

# Neue Literatur (Hoch-)sensibilität

## wissenschaftliche Literatur zu Hochsensibilität

### 1. Zeitschriftenartikel

Acevedo, B. P., Aron, E. N., Aron, A., Brown, L. L., Collins, N., & Sangster, M.-D. (2014). The highly sensitive brain: an fMRI study of sensory processing sensitivity and response to others' emotions. *Brain and Behavior*. doi: 10.1002/brb3.242

Ahadi, B., & Basharpour, S. (2010). Relationship Between Sensory Processing Sensitivity, Personality Dimensions and Mental Health. *Journal of Applied Sciences*, 10, 570-574.

Aron, A., Ketay, S., Hedden, T., Aron, E. N., Markus, H. R., & Gabrieli, J. D. E. (2010). Temperament trait of sensory processing sensitivity moderates cultural differences in neural response. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 5, 219-226.

Aron, E. (2006). The clinical implications of Jung's concept of sensitiveness. *Journal of Jungian Theory and Practice*, 8, 11-43.

Aron, E. N. (1996). "Counseling the highly sensitive person." *Counseling and Human Development*, 28, 1-7.

Aron, E. N. (2004). Revisiting Jung's concept of innate sensitiveness. *Journal of Analytical Psychology*, 49, 337-367.

Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 345-368.

Aron, E. N., Aron, A., & Davies, K. M. (2005). Adult Shyness: The Interaction of Temperamental Sensitivity and an Adverse Childhood Environment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 181-197.

Aron, E., Aron A., and Jagiellowicz, J. (2012). Sensory processing sensitivity: A review in the light of the evolution of biological responsivity. *Personality and Social Psychology Review*, 16, 262-282.

Bakker, K., & Moulding, R. (2012). Sensory-Processing Sensitivity, dispositional mindfulness and negative psychological symptoms. *Personality and Individual Differences*, 53, 341-346.

Belsky, J., & Pluess, M. (2009). Beyond diathesis stress: Differential susceptibility to environmental influences. *Psychological Bulletin*, 135, 885-908.

Belsky, J., & Pluess, M. (2009). Why Therapy Should Fail (Sometimes): Differential Susceptibility to Environmental Influences. *New Therapist*, 62, 18-27.

Benham, G. (2006). The highly sensitive person: Stress and physical symptom reports. *Personality and Individual Differences*, 40, 1433-1440.

Blach, C., & Egger, J. W. (2014). Hochsensibilität – ein empirischer Zugang zum Konstrukt der hochsensiblen Persönlichkeit. *Psychologische Medizin*, 25, 4-16. ([Vorstellung](#))

Booth, C., Standage, H., & Fox, E. (2015). Sensory-processing sensitivity moderates the association between childhood experiences and adult life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 87, 24-29.

Boterberg, S., & Warreyn, P. (2016). Making sense of it all: The impact of sensory processing sensitivity on daily functioning of children. *Personality and Individual Differences*, 92, 80-86.

Brindle, K., Moulding, R., Bakker, K., & Nedeljkovic, M. (2015). Is the relationship between sensory-processing sensitivity and negative affect mediated by emotional regulation? *Australian Journal of Psychology*, 67, 214-221.

Chen C., Chen C., Moyzis R., Stern H., He Q., et al. (2011). Contributions of Dopamine-Related Genes and Environmental Factors to Highly Sensitive Personality: A Multi-Step Neuronal System-Level Approach. *PLoS ONE* 6(7): e21636. doi:10.1371/journal.pone.0021636

Chen, C., Xiu, D., Chen, C., Moyzis, R., Xia, M., He, Y., Xue, G., Li, J., He, Q., Lei, X., Wang, Y., Liu, B., Chen, W., Zhu, B., & Dong, Q. (2015). Regional Homogeneity of Resting-State Brain Activity Suppresses the Effect of Dopamine-Related Genes on Sensory Processing Sensitivity. *PLoS ONE* doi: 10.1371/journal.pone.0133143

Ellis, B. J., Boyce, T., Belsky, J., Bakermans-Kranenburg, M. J., & van Ijzendoorn, M. H. (2011). Differential susceptibility to the environment: An evolutionary–neurodevelopmental theory. *Development and Psychopathology*, 23, 7–28.

Evans, David E., & Rothbart, Mary K. (2008). Temperamental sensitivity: Two constructs or one? *Personality and Individual Differences*, 44, 108-118.

Evers, A., Rasche, J., & Schabracq, M. J. (2008). High sensory-processing sensitivity at work. *International Journal of Stress Management*, 15, 189-198.

