

## Fachgeleitete Gesprächsgruppe

# Hochsensibilität/Hochsensitivität

- Fühlst du dich oft «wie von einem anderen Stern»? Denkst du über vieles sehr vertieft nach, spezielle Erlebnisse oder Emotionen bleiben lange bei dir haften?
- Bist du überaus empathisch, hast einen grossen Gerechtigkeitssinn sowie ein starkes Harmoniebedürfnis?
- Fühlst du dich von intensiven Aussenreizen (grellem Licht, starken Gerüchen, lauten Geräuschen) sowie von deinen eigenen Emotionen leicht überwältigt?

**Möchtest du dich mit Gleichgesinnten austauschen - mehr über die Chancen der Hochsensibilität erfahren und einen positiven Umgang damit finden?**

**Dann bist du bei uns richtig!**



Unsere Gesprächsgruppe ist offen für Betroffene, Angehörige/Eltern, im Schulbereich Tätige und andere Interessierte. Die regelmässig stattfindenden Treffen werden von einer Fachperson (mit eigener Hochsensibilitäts-Erfahrung ) geleitet.

Weitere Auskünfte und Anmeldung:

**Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden**

**041 210 34 44**

**mail@selbsthilfeluzern.ch**

**www.selbsthilfeluzern.ch**

