

Einführung in die Hochsensitivität

In diesem Seminar soll einführend das Konzept der Hochsensitivität beleuchtet werden. Wir stellen uns also die Frage: „Was ist das? - Alter Wein in neuen Tüten oder doch ein echtes Novum?“ In der Psychologie stellt die Hochsensitivität je nach Forschungsperspektive - Entwicklungspsychologie, Differentielle Psychologie oder Klinische - ein Persönlichkeitsmerkmal dar, das sich im Laufe der Lebensspanne gesund oder entwickeln kann. Es kann jedoch auch zu einem pathologischen Verlauf kommen. Vermutet wird, dass das Merkmal eine moderierende Variable mit Blick auf die Entstehung psychischer Erkrankungen darstellt. Dies kann uns zur Diskussion im Seminar dienen. Ebenso können eigene Beispiele der TN im Seminar eingebracht werden, um differenzierend und kontrovers zu diskutieren. Da es sich um ein neues Konzept handelt, bedarf es an Auseinandersetzung, um sich mit diesem vertraut zu machen und zu differenzieren, was denn was „Hochsensitivität“ sei und was nicht. Weiterhin stellt sich für die Praxis natürlich die Frage: „Wie gehe ich als Therapeut mit der Hochsensitivität um?“ Es gibt hier kaum Manuale oder Handlungsanweisungen. Und da mit diesem Merkmal sich auch ein wissenschaftlich neuer Bereich erschließt, könnte es für forschungsinteressierte Ausbildungskandidaten „schmackhaft“ Themengebiet sein - zum Beispiel wenn eine praxisorientierte Promotion angestrebt wird.