



Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach)

Anne Heintze

 **Download**

 **Online Lesen**

Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) Anne Heintze

 [Download Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ...pdf](#)

 [Read Online Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensibl ...pdf](#)

Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach)

Anne Heintze

Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) Anne Heintze

Downloaden und kostenlos lesen Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) Anne Heintze

128 Seiten

Kurzbeschreibung

Hochsensibel? Erkennen und entfalten Sie Ihr Potenzial! „Ach, der ist so sensibel“ oder „Du bist ja eine Prinzessin auf der Erbse!“ sind Sätze, die hochsensible Menschen sehr oft aus ihrem Umfeld hören. Rund 10% aller Menschen sind hochsensibel: Sie nehmen aufgrund einer physiologischen Disposition mit ihren fünf Sinnen die unterschiedlichsten Reize wie Geräusche oder Gerüche und Stimmungen und Emotionen anderer viel stärker wahr und leiden deshalb oft an der Reizüberflutung unseres hektischen Alltags. Als Sensibelchen abgestempelt fühlen sich Hochsensible häufig ausgegrenzt. Wenn es aber gelingt, diese intensiven Wahrnehmungen gesund und förderlich in den Alltag zu integrieren, zeigt sich, dass Hochsensibilität eine besondere Gabe ist: hochsensible Menschen können mehr Informationen aufnehmen und haben ein besonderes Gespür für andere Menschen und deren Bedürfnisse. Anne Heintze, Coach für Hochbegabte und Hochsensible und Gründerin der „Open Mind Akademie“ zeigt in diesem Kleinen Coach, wie Hochsensible ihre Lebens- und Arbeitsbedingungen an ihre Veranlagung anpassen können und mit Hilfe leicht umsetzbarer Übungen aus ihrer vermeintlichen Schwäche eine Stärke machen können. Mit Hilfe eines Selbsttest lässt sich erkennen, welcher Wahrnehmungstyp man ist und welcher Lebensbereich besonders betroffen ist. Alltagstaugliche Methoden helfen, sich selbst und die eigene Feinfühligkeit besser anzunehmen und zu schätzen, die eigenen Denkmuster zu ändern, sich vor der Reizüberflutung besser zu schützen und die Hochsensibilität schließlich als Gabe zu entdecken. Über den Autor und weitere Mitwirkende Anne Heintze ist führende Expertin für Hochbegabung, Hochsensibilität und Hochsensitivität bei Erwachsenen in Deutschland. Sie arbeitet seit 25 Jahren mit Menschen als Coach und Ausbilderin. Als Gründerin und Inhaberin der Open Mind Akademie berät und unterstützt Anne Heintze Menschen mit besonderen Persönlichkeitsmerkmalen dabei, ihr Potential voll auszuschöpfen. Anne Heintze lebt und arbeitet in München.

Download and Read Online Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) Anne Heintze #XWSIM216EYT

Lesen Sie Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) von Anne Heintze für online ebook Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) von Anne Heintze Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) von Anne Heintze Bücher online zu lesen. Online Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) von Anne Heintze ebook PDF herunterladen Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) von Anne Heintze Doc Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) von Anne Heintze Mobipocket Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (GU Der kleine Coach) von Anne Heintze EPub