Gearhart, Christopher C., & Bodie, Graham D. (2012). Sensory-Processing Sensitivity and Communication Apprehension: Dual Influences on Self-Reported Stress in a College Student Sample. *Communication Reports*, 25, 27-39.

Gearhart, Christopher C. (2014). Sensory-Processing Sensitivity and Nonverbal Decoding: The Effect on Listening Ability and Accuracy. *International Journal of Listening*, 28, 98-111.

Gerstenberg, F. (2012). Sensory-processing sensitivity predicts performance on a visual search task followed by an increase in perceived stress. *Personality and Individual Differences*, 4, 496-500.

Hartman, S., & Belsky, J. (2015). An Evolutionary Perspective on Family Studies: Differential Susceptibility to Environmental Influences. *Family Process*, doi:

10.1111/famp.12161.

Hofmann, S. G., & Bitran, S. (2007). Sensory-processing sensitivity in social anxiety disorder: Relationship to harm avoidance and diagnostic subtypes. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 944-954.

Jagiellowicz, J., Aron, A., & Aron, E. N. (2016). Relationship between the temperament trait of sensory processing sensitivity and emotional reactivity. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 44(2), 185-199.

Jagiellowicz, J., Xu, X., Aron, A., Aron, E., Cao, G., Feng, T., & Weng, X. (2010) The trait of sensory processing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. *Social Cognitive and Affective Neuroscience, Advance Access March 4, 2010.*

Jawer, M. (2005). Environmental Sensitivity: A Neurobiological Phenomenon? *Seminars in Integrative Medicine*, 3, 104-109.

Jerome, E. M., & Liss, M. (2005). Relationships between sensory processing style, adult attachment, and coping. *Personality and Individual Differences*, 38, 1341-1352.

Jonsson, K., Grim, K., & Kjellgren, A. (2014). Do highly sensitive persons experience more nonordinary states of consciousness during sensory isolation? *Social Behaviour and Personality*, 42, 1495-1506.

Kemler, D. S. (2006). Sensitivity to Sensoriprocessing, Self-Discrepancy, and Emotional Reactivity of Collegiate Athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 102, 747-759.

Levit-Binnun, N., Szepeswol, O., Stern-Ellran, K., & Engel-Yeger, B. (2014). The relationship between sensory responsiveness profiles, attachment orientations, and anxiety symptoms. *Australian Journal of Psychology*, 66, 233-240.

Liss, M., Mailloux, J., & Erchull, M. J. (2008). The relationship between sensory processing sensitivity, alexithymia, autism, depression, and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 45, 255-259.

Liss, M., Timmel, L., Baxley, K., & Killingsworth, P. (2005). Sensory processing sensitivity and its relation to parental bonding, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 39, 1429-1439.

Meyer, B., Ajchenbrenner, M., & Bowles, D. P. (2005). Sensory sensitivity, attachment experiences, and rejection responses among adults with borderline and avoidant features. *Journal of Personality Disorders*, 19, 641-658.

Neal, J. A., Edelman, R. J., & Glachan, M. (2002). Behavioural inhibition and symptoms of anxiety and depression: Is there a specific relationship with social phobia? *British Journal of Clinical Psychology*, 41, 361-374.

Pluess, M. (2015). Individual Differences in Environmental Sensitivity. *Child Development Perspectives*, 9, 138-143.

Pluess, M., Belsky, J. (2010). Children's differential susceptibility to effects of parenting.

Family Science, 1, 14-25.

Pluess, M., & Belsky, J. (2012, October 1). Vantage Sensitivity: Individual Differences in Response to Positive Experiences. *Psychological Bulletin*. (Advance online publication. doi:10.1037/a0030196)

Pluess, M., & Boniwell, I. (2015). Sensory-Processing Sensitivity predicts treatment response to a school-based depression prevention program: Evidence of Vantage Sensitivity. *Personality and Individual Differences, 82, 40–45.*

Rizzo-Sierra, C. V., Duran, M. C., & Leon-Sarmiento, F. E. (2011). Highly sensitive trait and ectomorphism: another link on creativity and psychopathology. *Canadian Journal of Psychiatry, 56, 702.*

Rizzo-Sierra, C. V., Leon, M. E., & Leon-Sarmiento, F. E. (2012). Higher sensory processing sensitivity, introversion and ectomorphism: New biomarkers for human creativity in developing rural areas. *Journal of Neurosciences in Rural Practice, 3, 159–162.*

Sadoughi, Z., Vafaei, M., & Rasoulzadeh Tabatabaei, S. K. (2007). The association of sensory-processing sensitivity with parenting styles and indices of psychopathology. *Advances in cognitive science, 9, 23-32.*

