Alles unter einem Dach – Wie Hochsensibilität neurodivergente Hirne verbindet

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den Besonderheiten von Hochsensibilität, die als Wesensmerkmal bei ein bis zwei Menschen von zehn Menschen vorhanden ist.

Bei diesen Menschen nehmen die Sinnesorgane Reize besonders intensiv auf. Dem entsprechend steigt der Stresspegel schnell an, der zur Reizüberflutung führt.

Menschen entwickeln darum unterschiedliche Stressbewältigungsstrategien, um diese Überstimulation auszugleichen. Manche sind hilfreich, manche sehr schädlich.

Wir betrachten die besonderen Stärken, Fähigkeiten und Talente dieser Menschen und auch ihre gering entwickelten Fähigkeiten, die oftmals das eigene Selbstbild verzerren und den Selbstwert und die Selbstwirksamkeit schädigen.

Dazu kommen Menschen mit einem neurodivergenten Gehirn, das anders arbeitet als das von neurotypischen Menschen. Dessen Besonderheiten werden wir erörtern.

Methodik

Vortrag, Gruppenübungen, Darstellung eigener Erfahrungen, Fragebogen

Termin, Ort, Kosten

15.04.2027, 18.00 Uhr – 20.00 Uhr, SIM – Obermarkt 24, 04720 Döbeln, 20 €

Seminarleiterin: Dr. Brigitte Pfefferkorn, Lehrtherapeutin SIM, SG