



## Themenseminar 3

### Hochsensibles Verhalten im Alltag

Hochsensible Menschen bewegen sich oft in einem Spannungsfeld zwischen inneren Bedürfnissen, Wahrnehmungen und Vorstellungen auf der einen Seite und den Anforderungen einer (meist) nicht-hochsensiblen Umwelt auf der anderen Seite. Viele Missverständnisse sind auf mangelnde Kenntnis der Mechanismen zurückzuführen, die hochsensibler Kommunikation zugrunde liegen.

Dazu gehören Fragen wie die starke Beeinflussbarkeit durch Stimmungen, die potentiellen Fehlerquellen des Interpretierens von empathischen Wahrnehmungen oder die verbreitete Diskrepanz zwischen der eigenen Empfindsamkeit und unsensiblen Verhalten anderen gegenüber.

Anhand von praktischen Beispielen und den Anliegen der Teilnehmenden wird ein nützlicher „Werkzeugkoffer“ erarbeitet, mit dessen Hilfe die Teilnehmenden in ihrem Alltag Kommunikationsklippen entschärfen, so dass sie kompetenter mit ihrer Hochsensibilität umgehen können.

Zielgruppe: Hochsensible Menschen, die ihre hohe Wahrnehmungsfähigkeit nutzbringend in ihrer Kommunikation mit anderen einsetzen möchten.

Leitung: Brigitte Schorr, dipl. psych. Beraterin, Erwachsenenbildnerin, Leiterin des Instituts für Hochsensibilität, Autorin

Anmeldungen richten Sie bitte an das Institut für Hochsensibilität,  
Telefon: 071 722 94 02 oder email: [info@ifhs.ch](mailto:info@ifhs.ch)

Institut für Hochsensibilität IFHS, Untersteinstrasse 6, CH – 9450 Altstätten, 071 722 94 02 [info@ifhs.ch](mailto:info@ifhs.ch)  
[www.ifhs.ch](http://www.ifhs.ch)