



**Dr. Cristina
Pohribneac**

REFERENTIN

Termine:

M1: 17.03. – 19.03.2023

M2: 30.06. – 02.07.2023

M3: 22.09. – 24.09.2023

Für 2024 ist Modul 1-5
vorgesehen.

Link:

[Hochsensibilität Fortbildung
2023 - Modul 1 - 3](#)



Heiligenfeld
Akademie

HOCHSENSIBILITÄT FORTBILDUNG

Weshalb ist eine explizit auf die Hochsensibilität ausgerichtete Ausbildung so wichtig?

Heutzutage haben immer mehr Menschen in der psychotherapeutischen Praxis die Frage, ob sie Hochsensibel sind.

Es braucht gut ausgebildete Therapeuten, die diese Menschen begleiten können. Die Hochsensibilität ist ein Begriff, welcher erst in den letzten Jahren auf den Markt gekommen ist und öfters noch falsch als "Empfindsamkeit", statt "Empfindlichkeit" verstanden wird.

Dank der wissenschaftlichen Forschung, was unter anderem auch die Heiligenfeld Klinik macht, haben wir heute objektivere Daten über dieses Persönlichkeitsmerkmal. Studien haben gezeigt, dass jeder fünfte Mensch eine erhöhte Sensibilität hat, was als ein Wesenszug und nicht als eine Störung oder Erkrankung zu verstehen ist.

Es sind die intuitiven, empathischen Menschen unter uns.

Die HS-Personen nehmen Sachen in ihrer Umwelt wahr, die andere Menschen nicht wahrnehmen können. Sie reagieren auf kleinste Veränderungen und verarbeiten aufgenommene Informationen tiefer und intensiver. Sie haben eine hervorragende Intuition, eine hohe emotionale Intelligenz und soziale Kompetenz. Die Reizschwelle liegt tiefer und kann schneller zu Reizüberflutung führen, wenn nicht genug Zeit und innere Bereitschaft für die Verarbeitung und Integration der Informationen zur Verfügung steht. Die HS Menschen die Verarbeitungsprobleme haben können „verbrennen“ und nach einer längeren Zeit kann sich Burnout, Depression, Panik-/Angststörung oder eine andere Psychosomatische Störung entwickeln.



Was sind die zentralen Lerninhalte?

Welches "Werkzeug" geben Sie den Teilnehmer*innen für die alltägliche Praxis mit hochsensiblen Person an die Hand?

- Die Fortbildung bietet drei zentralen Bausteine an:
das Bewusstwerden über die verschiedenen Aspekte der HS (Was ist die HS? Umgang mit Stress, das Besondere in der HS, Beziehungsgestaltung, gesund als HS arbeiten, das eigene Potenzial in Ausdruck bringen, die Beziehung zu sich selbst stärken und sich neu unter dem HS Aspekt verstehen und erfinden, Spiritualität als Ressource für die HS Menschen)
- einen besseren Umgang mit den
Verarbeitungsproblemen lernen (Wahrnehmung, Schulung für Reize, Abgrenzung, Fertigkeiten für eine bessere Steuerung der Emotionen und Abgrenzung lernen, Erdung und Zentrierung, etc.)
- spezielle Fertigkeiten für die Therapeuten entwickeln:
Achtsamkeit und Selbstmitgefühl, Seelen Verankerung als spezifisches Werkzeug für die Arbeit mit den HS Menschen

