



Du möchtest deine Schwachpunkte
annehmen und akzeptieren lernen
und deine Potenziale stärken und fördern

Suchst du das Gespräch mit Gleichgesinnten?

Was ist Hochsensibilität?

Aufgrund besonderer Eigenschaften ihres Nervensystems nehmen Hochsensible mehr und intensiver wahr als andere Menschen. Dies hat manche Vorteile, führt allerdings auch zu früherer Erschöpfung und scheinbar geringerer Belastbarkeit.

Quelle: www.hochsensibel.org

Für mehr Informationen über das Thema Hochsensibilität gibt es auf folgenden Internetseiten, wo auch ein Test gemacht werden kann.
www.zartbesaitet.net, www.hochsenisbilitaet.ch, www.hochsensibel.org.

Gruppe

Hochsensible Menschen, die ihre Gabe besser verstehen möchten, Gleichgesinnte kennenlernen und sich auch über die Belastungen im Alltag austauschen möchten.

...denn durch den Kontakt mit Menschen, können oft unsagbar schöne Dinge entstehen.

Ziele

Die Gesprächsgruppe der Hochsensiblen möchten ihre Erfahrungen austauschen und sich unter anderem mit diesen Gesprächsthemen treffen:

- Wie komme ich mit überhöhten Reizen – Lärm, Geräusche, Stimmungen, Menschenansammlungen – zurecht und wie kann ich mich schützen?
- Ich werde gemobbt. Wo ist der Ausweg bzw. wie kann ich mir selbst helfen?
- Was sind meine Stärken, was heißt für mich Kreativität und wie setzt ich sie für mich ein?
- Ich möchte meine Lebensaufgabe bzw. Berufung finden, danach leben und diese umsetzen.

Treffen

2x im Monat – am ersten und letzten Donnerstag im Monat um 17.30 Uhr im Zentrum von Bozen

Die nächsten Daten sind:

24. September 18:00 Uhr

01. Oktober 17:30 Uhr

29. Oktober 17:30 Uhr

05. November 17.30 Uhr

26. November 17:30 Uhr

03. Dezember 17:30 Uhr



*Es ist verrückt – sagt der Kopf
Du könntest verletzt werden – sagt das Herz
Ich habe Angst – sagt der Bauch
Tu es, wir werden daran wachsen
sagt die Seele*

Kontakt

Dienststelle für Selbsthilfegruppen
Dr. Streiter Gasse 4, 39100 Bozen

Telefon: 0471 312424
Mail: hsperson@libero.it