

Kopf.Sache



Hochsensibilität -

Wenn alles zu viel wird
und genau das deine Stärke ist.



In diesem Workshop geht es darum, Hochsensibilität jenseits von Klischees zu verstehen. Wir betrachten wissenschaftliche Ansätze, die Wirkung von Reizüberflutung im Alltag, in Beziehungen und im Beruf sowie persönliche Ressourcen. Im Zentrum stehen Stärken, Selbstfürsorge, Abgrenzung und klare Kommunikation, damit aus Überforderung mehr Klarheit, Selbstakzeptanz und Handlungsspielraum entsteht.

Alle Workshops dieser Kursreihe werden von Erfahrungsexpert:innen durchgeführt.

Datum und Uhrzeit:

Donnerstag, 19.11.2026; 17:30 bis 19:10
2 Unterrichtseinheiten zu je 50 Minuten

Kursort:

Online via Zoom

Kosten:

€ 85,00
(USt-frei nach § 6 Abs 1 Z 11 lit A UstG)

Abschluss:

Teilnahmebestätigung

Bei Fragen:

Inclusion24 GmbH

✉ office@inclusion24.com

🌐 www.inclusion24.com

☎ 0676/326 44 33

Inhalte:

- Was ist Hochsensibilität?
- Hirn und Reizverarbeitung
- Stärken hochsensibler Menschen
- Umgang mit Überforderung; Selbstfürsorge

Anmeldung:

Melden Sie sich unter folgendem Link an: <https://webinar.inclusion24.com/s/inclusion24>

oder scannen Sie diesen QR-Code

Kursnummer: 495345

Wir sind zertifizierter Kursanbieter:

