

Hochsensibilität - Lebenslust oder Lebensfrust? (Seminar für Betroffene)

Kartause Ittingen, 06.05.2023, 9:00 Uhr - 07.05.2023, 16:30 Uhr
Wachsen und Heilwerden | Erwachsenenbildung

Hochsensibilität - Wochenende für Betroffene

Zirka jeder fünfte Mensch ist hochsensibel. Hochsensible Menschen haben durch ihre Veranlagung eine erhöhte Empfänglichkeit für innere und äussere Reize. Sie nehmen so ein Vielfaches an Informationen auf und verarbeiten diese zudem tiefer. Das kann zu Stresssymptomen in unterschiedlichen Lebensbereichen führen. Indem Hochsensible ihre Veranlagung verstehen und konstruktiv damit umgehen lernen, kann aus der vermeintlichen Schwäche eine echte Gabe und Ressource werden.

Gestaltung

Informative Inputs wechseln sich ab mit praktischen Workshops und Zeiten für Fragen. Als Betroffene bekommen Sie Werkzeuge an die Hand, die Ihnen helfen, Ihren persönlichen Alltag so zu gestalten, dass die Hochsensibilität immer weniger als Last, sondern zunehmend als Gabe und Ressource erlebt wird. Am Seminartag erhalten Sie eine Seminarmappe mit den Folien zur Power-Point-Präsentation.

Teilnehmende

Dieses Grundlagenseminar ist geeignet für betroffene Menschen, die ihr Wissen zum Thema vertiefen und ihre Lebenskompetenz als Hochsensible noch ausbauen möchten.

Ort

Kartause Ittingen, 8532 Warth TG

Leitung

Dr. med. Doris Schneider-Bühler, Ärztin, Therapeutin, Coach. Mehrjährige Tätigkeit an verschiedenen Kliniken. Weiterbildung im Bereich Psychotherapie. www.cbs-praxis.com

Kosten

CHF 440.- (Kurskosten inkl. Vollpension, EZ)

CHF 410.- (Kurskosten inkl. Vollpension, DZ)

CHF 345.- (Kurskosten ohne Übernachtung)

Anmeldung

bis 23.4.2023

Veranstalter: tecum - Zentrum für Spiritualität Bildung und Gemeindebau