Sangster, M.-D. (2012). An fMRI study of sensory processing sensitivity. *Crossroads, Spring 2012, 136-174.*

Slagt, M., Dubas, J. S., Denissen, Jaap J. A., Deković, M., & van Aken, M. A. G. (2015). Personality Traits as Potential Susceptibility Markers: Differential Susceptibility to Support Among Parents. *Journal of Personality, 83, 155-166.*

Smolewska, K. A., McCabe, S. B., & Woody, E. Z. (2006). A psychometric evaluation of the Highly Sensitive Person Scale: The components of sensory-processing sensitivity and their relation to the BIS/BAS and "Big Five". *Personality and Individual Differences, 40, 1269-1279.*

Sobocko K. & Zelenski, John M. (2015). Trait sensory-processing sensitivity and subjective well-being: Distinctive associations for different aspects of sensitivity. *Personality and Individual Differences, 83, 44–49.*

Soons, I., Brouwers, A., & Tomic, W. (2010). An experimental study of the psychological impact of a Mindfulness-Based Stress Reduction Program on highly sensitive persons. *Europe's Journal of Psychology, 6, 148-169.*

## **2. Bücher und Kapitel**

Andresen, M., & Goldmann, P. (2016). „Du bist aber ein Sensibelchen!“ Diversity in Schulklassen am Beispiel der Wahrnehmungsverarbeitungssensibilität: Implikationen für die Führung. In: M. Heibler, K. Bartel, K. Hackmann, & B. Weyand (Eds.), *Leadership in der Lehrerbildung* (pp. 149-163). Bamberg: University of Bamberg Press.

Aron, E. N. (2000). High sensitivity as one source of fearfulness and shyness: Preliminary

research and clinical implications. In L. Schmidt & J. Schulkin (Eds.), *Extreme fear, shyness, and social phobia: Origins, biological mechanisms, and clinical outcomes* (pp. 251-272). New York: Oxford University Press.

Aron, E. N. (2010). *Psychotherapy and the Highly Sensitive Person*. ([Review](#))  
*Deutsche Übersetzung 2014: Hochsensible Menschen in der Psychotherapie*. ([Rezension](#))  
→ Enthält im Anhang Informationen zur Abgrenzung von Hochsensibilität zu Psychopathologien und einen Überblick über den damaligen (2010) Forschungsstand.

Aron, E. N. (2012). Temperament in psychotherapy: Reflections on clinical practice with the trait of sensitivity. In M. Zentner & R. Shiner (Eds.), *Handbook of temperament* (pp. 645-670). New York: Guilford.

Aron, E. N. (2004). The impact of temperament on intimacy and closeness. In *The Handbook of Closeness and Intimacy*. Eds. D. Mashek and A. Aron (pp. 267-283). Mahwah, NJ: Erlbaum.

## 2a. Rezensionen

McManus, H. (2012). Review of the book *Psychotherapy and the Highly Sensitive Person*, by E. N. Aron. *Counselling and Psychotherapy Research*, 12, 163-164.

## 3. Qualifikationsarbeiten

### a) Dissertationen

Bearce, Jennifer (2008). *Fibromyalgia: Do temperament type and sensory processing sensitivity play a role in onset of illness?* (Dissertation The University of the Rockies).

Blach, Christina (2016). *Ein empirischer Zugang zum komplexen Phänomen der Hochsensibilität* (Dissertation Medizinische Universität Graz). ([Rezension](#))

Gearhart, Christopher Charles (2012). *Communicating While Stimulated: The Effects of Sensory-Processing Sensitivity on Behavior and Relationships* (Dissertation Louisiana State University).

Goldstein, Elena Manda (2008). *The relationship between Sensory Processing Sensitivity and disordered eating attitudes in women* (Dissertation George Mason University)

Jagiellowicz, Jadwiga Anna (2012). *The Relationship between the Temperament Trait of Sensory Processing Sensitivity and Emotional Reactivity* (Dissertation Stony Brook University).

Lombard, Annemarie (2012). *The effect of sensory processing on the work performance of call centre agents in a South African context*. (Dissertation University of Cape Town).

Springborn, Maria (2013). *Zusammenhänge von Wahrnehmungsschwellen und Persönlichkeit* (Dissertation Technische Universität Dresden).

## **b) Abschlussarbeiten**

Achatz-Leithold, Ingrid (2014). Das Konstrukt der Hochsensibilität und seine Relevanz in der Psychosozialen Beratung (Masterthesis Donau-Universität Krems).

