



Einladung des Ortskulturrings Haselund
zum Vortrag

von Sandra Grams und Hendrike Jensen

„Hochsensibilität“ -

**Mehr Energie durch bewussten Umgang
mit den eigenen Ressourcen**

am Donnerstag, den **1. Dezember 2022**
um **19 Uhr** im Dörpshus Haselund

Worum es bei diesem Thema geht:

Für Mütter und Väter, alle Menschen in sozialen Berufen und... - eigentlich ist dieser Vortrag für **Jeden** geeignet, denn:

Rein statistisch kennst DU mindestens eine hochsensible Person, denn fast jeder fünfte Mensch ist hochsensibel - das sind rund 20% aller Menschen. - Das ist übrigens nichts Neues.

Vielleicht fragst Du Dich: Sind Menschen in meinem privaten oder beruflichen Bereich hochsensibel, bin ich es selbst? Woran erkenne ich das? Ist das gut oder schlecht? - Hochsensible Menschen haben stets geöffnete Sinneskanäle: Sie nehmen ihre Umwelt (zum Beispiel Geschmack, Geräusche, Gerüche, Gefühle oder Stimmungen) intensiver wahr und erkennen häufig Zusammenhänge schneller. Das ist oft ein Geschenk; die Herausforderung ist allerdings, dass viele Reize ungefiltert eintreffen und gleichzeitig verarbeitet werden.

In diesem Vortrag möchten wir einerseits auf die Schwächen der Hochsensibilität eingehen, aber vor allem die STÄRKEN dieser Eigenschaft aufzeigen. Welcher Rahmen muss geschaffen werden, um diese Stärken gleichzeitig als Kraftquelle nutzen zu können und dadurch neue Energie zu schöpfen? Welche Rolle spielt dabei die bewusste Wahrnehmung der eigenen Fähigkeiten?

Diese Fragen und Fragen, die im Anschluss gestellt werden können, freuen wir uns, zu beantworten!

Die Veranstaltung ist kostenfrei und wir freuen uns auf viele interessierte Zuhörer.

Sandra Grams und Hendrike Jensen

S

O

W