

Roter Faden meiner Lebensgeschichte – Menschen mit Hochsensibilität verstehen

Vormittags machen wir uns gemeinsam auf die persönliche Spurensuche und entwerfen eine eigene Lebenslandkarte, um so den Weg meines Lebens nachzugehen, ein neues Licht auf manche Entwicklungen zu werfen und den Blick für den weiteren Weg zu schärfen. Nachmittags beschäftigen wir uns mit einer besonderen Veranlagung, die bei 20 % aller Menschen auftritt: der Hochsensibilität oder High Sensitive Person. Diese nehmen äußere und innere Einflüsse stärker wahr als andere und sie verarbeiten die Reize auch tiefer; sie sind mit ihren Sinnen ständig auf Empfang. Dies hat auch im Beruf Vor- und Nachteile. Wie lässt sich damit umgehen?

Inhalte:

vormittags

- Säulen meiner Identität erkennen
- Wegstrecken und Grenzen wahrnehmen
- Am Ende ein Anfang

nachmittags

- Symptome bei Hochsensibilität und deren Folgen
- Ursachen
- Eigener Umgang mit der Disposition und des Umfeldes

Kurs-Nummer:	250403
Zielgruppe:	Praxisanleiterinnen und Praxisanleiter, Betreuungsassistentinnen/-assistenten, Zusätzliche Betreuungskräfte, Pflegekräfte und Interessierte
Termin:	03.04.2025, 8.30 bis 16.00 Uhr
Ort:	Martha-Maria Bildungszentrum, Nürnberg
Dozentin:	Andrea Döppert
Teilnehmerzahl:	20
Anmeldung:	bis 4 Wochen vor dem jeweiligen Termin
Kosten:	140,00 Euro inklusive Seminarunterlagen und einem Verpflegungsangebot