

# Fachtherapie für Hochsensibilität

## PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Jeder 5. Mensch ist eine "Hochsensible Person" (kurz HSP) – meist, ohne es zu wissen. In der heutigen Zeit wird alles schneller, intensiver, reizvoller und perfektionistischer. Eine oft unüberbrückbare Hürde für eine HSP!

Die Folgen: Sie ziehen sich aus dem sozialen Leben zurück, um sich zu schützen, und/oder

geraten durch die ständige Überstimulation in eine dauerhafte Überforderung. Die daraus resultierende Gefahr des Burnout-Syndroms werden wir intensiv behandeln. Es werden Zusammenhänge aufgezeigt, die letztlich zu ernsthaften psychischen Erkrankungen führen können.

Gemeinsam werden wir die Thematik der Hochsensibilität erarbeiten, die Probleme, aber auch die Chancen erkennen, die die Hochsensibilität mit sich bringt.

U.a. werden folgende Themen ausführlich vermittelt:

- Hochsensibilität – was ist das eigentlich?
  - Die häufigsten Merkmale hochsensibler Menschen
  - HSPs und die Mitmenschen
  - HSPs in der Partnerschaft
  - HSPs am Arbeitsplatz
  - hochsensibel und hochbegabt
  - Überreizung – die chemische Explosion im Körper
  - Hochsensibilität als Chance
- uvm.

Ein weiterer Themenschwerpunkt wird das Thema Resilienz sein.

Es werden verschiedene Tests durchgeführt, die Sie erkennen lassen, ob es sich um eine HSP handelt und wo die Stärken und Schwächen liegen. Sie erhalten praktische Tipps für den Alltag, wie jede/r Betroffene mit der eigenen Hochsensibilität umgehen kann, bzw. wie der/die Therapeut/in (insbesondere Burnout-Berater/in/Therapeuten/in) die HSP unterstützen kann. Es werden Wege zur Prävention aufgezeigt und Sie bekommen Anregungen, wie man als HSP sein Leben glücklicher und erfolgreicher gestalten kann.

Die Fachfortbildung richtet sich an Burnout-Berater/innen– Therapeuten/innen, HP, HP psy, psychologische Berater/innen und Coaches.

Erkennen Sie Ihre Chance zur Spezialisierung, denn die Thematik Hochsensibilität und insbesondere deren Zusammenhang mit dem Burnout-Syndrom sind noch weitestgehend unbekannt

Termine:

**Sa. 08.02.2025**

**So. 09.02.2025**

**Sa. 15.02.2025**

**So. 16.02.2025**

jew. 09:00-16:00 Uhr

Preis:

**545,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Anger 41  
99084 Erfurt  
Tel. 0361 - 566 11 66**

Seminarnummer:

**SSH05080225**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

