



Hochsensibilität: Herausforderungen und Potenziale in der Beratung von neurosensitiven Menschen

Seminarleitung: Martin Bertsch, Sozialarbeiter FH, dipl. Körperzentrierter Psychologischer Berater IKP, dipl. Ganzheitlich-Integrativer Atemtherapeut IKP

Hochsensibilität (in der Wissenschaft wird zunehmend auch der Begriff Neurosensitivität verwendet) gewinnt, ausgehend von der Forschungsarbeit von Elaine Aron, ab 1997 immer mehr Aufmerksamkeit. Für viele Menschen sind zahlreiche Bücher rund um das Thema eine Offenbarung der eigenen Andersartigkeit mit Potenzialen, aber auch Herausforderungen. Diese 1-tägige Fortbildung vermittelt für Beraterinnen und Therapeutinnen **Grundlagen der Arbeit mit hochsensiblen Menschen**, für die sich generell ganzheitliche achtsamkeitsbasierte Therapieansätze mit Einbezug von Körperarbeit sehr gut eignen.

Zentrale Kursinhalte:

- Diagnostik der Hochsensibilität und Abgrenzung zu psychischen Störungen,
- das Temperament der Hochsensibilität in Abgrenzung zu anderen Temperamentsveranlagungen,
- Selbst- und Stressmanagement bei sensiblen Menschen,
- Herausforderungen und Potenziale in der Arbeit mit Hochsensiblen,
- Selbstfreundlichkeit und Selbstliebe als heilende Grundhaltung.

Die Basis in der vermittelten Arbeit mit hochsensiblen Menschen ist **Awareness und Körper-Achtsamkeit**. Erfahrungsorientiert werden wir uns mit der eigenen Sensibilität und Ansätzen der achtsamkeitsbasierten Stressregulation beschäftigen.



Anmeldung
180-106

Gruppe: mind. 8, max. 18 Teilnehmerinnen



Fortbildung	Datum	Zeit	Ort	Kosten
180-106	Freitag, 21. Juni 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Bern	Fr. 320.–