→ *Bei Interesse an der Arbeit bitte mit uns Kontakt aufnehmen.*

Achermann, Eva-Maria (2013). Unterrichtsqualität aus der Sicht hochsensitiver Menschen (Master-Arbeit Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik Zürich). – x7

Bergé, Julie (2014). Voll Sinn-voll. Klientenzentrierte Gesprächsführung im Rahmen des § 16a SGB II mit hochsensiblen Persönlichkeiten (Bachelorarbeit Duale Hochschule Baden-Württemberg).

Berndorfer, Iris (2016). Schluss mit dem Beinamen Mimose für Prinzessin und Prinz auf der Erbse. Das Konstrukt der Hochsensibilität – Wissenschaftliche Aspekte und Relevanz für die Psychotherapie. (Bakkalaureaarbeit Sigmund Freud Privatuniversität Wien).

→ *Bei Interesse an der Arbeit bitte mit uns Kontakt aufnehmen.*

Blumentritt, Lena (2012). High sensory-processing sensitivity: Eine empirisch-quantitative Studie zu Hochsensitivität (Diplomarbeit Universität Bielefeld).

Borries, Franziska (2012). Gibt es die "Hochsensiblen"? Eine taxometrische Untersuchung des Persönlichkeitskonstrukts Sensory-Processing Sensitivity (Diplomarbeit Universität Bielefeld).

→ *Bei Interesse an der Arbeit bitte mit dem Betreuer Dr. Ostendorf unter [upsyf007@uni-bielefeld.de](mailto:upsyf007@uni-bielefeld.de) Kontakt aufnehmen. Zusammenfassende Poster finden Sie (auf Englisch und Deutsch) [hier](#).*

Buul, Eveline van (2013). Associations between responsive and permissive parenting behavior and empathic behavior in children: The moderating role of sensory processing sensitivity. (Masterarbeit Universität Utrecht).

Carstensen, Linnea (2012). Hochsensibilität und Schule (Bachelorarbeit Universität Flensburg).

Durbach, Lisa-Mandi (2011). The use of interactive stories to deal with awareness of high sensitivity in middle childhood (Masterarbeit Potchefstroom Campus of the North-West University).

Eggenweber, Lydia, & Zan, Andrea (2015). Hochsensibilität und soziale Isolation Hochbegabter: welche Faktoren bedingen eine psychosoziale Eingliederung hochbegabter und hochsensibler SchülerInnen in das schulische Umfeld? (Bachelorarbeit Pädagogische Hochschule Wien)

Furtner, Elisabeth (2014). Hochsensibilität. Eine weitere Schubladisierung oder Hilfe zum besseren Verständnis von Kindern in der Grundschule? (Bachelorarbeit Pädagogische Hochschule Oberösterreich).

Harvey, Emma (2014). Eye of the beholder: The effects of creativity and sensitivity on colour perception (Abschlussarbeit Higher Diploma in Arts in Psychology Dublin Business School).

Hantel, Katy (2012). Auswirkungen von Hochsensibilität auf Schlaf und Traum (Bachelorarbeit Institute of Christian Psychology).

→ *Bei Interesse an der Arbeit bitte mit uns Kontakt aufnehmen.*

Hoffmeister, Eva (2012). Warum ich weiß, was du denkst – Hochsensibilität und soziale Perspektivenübernahme (Masterarbeit Universität Bonn)

→ *Bei Interesse an der Arbeit bitte mit uns Kontakt aufnehmen.*

Kienzl, Birgit Esther (2014). Die Bedeutung des Konstrukts der „Hochsensibilität“ für die Lebensbewältigung im Jugendalter exemplarisch untersucht anhand des Selbstwerts (Masterarbeit Universität Graz).

Klassen, Marija (2016). Mit feinen Antennen – Überlegungen zur Förderung hochsensitiver Kinder im pädagogischen Kontext (Bachelorarbeit Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst Hildesheim).

→ *Bei Interesse an der Arbeit bitte mit [klassen@hochsensibel.org](mailto:klassen@hochsensibel.org) Kontakt aufnehmen.*

Klein, Diana (2011). Die Natürlichkeit, der besondere Wert und die speziellen Herausforderungen eines hochsensiblen Menschen (HSP) im Berufsfeld der Sozialpädagogik (Bachelorarbeit Hochschule Lausitz).

Lang-Bergamin, Miriam, Müller, Rebekka (2012). Hochsensible Kinder in der Schule: Wie kann heilpädagogisch angemessen mit diesen Kindern umgegangen werden? (Masterthese Hochschule für Heilpädagogik Zürich). – x7

Lengyel, Ronald (2013). Wirtschaftsfaktor: Hochsensibilität (Masterarbeit). – x7

Liebram, Carolin (2014). Hochsensibilität im Kontext von prosozialem und kooperativem Verhalten (Masterarbeit Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg).

