



Hochsensibilität: Chancen und Risiken

Leitung: Rita Jung



Dieses Seminar ist für Menschen, die viele „Antennen“ nach außen haben. Die Reize über die Sinne (sehen, hören, fühlen, schmecken, riechen, 6.Sinn, etc.) werden vermehrt und verstärkt aufgenommen.

Das bedeutet, dass das Nervensystem Informationen, wie etwa Geräusche, Gerüche, Gefühle und Stimmungen viel intensiver aufnimmt. Dabei kann es schnell zu Reizüberflutung kommen.

Und das hat leider relativ häufig einen Einfluss auf die Entwicklung von seelischen und körperlichen Beschwerden und Erkrankungen.

Auf der anderen Seite ist eine sensible Wahrnehmung und Einfühlungsvermögen auch eine wertvolle Gabe, denn hochsensible Menschen haben eine wichtige Funktion für die Entwicklung einer werteorientierten, von Mitgefühl getragenen, stabilen Gesellschaft.

Damit die Vorteile genutzt und die problematischen Aspekte bewältigt werden können, sind Wissen und Erfahrung im Umgang mit der Hochsensibilität wichtig und hilfreich.

Hierzu biete ich verschiedene Möglichkeiten an:

Tagesseminar: Hochsensibilität

Aus dem Inhalt:

- Test auf Hochsensibilität [hier klicken für die Testfragen](#)
- Neurobiologische Zusammenhänge – das passiert im Gehirn
- Wahrnehmungsübungen – selektive Wahrnehmung
- Naturheilkundliche und psychotherapeutische Maßnahmen für den Alltag
- Erdung, Grenzen setzen und Schutz
- Chancen und Risiken
- Der Intuition vertrauen

Termin: Samstag, 06. Oktober 2018

Zeit: 10 – 17 Uhr

Teilnehmer: 8 – 10 Personen

Kosten: 90 Euro inklusive Skript, Kaffee, Tee, Wasser, Obst und Knabbereien.

Bitte Schreibsachen und bequeme Bekleidung mitbringen.

Und für die Mittagspause etwas zum Essen, dass dir selbst schmeckt in der Menge, die du selbst essen kannst, dadurch haben wir dann ein leckeres Menü.



Auszeit in Bad Kissingen Wohlfühlen, Genießen, Entdecken

Diese Auszeit ist besonders geeignet für hochsensible Menschen und alle, die sich von diesem Seminar angesprochen fühlen. Der Kurort Bad Kissingen wird seit Jahrhunderten zur Erholung und Regeneration genutzt und geschätzt.

Der Kurpark im Frühling und schöne Wanderwege laden ein, möglichst viel Zeit in der Natur zu verbringen.

Ich empfehle, schon vormittags anzureisen, die Innenstadt lädt zum Bummeln ein, der Kurpark zum Flanieren. Es gibt schöne Cafés und Restaurants.

Seminarzeiten: Freitag, 4.Mai 2018 ab 14 Uhr bis Samstag, 5.Mai 2018 um 18 Uhr
Anmeldeschluss war hier schon. Bei Interesse für 2019 bitte bei mir melden.

Aus dem Inhalt:

- Wir laufen den Besinnungsweg
- Natur wahrnehmen mit allen Sinnen
- Besuch der Saline
- Wald der Seele
- Qi Gong in der Natur
- Ich und die Anderen, Abgrenzung und Begegnung
- Mittagessen im Klaushof
- „Schwellengang“ zu einer persönlichen Frage
- Fragen und Antworten

Bitte für alle Wetterlagen ausrüsten, also Sonnencreme, Kopfbedeckung, Regenschutz, warme und praktische Kleidung, etc. da wir möglichst viel Zeit im Freien verbringen wollen.

Kosten: 145 Euro für das Seminar

Übernachtung und Frühstück kann selbst organisiert werden oder ich reserviere im Hotel Weißes Haus. Übernachtung mit Frühstück ca.70 Euro im Einzelzimmer und für zwei 120 Euro im Doppelzimmer.

Für Kontakt, Fragen und Anmeldungen:

Telefon: 09503/5000200 oder rita.jung@kinesiologische-naturheilpraxis.de

Fortlaufende Übungsgruppe:

Selbstwahrnehmung, Abgrenzung, Beziehungen, Berufswahl, es gibt viele Aspekte der Hochsensibilität, die durch Coaching und Training verbessert werden können.

Termine: 29.September + 27.Oktober + 17.November 2018

Zeit: 10 – 13 Uhr

Kosten: 120 Euro für alle 3 Termine



Fachseminar: Hochsensibilität

Hintergrundwissen ist bei der Behandlung hochsensibler Patienten oder dem pädagogische Umgang mit hochsensiblen Kindern von großem Vorteil für alle Beteiligten.

Zielgruppe: Heilpraktiker für Psychotherapie, Heilpraktiker, Heilpraktiker-Anwärter, Erzieher, Lehrer, Eltern und alle am Thema Interessierten

Aus dem Inhalt:

- Woran erkenne ich Hochsensibilität?
- Testfragen für Erwachsene und Testfragen für Kinder
- Chancen nutzen
- Risiken minimieren
- Was ist zu beachten?
- Naturheilkundliche und psychotherapeutische Maßnahmen
- Hilfreiches für den Alltag
- Naturheilkundliche Medikamente

Termin: 18. November 2018 von 10 -17 Uhr

Kosten: 120 Euro incl. Skript und Arbeitsunterlagen

Seminarort: Deutsche Heilpraktikerschule® Bamberg

<https://deutsche-heilpraktikerschule.de/courses/hochsensibilitaet/>

Kontakt:

Telefon: 09503/5000200 oder rita.jung@kinesiologische-naturheilpraxis.de