheit zu finden
- ... Potenziale zu entdecken und zu fördern
- ... sich das Leben leichter zu machen
- ... Veränderung willkommen zu heißen

## Hier kann ich helfen

### Für Menschen in Krisen:

- bei Schlafstörungen
- Depressionen
- Burn Out
- Überlastung
- Stress am Arbeitsplatz
- Ängste, Panikattacken
- Psychosomatische Erkrankungen
- Verluste
- Beziehungsschwierigkeiten

### Für Familien in Krisen:

- Geburt eines Kindes mit besonderen Bedürfnissen
- Entwicklungssorgen des Kindes
- Schulprobleme
- Kinder werden erwachsen
- Sorgen um einen geliebten Menschen
- Stress zu Hause

### Bei Bindungsthemen:

- Schwierigkeiten im Bindungsaufbau
- Trennungsängste
- Vertrauensaufbau
- Mutter/Vater-Kind-Arbeit
- Beziehungsbedürfnisse

### Für gehörlose Menschen:

- Emotionen
- Versorgung und Beratung
- Beratung / Coaching für Fachkräfte
- Kommunikation
- Verständnis
- Teilhabe in der Gesellschaft
- GebärdenSprache
- Stress, in verschiedenen Welten zu leben