→ *Bei Interesse an der Arbeit bitte mit der Autorin unter [c.liebram@hochsensibel.org](mailto:c.liebram@hochsensibel.org) Kontakt aufnehmen.*

Lindner, Maria-Lena (2013). Hochsensitivität und Lebenszufriedenheit: Eine Zusammenhangsanalyse (Bachelorarbeit Universität Innsbruck).

Lorenz, Sarah (2016). Die Chancen und Risiken des Persönlichkeitsmerkmals der Hochsensibilität nach Elaine N. Aron im Verhältnis zu den klientenbezogenen Handlungsarten der systemischen Sozialen Arbeit nach Peter Lüssi (Bachelorarbeit Internationale Hochschule Liebenzell).

Marxer Schweiter, Hildegard (2015). Zusammenhang zwischen Charakterstärken und subjektivem Wohlbefinden bei hochsensitiven und nicht-hochsensitiven Erwachsenen (Masterarbeit Universität Zürich).

→ *Bei Interesse an der Arbeit bitte mit der Autorin unter [marxer@hochsensibel.org](mailto:marxer@hochsensibel.org) Kontakt aufnehmen.*

Muva, Sina, Pallaske, Christin (2015). Hochsensibilität als Persönlichkeitsmerkmal im Berufsfeld der Sozialen Arbeit (Bachelorarbeit Hochschule Mittweida).

Naus, Anne Sophie (2015). Sensory processing sensitivity as a potential determinant of pain

intensity and physical functioning in chronic pain patients (Masterarbeit Universität Leiden).

Petriz, Christina Maria (2014). Spiritualität und Selbstregulation als Ressource bei hochsensiblen Personen: Untersuchung des Effekts von Spiritualität und Selbstregulation als Schutzfaktor im Zusammenhang mit negativen Affekt, Alltagsstress und Hochsensibilität (Diplomarbeit Universität Klagenfurt).

Pilgerstorfer, Markus (2014). „Hochsensible Lernende im Kontext von Schule und Studium“ - Qualitative Analyse von Erfahrungsberichten (Masterarbeit Universität Wien).

Prendl, Stefanie (2014). Hochsensible Kinder und Jugendliche: Entwicklung eines Konzepts zum förderlichen Umgang im schulischen Kontext (Bachelorarbeit Pädagogische Hochschule Salzburg).

→ Die Autorin stellt die Ergebnisse ihrer Arbeit [hier](#) (ab S. 100) vor.

Riedrich, Helmut (2016). Der Umgang mit hochsensiblen Menschen in der sozialpädagogischen Arbeit (Examensarbeit Fachhochschule Oberösterreich Standort Linz).

Sackewitz, Ralf (2005). Die hochsensible Persönlichkeit - eine erste deutsche Studie zur Hochsensibilität unter Einbeziehung des Aspekts von Angst als Zustand und Angst als Eigenschaft (Medizinische Diplomarbeit Universität Leipzig).

Schakau-Hübner, Benita (2016). Hochsensitivität. Merkmale und ihre psychosozialen Auswirkungen unter Berücksichtigung neurowissenschaftlicher Gesichtspunkte (Bachelorarbeit Fachhochschule der Diakonie Bielefeld).

→ Bei Interesse an der Arbeit bitte mit der Autorin unter [benita.schakau-huebner@hochsensibel.org](mailto:benita.schakau-huebner@hochsensibel.org) Kontakt aufnehmen.

Schwengler, Kristina (2015). Hochsensibilität: ein Leben mit besonderer Begabung und Herausforderungen; Auswirkungen auf das Studium der Sozialen Arbeit (Bachelorarbeit Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst Hildesheim).

→ Es ist uns leider bisher nicht gelungen, der Arbeit habhaft zu werden. .

Sobocko, Karin (2012). The relationship between ego-depletion and sensory processing sensitivity (Masterarbeit Carleton-Universität Ottawa).

Tews, Tabea (2010). Hochsensibilität - Der schmale Grat zwischen Krankheit und Fähigkeit (Bachelorthese Theologische Hochschule Friedensau).

Tillmann, Teresa (2016). The Role of Sensory-Processing Sensitivity in Educational Contexts: A validation study (Master's Thesis Ludwig-Maximilians-Universität München).

→ Die Autorin steht für Nachfragen unter [teresa.tillmann@hochsensibel.org](mailto:teresa.tillmann@hochsensibel.org) zur Verfügung.

