



# Grundlagenseminar 1:

## Das Salz in der Suppe

### Basics für hochsensitive/hochsensible Menschen

Hochsensitive Menschen waren schon von jeher die Würze in allen Gesellschaften. Ohne sie fehlt das ethische Gewissen, die Nachdenklichkeit und die Kreativität, neue Wege zu beschreiten, kurz, es fehlt das Salz in der Suppe. Leider ist die Wertschätzung für die etwas stillere Art, im Leben zu stehen, verloren gegangen. Nicht nur in der Öffentlichkeit, sondern auch bei den Betroffenen selbst, die nur allzu oft mit ihrer Veranlagung hadern und darunter leiden. Dieser Basiskurs soll dazu anregen, das Positive der Hochsensitivität/Hochsensibilität zu sehen und Hilfestellungen im Umgang mit dieser Veranlagung bieten.

Zielgruppe: Hochsensitive Personen, denen die Beschäftigung mit dem Thema noch neu ist und die sich gerne Anregungen für neue Sichtweisen holen möchten.

Der Kurs wird einmal pro Monat an einem Samstag von 9.00 – 13.00 Uhr durchgeführt und findet in Kleingruppen statt (max. 5 Personen) um grösstmögliches individuelles Eingehen auf die Anliegen der Teilnehmenden zu gewährleisten.

Leitung: Brigitte Schorr, dipl. psych. Beraterin, Erwachsenenbildnerin, Leiterin des Instituts für Hochsensibilität, Autorin.

Anmeldungen richten Sie bitte an das Institut für Hochsensibilität, Telefon: 071 722 94 02 oder email: [info@ifhs.ch](mailto:info@ifhs.ch)