Erschienen am 21.10.2014
352 Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-95571-024-8

Elaine N. Aron

Hochsensible Menschen in der Psychotherapie

Wie hochsensiblen Menschen in der Therapie geholfen werden kann

Aufgrund besonderer Eigenschaften ihres Nervensystems nehmen Hochsensible mehr und intensiver wahr als andere Menschen. Dies hat manche Vorteile, führt allerdings auch zu schneller Überstimulation und scheinbar geringerer Belastbarkeit. Für einen Psychotherapeuten ergeben sich dadurch besondere Herausforderungen. Sein Verständnis für dieses zentrale Wesensmerkmal ist die Grundlage für eine vertrauensvolle Beziehung zu seinem Klienten und für alle Behandlungsziele. Elaine Aron, die Pionierin auf dem Gebiet der Hochsensibilität, führt in das Thema fundiert und kurzweilig ein. Sie erklärt, wie die Lebensqualität sensibler Patienten durch Psychotherapie verbessert und deren Selbstwertgefühl dauerhaft gestärkt werden kann. Die Patienten lernen, welche Vorzüge die Hochsensibilität hat und wie sie mit Problemen umgehen können.

Autorenprofil

Elaine N. Aron

Elaine N. Aron, US-amerikanische Psychotherapeutin in eigener Praxis. Sie ist Bestsellerautorin und gilt als Pionierin auf dem Gebiet der Hochsensibilität.

Pressestimmen