Trappmann, Birgit (2008). Das Phänomen Hochsensitivität und der Zusammenhang mit AD(H)S: eine kritische Reflexion (Bachelorarbeit Fernuniversität Hagen).

Valojää, Anton (2015). The effect of sensory-processing sensitivity on social preference for online interaction and associated outcome on psychological wellbeing (Masterarbeit Universität Jyväskylä).



Viglucchi, Alexandra (2013). The role of sensory processing sensitivity in romantic relationship fulfillment (Honors Thesis Siena College, Albany).

Waldert, Lisa (2013). Hochsensibilität - Fluch oder Segen? Eine differenzierte Betrachtung bisheriger Forschungsergebnisse (Bachelorarbeit Hochschule Harz Wernigerode).

→ Bei Interesse an der Arbeit bitte mit der Autorin unter [lisiebisie@web.de](mailto:lisiebisie@web.de) Kontakt aufnehmen.

Wunderlich, Erik (2011). Hochsensibilität und soziale Ängste – ein integratives Entwicklungspfadmodell (Bachelorarbeit Freie Universität Berlin).

Wyrsh, Patrice (2016). Sensory-processing sensitivity as a firm resource – A source of sustained competitive advantage? (Masterarbeit Universität Bern).

x7 – Diese Arbeit wurde rezensiert in [Intensity 7](#).  
Nichtfiktionale Bücher, eBooks und Audio-CDs

– Aron, Elaine, Sind Sie hochsensibel? (amazon)

Das „Standardwerk“ zum Thema Hochsensibilität von der Entdeckerin des Phänomens. Ob das englische Original (amazon), die deutsche Übersetzung oder doch das Buch von Georg Parlow besser ist - die Geister scheiden sich. Wir haben das Buch rezensiert.

– Parlow, Georg, Zart Besaitet (amazon)

Die seinerzeit erste deutschsprachige Veröffentlichung zum Thema. Auf den Seiten des Festland-Verlags finden sich die ersten vier Kapitel zum online lesen. Auch weltbild.de erlaubt einen Vorabblick in das Buch.

-----

– Aron, Elaine, Das hochsensible Kind (amazon)

Da die Erziehung hochsensibler Kinder ein großes Thema in der „Szene“ zu sein scheint, haben wir das Werk rezensiert.

– Aron, Elaine, Hochsensibilität in der Liebe (amazon)

Arons Werk über Paarbeziehungen hochsensibler Personen in deutscher Übersetzung.

– Aron, Elaine, Sind Sie hochsensibel?: Ein praktisches Handbuch für hochsensible Menschen (amazon)

Die Übersetzung von Arons Workbook (= Buch mit praktischen Übungen). Eine Leseprobe findet sich auf der Website des Verlags. Wir werden die Neuerscheinung aus 2014 vermutlich in Intensity 8 vorstellen.

– Appel, Jennie, Die Kraft der Erde für Hochsensible (amazon)

Ein Hörbuch mit Meditationen aus Anfang 2015. Wir werden uns die CD anhören und ggf. in einer der nächsten Ausgaben unserer Mitgliederzeitschrift Intensity vorstellen.

– Bolls, Ulrike Domenika, Meditation für Hochsensible: Lebensqualität & Eigenverantwortung mit Hochsensibilität (amazon)

Wir veröffentlichten eine Rezension in Intensity 5.

– Diercks, Nicole, Hochsensibel?!: Zwischen Ekstase und Burnout (amazon)

Seit September 2014 ist das Buch des Verlages Books on Demand verfügbar. Wir wissen aktuell sehr wenig darüber, werden es uns aber in den nächsten Monaten anschauen.

– Dinkel, Sabine, Hochsensibel durch den Tag (amazon)

Sabine Dinkel ist Beraterin und Coach in Hamburg; ihre Website findet sich hier. Ihr im Januar 2016 erschienenenes Buch enthält viele praktische Tipps; uns freut insbesondere, dass hochsensibel.org recht ausführlich vorgestellt wird. Die Vorabversion einer Rezension findet sich hier

– Felten-Leidel, Beate, Von wegen Mimose: Wie ich meine Hochsensibilität als Stärke erkannte (amazon)

Im März 2015 ist das Buch der Autorin erschienen, die anscheinend auch schon über Angst geschrieben hat. Wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Fischer, Iris, Hochsensibilität - das besondere Geschenk der Natur: mit allen Facetten authentisch leben in Alltag - Liebe - Beziehung (amazon)

Aus Juni 2016 stammt das Buch der systemischen Therapeutin, deren Website unter <http://www.sensible-seele.net/> zu finden ist. Wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Friedrich, Hedi, Hochsensibilität als Stärke: Wie das Leben in den verschiedenen Lebensphasen gelingen kann (amazon).

