

„Hochsensibilität ist eine große Gabe“

Jeder Mensch nimmt durch seine Sinne Eindrücke von außen auf: Licht, Geräusche, Geruch, Geschmack und Berührungen.

Alle diese Eindrücke werden gefiltert, damit es nicht zu einer Überforderung des Nervensystems kommt.



Es gibt jedoch Menschen – Schätzungen gehen von fünfzehn bis zwanzig Prozent der Bevölkerung aus – bei denen diese Filterfunktionen nur bedingt ausgeprägt sind. Sie nehmen aufgrund von besonderen Veranlagungen wesentlich mehr Reize auf als andere und müssen diese Reize zudem intensiver selektieren, verarbeiten und speichern. Man spricht in einem solchen Fall von Hochsensibilität.

Den meisten hochsensiblen Personen (HSPs) ist diese Besonderheit allerdings nicht bewusst, sie wissen nicht, warum sie von klein auf durch einen Alltag bis zur Erschöpfung herausgefordert werden, der anderen Menschen viel weniger auszumachen scheint.

Antworten auf diese Frage, Hilfe und Unterstützung bietet **AURUM CORDIS**, das erste Kompetenzzentrum für hochsensible Menschen in Deutschland mit Sitz in Buxtehude bei Hamburg. „AURUM CORDIS ist Netzwerk und Begegnungsstätte, bietet Therapiemöglichkeiten und medizinische Versorgung, individuelle Beratung und Begleitung, Anamnese, Diagnostik, Prävention und Schulungen“, so Jutta Böttcher, Gründerin und Geschäftsführerin des neuartigen Instituts. Unterstützt werden die betroffenen Personen selbst, ihre Familien, Freunde und Arbeitgeber.

„Hochsensible Personen können, wenn sie um ihre besondere Veranlagung wissen und das für sie passende Umfeld haben, ein



sehr intensives Leben führen, ausgeglichen und in sich ruhend sein. Bei vielen ist dies jedoch leider nicht der Fall“, so Böttcher weiter. Da HSPs eine erhöhte Anzahl und oftmals auch sehr spezielle Eindrücke, wie z.B. zwischenmenschliche Emotionen oder intuitives Wissen verarbeiten müssen, benötigen

sie dazu mehr Zeit und mehr Ruhe als andere. Zwei Faktoren, die heutzutage eher selten sind. Hochsensibilität führt dann häufig zu einer Überreizung des Nervensystems, zu Unruhe, Burn Out oder Depressionen. Weder der HSP selbst noch den Menschen in Familie und Umfeld ist bewusst, warum es dazu kommt, warum die Empfindungen so anders sind und wie man damit umgehen soll.

AURUM CORDIS

Jutta Böttcher
Stader Str. 32
21614 Buxtehude
Telefon: 04161.714 712
info@aurum-cordis.de
www.aurum-cordis.de