



Ulrike Hensel
**Hochsensible Mitmenschen
besser verstehen**
**Unterstützung für Partner,
Familienangehörige, Freunde,
Kollegen und Vorgesetzte**

Erschienen am 09.02.2018
208 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0 cm
ISBN: 978-3-95571-670-7

Ulrike Hensel

Hochsensible Mitmenschen besser verstehen

Unterstützung für Partner, Familienangehörige, Freunde,
Kollegen und Vorgesetzte

Was über das Phänomen Hochsensibilität bisher geschrieben worden ist, hat hochsensiblen Menschen geholfen, sich selbst zu verstehen und ihr Leben besser zu meistern. Was aber ist mit jenen, die mit hochsensiblen Menschen befreundet sind, zusammen leben oder arbeiten? Ihrem Blickwinkel trägt dieses Buch Rechnung.

Wer mit Hochsensiblen zu tun hat, ist mit einigen Herausforderungen konfrontiert. Von ihm wird erwartet, dass er sich einfühlt in ein Gefühlserleben, das er nicht aus eigener Erfahrung kennt, Verständnis aufbringt für etwas, was er (verständlicherweise!) nicht nachvollziehen kann, weil es nicht seiner Denkweise entspricht. „Nimm dir das doch nicht so zu Herzen“, „Jetzt mach kein Drama aus der Sache!“, „Was hast du jetzt schon wieder?“ – so oder ähnlich kommentieren Menschen aus dem Umfeld die Reaktionen von Hochsensiblen, als würden sie sich „einfach nur anstellen“. Damit wiederum fühlen sich Hochsensible verkannt und gekränkt, und so können aus Kleinigkeiten schnell große Probleme entstehen. Wie trotz aller Unterschiede ein erfreuliches Miteinander möglich ist, darüber informiert dieses Buch.

Biografien

Ulrike Hensel

Ulrike Hensel ist Sachbuchlektorin, Autorin und Coach für Hochsensible. Deren Erlebniswelt kennt sie bestens aus zahlreichen Kontakten und aus eigener Anschauung. Sie behandelt das Thema Hochsensibilität sachlich und neutral und verknüpft es mit dem der Kommunikation.
www.coaching-fuer-hsp.de

Junfermann Verlag GmbH

Driburger Straße 24 d • 33100 Paderborn

Telefon: ++49 / 5251 / 1344-0 • E-Mail: infoteam@junfermann.de

<http://www.junfermann.de>