Hedi Friedrich ist Psychologische Psychotherapeutin und Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin in Frankfurt (Main). Seit über zehn Jahren ist sie auf Hochsensibilität spezialisiert und in der „Szene“ aktiv. Insofern war es nur eine Frage der Zeit, bis sie auch ein Buch zum Thema veröffentlicht. Dem überflogenen Vorwort entnehmen wir, dass im Buch Fallbeispiele „aus 15 Jahren Gesprächskreis mit Themenabenden“ und „der therapeutischen Praxis“ stammen. Selbstverständlich werden wir uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Göckel, Renate, Die Erbsenprinzessin (amazon)

Der Vollständigkeit halber sei dieses Werk aufgeführt, das recht negativ beurteilt wurde. Wie veröffentlichten eine Rezension in Intensity 3. Mitte 2011 erschien unter dem Titel Was Hochsensible glücklich macht: Leben mit einer seelischen Begabung (amazon) eine Taschenbuchausgabe.

– Grebe, Barbara, Immer auf Empfang (Audiobook, amazon).

Solide Einführung in das Thema im Rahmen eines (anscheinend im Studio) aufgezeichneten Vortrags. Gestreift werden die klassischen Problematiken Arbeit und Kinder. Die Website der Autorin, die in Köln als Coach arbeitet, findet sich unter: <http://www.grebecoaching.de/>.

– Harke, Sylvia, Hochsensibel - Was tun? (amazon)

Die Autorin ist Psychologin, arbeitet als Coach und bietet Seminare zum Thema Hochsensibilität an. Vielleicht folgerichtig soll das Buch eine große Zahl von praktischen Übungen enthalten. Nähere Informationen zur Autorin und ihrer Arbeit finden sich unter: <http://www.hochsensibilitaet-seminare.de>. Wir werden das 2014 erschienene Buch in Intensity 8 vorstellen; eine Vorabversion der Rezension findet sich hier.

Das Buch gibt es inzwischen auch als Hörbuch.

– Harke, Sylvia, Hochsensibel ist mehr als zartbesaitet: Die 100 häufigsten Fragen und Antworten (amazon)

Das zweite Buch der Autorin des recht erfolgreichen Werkes „Hochsensibel – was tun?“. Dass wir bisher noch nicht einmal das erste Buch besprochen haben, ist schlicht eine Folge von Überlastung, kein Unwerturteil bezüglich der Arbeit von Frau Harke. Irgendwann werden wir voraussichtlich auch dieses Buch in einer Ausgabe unserer Mitgliederzeitschrift Intensity vorstellen.

– Heintze, Anne, Außergewöhnlich normal: Hochbegabt, hochsensitiv, hochsensibel (amazon)

Nähere Informationen zur Autorin finden sich hier. Eine Rezension des Buches findet sich in Intensity 7.

– Heintze, Anne, Ich spüre was, was du nicht spürst: Wie Hochsensible ihre Kraftquellen entdecken (amazon)

Statt vieler Worte sei auf die Vorabversion unserer Rezension verwiesen.

– Hensel, Ulrike, Hochsensibel das Leben meistern (mymonk.de)

Das erste eBook der Autorin der in den nächsten beiden Einträgen genannten Bücher. Eine Leseprobe findet sich hier. Wir werden das Werk voraussichtlich in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Hensel, Ulrike, Hochsensible Menschen im Coaching - Was sie ausmacht, was sie brauchen und was sie bewegt (amazon)

Nähere Informationen zu Buch und Autorin finden sich hier. Wir werden das Werk voraussichtlich in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Hensel, Ulrike, Mit viel Feingefühl - Hochsensibilität verstehen und wertschätzen: Einblicke in ein gar nicht so seltenes Phänomen (amazon)

Nähere Informationen zu Buch und Autorin finden sich hier. Wir haben das Werk in Intensity 6 vorgestellt.

– Hildebrand, Britta, Mama, Papa - ich habe kein ADS! Ich bin hochsensibel: Ein Ratgeber für Eltern, die ihre Kinder vom Mythos ADS befreien wollen (amazon)

Die Website der Autorin dieses im Juli 2016 erschienen Buches – <http://www.brittahildebrandt.de/> – lässt auf eine Offenheit gegenüber Behandlungsmethoden schließen, die nach den Paradigmen des wissenschaftlichen Weltbildes eigentlich nicht funktionieren dürften. Wir werden uns das Buch trotzdem anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Karres, Britta, Komm raus, ich seh dich!: Von Glück, Selbstwirksamkeit und Wachsen hochsensibler und hochbegabter Kinder (amazon)

Der Festland-Verlag in Wien ist spezialisiert auf Literatur zum Thema Hochsensibilität. Die Neuerscheinung aus Februar 2016 ist nach dem Buch Empfindsam erziehen von Julie Leuze seine zweite Veröffentlichung zum Thema hochsensible Kinder. Britta Karres ist Psychosoziale Beraterin; nähere Informationen zu Person und Buch finden sich auf ihrer Website unter: <http://www.britta-karres.de/>. Wir werden uns das neue Buch anschauen; es kann allerdings dauern, bis wir dies in einer Ausgabe der Intensity vorstellen.

