



Christliches Institut für
Seelsorge und Lebensberatung

Information zur Referentin Ann Kathrin Horstmann

verheiratet, 3 Kinder
Dipl.- Sozialpädagogin
Christliche Lebensberaterin (BI)
Gebetsseelsorgeschule (TeamF)
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Supervisorin (EASC)

Anmeldung und Information:

Seminarkosten:

Einzelpersonen: 140,- EUR
Ehepaare: 230,- EUR
(Getränke und Snacks für die Pausen sind im Preis
inbegriffen)

Seminarzeiten:

Freitag: 09:30 Uhr - 17:30 Uhr
Samstag: 09:30 Uhr - 17:30 Uhr

Teilnahmebedingungen, sowie Stornokosten finden Sie
auf der Webseite oder in der Institutsbroschüre.

CISL Institut
Auf dem Felde 28
58809 Neuenrade
Tel.: 02394/242320
E-Mail: info@cisl-institut.de

Impressum:
© Christliches Institut für Seelsorge und Lebensberatung (CISL)
Inhalt: Ann Kathrin Horstmann, Irene Maibaum
Satz und Layout: Mona-Michelle Maibaum
Bilder: www.fotolia.com

Seminar: Hochsensible Menschen verstehen und beraten (HSP)

24. - 25.06.2022
Ev.-freikl. Gemeinde
Haedenkampstr. 30
45143 Essen-Altendorf

Ann Kathrin
Horstmann



Hochsensible Menschen haben eine erhöhte soziale, emotionale und physische Sensitivität aufgrund neurologischer Ursachen. Sie nehmen mehr wahr als andere Menschen und verarbeiten es intensiver. Ihre übersteigerte Sensitivität kann ihnen wertvolle Informationen z.B. im Kontakt mit anderen Menschen geben und ihr Leben durch intensivere Genüsse (z.B. Musik) bereichern. Es kann aber auch zu einer Reizüberflutung führen, die sie sehr in ihren Aktivitäten einschränken und verunsichern.

Sie stehen in der Gefahr negative Stigmatisierungen zu erleben und zu verinnerlichen. Außerdem können sie destruktive Lebensmuster im Umgang mit ihrer Hochsensibilität entwickeln, die sie und andere Menschen sehr belasten.



Im Seminar wird es darum gehen, wie man hochsensible Menschen in der Beratung erkennt und ihre durch die Hochsensibilität bedingten Probleme berücksichtigt. Dafür ist ein Verstehen der Neurologischen Ursachen notwendig. Bestimmte Beeinträchtigungen und eine besondere Leistungsfähigkeit sind typisch und müssen berücksichtigt werden. Darüber hinaus wird Inhalt sein, wie mit der Hochsensibilität zusammenhängende destruktive Lebensmuster und Sekundärfolgen bearbeitet werden können. Genauso wichtig ist es den hochsensiblen Menschen die Ressourcen und Chancen ihrer Hochsensibilität zugänglich zu machen. So können hochsensible Menschen lernen in guter Selbstfürsorge mit den Stärken und Schwächen ihrer Veranlagung eigenverantwortlich umzugehen.

Dieses Seminar ist auch für hochsensible Menschen gedacht, die ihre spezielle Veranlagung besser verstehen möchten und Hilfestellungen zu einem guten Umgang damit suchen.