

Online-Austauschgruppe für hochsensible Menschen



Quelle: pixabay

Sie haben eine feine Wahrnehmung für sich und Ihre Umgebung? Schnell fühlen Sie sich von Lärm, Gerüchen oder vielen Menschen beeinträchtigt? Sagen Ihnen andere manchmal, dass sie nicht so empfindlich sein sollen? Gleichzeitig haben Sie einen sogenannten sechsten Sinn und können sich auf Ihre Intuition verlassen?

Bereits von Geburt an unterscheiden sich hochsensible Menschen (HSPs) durch ihre ausgeprägte Feinfühligkeit und ihre erhöhte Empfänglichkeit für äußere und innere Reize von der Mehrheit der Menschen – sei es durch Geräusche, optische Eindrücke, Gerüche, Geschmacksempfindungen, Einwirkungen auf Haut und Körper, Stimmungslagen anderer, eigene Emotionen oder Vorstellungen. So machen ihnen zum Beispiel Lautstärke, Umtriebigkeit, Hektik, Zeit- und Leistungsdruck deutlich mehr zu schaffen als anderen.

Diese **Austauschgruppe** richtet sich an Menschen, die bereits wissen oder vermuten, dass sie hochsensibel sind und an Personen, die sich selbst als sensibel erleben und mit anderen austauschen wollen. Gestartet wird jeweils mit einem kurzen Fachimpuls. Vorrangiges Ziel ist, Verständnis unter Gleichgesinnten zu finden und dadurch das Gefühl der Verbundenheit zu stärken, außerdem durch den Erfahrungsaustausch neue Handlungsmöglichkeiten für etwaige belastende Alltagssituationen zu finden.

Organisatorisches:

Termine: 1x im Monat jeden ersten Donnerstag (ausgenommen Jänner 2023)
von 19:00 – 21:00 Uhr
ab Herbst 2022

06.10.2022, 03.11.2022, 01.12.2022, **12.01.2023**,
02.02.2023, 02.03.2023

Ort: online – über Zoom (Im Zuge der Anmeldung und nach Überweisung der Teilnahmegebühr wird der Zugangslink per Email zugesandt.)

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Moderation: **Mag. Heike Plöchl**: Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision (Existenzanalyse), Pädagogin

Mag. Michaela Leitner: Psychosoziale Beraterin, Fachberaterin für Hochsensibilität, Supervisorin

Kosten: Euro 60,00 (für 6 Termine)

Anmeldung: hochsensibel@beratungspraxis-leitner.at

Bei Interesse oder weiteren Fragen können Sie uns sehr gerne vorab per Email kontaktieren.

Wir freuen uns auf einen spannenden Austausch
und interessante Impulse!