



Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung

Birgit Trappmann

 **Download**

 **Online Lesen**

Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung Birgit Trappmann

 [Download Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: ...pdf](#)

 [Online Lesen Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal ...pdf](#)

Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung

Birgit Trappmann

Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung Birgit Trappmann

Downloaden und kostenlos lesen Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung Birgit Trappmann

336 Seiten

Kurzbeschreibung

Ein großes Thema: 15 Prozent aller Menschen sind hochsensitiv – jeder von uns hat also hochsensitive Menschen in seinem Umfeld. Die Betroffenen selbst wissen jedoch oft nicht, dass sie hochsensitiv sind. Das Einzige, was sie wissen, ist, dass sie schon immer irgendwie anders als die anderen waren und sie sich deshalb ausgeschlossen und alleine fühlen. Sie sind hoch empfindsam, nehmen sich und ihre Umwelt, aber auch Stimmungen, intensiver und detaillierter wahr: Gesellige Runden, Lärm, laute Musik, Stress und grelles Licht sind ihnen unerträglich und überreizen ihr Nervensystem. Es fällt ihnen schwer, mit dieser Reizflut umzugehen, die für Nichtsensitive völlig unproblematisch ist.

Doch Hochsensitivität ist nicht gleich Hochsensitivität: Je nach individueller Ausprägung der Komponenten Reizoffenheit, Sensibilität und Intelligenz äußert sie sich in folgenden Erscheinungsformen: eine sensitive Hochbegabung, eine stark spirituelle Ausrichtung, eine hoch ausgeprägte Empathie, oder ADS, das oft als „stille Variante“ von ADHS bezeichnet wird.

Das vorliegende Buch beleuchtet erstmals eingehend all diese Aspekte von Hochsensitivität und bringt sie in einen verständlichen Zusammenhang. Über ausführliche Fragebogen für Kinder und Erwachsene lässt sich leicht herausfinden, ob man selbst betroffen ist und zu welchem Sensivitätstyp man gehört. Die erfahrene Autorin liefert umfassende wissenschaftlich belegte Erklärungen, was hinter Hochsensitivität steckt, wie sie entsteht ... und vor allem, wie sich damit leben lässt.

Das Buch ist ein einfühlsamer Lebensbegleiter für alle Betroffenen und birgt wichtige Einsichten für Berater, Therapeuten und für alle, die mit hochsensitiven Kindern oder Erwachsenen leben. Das umfassende Standardwerk zur Hochsensitivität! Über den Autor und weitere Mitwirkende

Birgit Trappmann ist Sozialpsychologin und Beraterin. Sie leitet das Institut für Sozialpsychologie in Rheinberg am Rande des Ruhrgebiets, das ein breites psychologisches und philosophisches Beratungs-, Weiterbildungs- und Hilfsangebot anbietet. Zu den Schwerpunkten ihrer Arbeit zählen die Themen Hochsensitivität, AD(H)S, Hochbegabung und Empathie.

Beitrag zum Thema mit Interview der Autorin:

www.wdr.de/mediathek/html/regional/2008/11/13/lokac_03.xml

Download and Read Online Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung Birgit Trappmann #081MDGV4YAN

Lesen Sie Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung von Birgit Trappmann für online ebook
Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung von Birgit Trappmann Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen
Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung von Birgit Trappmann Bücher online zu lesen.
Online Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung von Birgit Trappmann ebook PDF herunterladen
Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung von Birgit Trappmann Doc
Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung von Birgit Trappmann Mobipocket
Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung von Birgit Trappmann EPub