

Psychotherapie

Fachtherapie für Hochsensibilität

Jeder 5. Mensch ist eine `Hochsensible Person` (kurz HSP) - meist, ohne es zu wissen.

In der heutigen Zeit wird alles schneller, intensiver, reizvoller und perfektionistischer. Eine oft unüberbrückbare Hürde für eine HSP!

Die Folgen: Sie ziehen sich aus dem sozialen Leben zurück, um sich zu schützen, und/oder geraten durch die ständige Überstimulation in eine dauerhafte Überforderung.

Die daraus resultierende Gefahr des Burnout-Syndroms werden wir intensiv behandeln. Es werden Zusammenhänge aufgezeigt, die letztlich zu ernsthaften psychischen Erkrankungen führen können.

Gemeinsam werden wir die Thematik der Hochsensibilität erarbeiten, die Probleme, aber auch die Chancen erkennen, die die Hochsensibilität mit sich bringt.

U.a. werden folgende Themen ausführlich vermittelt:

- Hochsensibilität - was ist das eigentlich?
- Die häufigsten Merkmale hochsensibler Menschen
- HSPs und die Mitmenschen
- HSPs in der Partnerschaft
- HSPs am Arbeitsplatz
- hochsensibel und hochbegabt
- Überreizung - die chemische Explosion im Körper
- Hochsensibilität als Chance

uvm.

Ein weiterer Themenschwerpunkt wird das Thema Resilienz sein.

Es werden verschiedene Tests durchgeführt, die Sie erkennen lassen, ob es sich um eine HSP handelt und wo die Stärken und Schwächen liegen. Sie erhalten praktische Tipps für den Alltag, wie jede/r Betroffene mit der eigenen Hochsensibilität umgehen kann, bzw. wie der/die Therapeut/in (insbesondere Burnout-Berater/in/Therapeuten/in) die HSP unterstützen kann. Es werden Wege zur Prävention aufgezeigt und Sie bekommen Anregungen, wie man als HSP sein Leben glücklicher und erfolgreicher gestalten kann.

Die Fachfortbildung richtet sich an Burnout-Berater/innen- Therapeuten/innen, HP, HP psy, psychologische Berater/innen und Coaches.

Erkennen Sie Ihre Chance zur Spezialisierung, denn die Thematik Hochsensibilität und insbesondere deren Zusammenhang mit dem Burnout-Syndrom sind noch weitestgehend unbekannt!

Termine

Do, 11.03.2027

09:30–12:30 Uhr

Fr, 12.03.2027

09:30–12:30 Uhr

[und 6 mehr](#)

Preis

545,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSH11110327

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 31.01.2026

Dozent

Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.