

04. Februar 2025

Hochsensibilität (Einführung)

Hochsensible verfügen über ein ausgeprägtes emotionales Erleben, eine differenzierte Wahrnehmung, vielschichtige Gedankengänge sowie eine schmalere Komfortzone, da sie intensiver auf innere und äussere Informationen reagieren. Der Online-Kurs zeigt auf, woran eine Hochsensibilität erkannt und wie dieses Persönlichkeitsmerkmal aus neurophysiologischer und psychologischer Sicht verstanden wird.



Kursinhalt

- Forschungsergebnisse zur Hochsensibilität
- Unterschiede zwischen normal- und hochsensiblen Menschen
- Kriterien zum Erkennen einer Hochsensibilität
- Bereiche der Hochsensibilität
- Typische Persönlichkeitseigenschaften
- Verständnis der Hochsensibilität anhand der Polyvagaltheorie
- Innerpsychische Hintergründe einer Hochsensibilität (Traumafolge)
- Abgrenzung zu ADS und Asperger

Kursziel

Die Teilnehmenden

- lernen, eine Hochsensibilität an sich und anderen zu erkennen
- bekommen einen Einblick in das Potenzial einer hochsensiblen Person sowie auch an die heutigen gesellschaftlichen Herausforderungen
- haben ein tieferes Verständnis der neurophysiologischen und psychologischen Hintergründe der Hochsensibilität
- können ihre persönlichen Fragen in Bezug auf Hochsensibilität klären

ONLINE-KURS

Dozentin

Sophie Nebeling

Kursinfo

Online-Kurs

3 Kursstunden | max. 50 Teilnehmende

Voraussetzung

Interessierte Fachpersonen und Laien

📅 Dienstag, 04. Februar 2025

🕒 19.00 – 22.00 Uhr

📍 Wo immer Sie möchten, mit Ihrem Computer oder Laptop

👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 90.00

👤 Nichtmitglieder CHF 150.00

Der Online-Kurs wird über das Programm Zoom durchgeführt.

Sie erhalten vor Kursbeginn den Zugangslink per E-Mail zugestellt.