– Kegel, Corinna, Die fabelhafte Welt der Hochsensiblen und Hochbegabten (amazon)

Corinna Kegel ist Coach für Hochbegabte und Hochsensible in Hamburg; auf ihrer Website finden sich auch nähere Informationen zu ihrem Buch sowie eine Leseprobe. Wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Kunkat, Stefan, Mein HSP-Coach: Hochsensibel leben (amazon)

Das neue Buch des Betreibers der Website [hochsensibel-test.de](http://hochsensibel-test.de), der auch unter dem Pseudonym Matthias Wiese auftritt, lässt 26 Coaches zum Thema Hochsensibilität zu Wort kommen. Nähere Informationen finden sich auf der Website des Buches unter: <http://www.hochsensibel-test.de/mein-hsp-coach/>. Wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Leuze, Julie, Empfindsam erziehen - Tipps für die ersten 10 Lebensjahre des hochsensiblen Kindes (amazon)

Julie Leuze ist Fachjournalistin und IFHS-Mitgliedern als Autorin für die Mitgliederzeitschrift Intensity bekannt. Das Inhaltsverzeichnis ist hier einsehbar. Wir haben das Buch in Intensity 4 rezensiert.

– Lüling, Christa und Dirk, Lastentragen - die verkannte Gabe (amazon)

Das Werk beschreibt den hochsensiblen "Lastenträger", eine Art besonders empathischer Unterfall der HSP. Es enthält Informationen über Kindheit und Jugend von HSPs, ist aber sehr christlich geprägt, was einige Leser möglicherweise irritiert. Wir können auf eine Rezension verweisen.

– Lüling, Christa und Dirk, Mit feinen Sensoren (TEAM.F)

Das neue Buch der christlich geprägten Autoren aus Lüdenscheid behandelt hochsensible Kinder. Wir werden es in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Marletta Hart, Susann, Achtsam leben mit Hochsensibilität (amazon)

Ein Buch mit Audio-CD. Wir haben es in Intensity 5 rezensiert.

– Marletta Hart, Susann, Leben mit Hochsensibilität: Herausforderung und Gabe (amazon)

Ein einführendes Buch der niederländischen Autorin. In Intensity 2 findet sich eine Rezension.

– Marletta Hart, Susann, Leben mit hochsensiblen Kindern: Einfühlsame Unterstützung für Ihr Kind (amazon)

Eine Vorstellung des Buches findet sich in Intensity 7.

– Moeberg, Susanne, Ja, ich spüre mehr: Gut leben mit Hochsensibilität (amazon)

Ein im März 2016 erschienenes Buch; beim ersten Durchblättern fällt ein liebevoll wirkendes Design auf. Ein paar nähere Informationen finden sich auf der Website des Verlags unter: <http://www.scorpio-verlag.de/Buecher/208/Ja-ich-spuere-mehr---Leichter-leben.html>. Wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben unserer Mitgliederzeitschrift Intensity vorstellen.

– Moeberg, Susanne, Seelenschutz für Hochsensible (Achtsam leben) (amazon)

Ein im September 2016 erschienenes Buch; wie der Titel nahelegt geht es um Achtsamkeit. Wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben unserer Mitgliederzeitschrift Intensity vorstellen.

– Naegeli, Antje Sabine, Zwischen Begabung und Verletzlichkeit: Leben mit Hochsensibilität (amazon)

Die Autorin des im Juli 2016 erschienen Buches ist anscheinend als Psychotherapeutin der Schweiz tätig. Wir werden es uns anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Nebel, Jutta, Hochsensible voll im Leben (amazon)

Das zweite Buch der Heilpraktikerin, das an seinen Vorgänger anschließt (siehe sogleich). In Intensity 2 findet sich eine Rezension.

– Nebel, Jutta, Wenn du zu viel fühlst (amazon)

Das erste Buch zum Thema Hochsensibilität der Heilpraktikerin, die auch Beratung für Hochsensible anbietet. Ihre Internetpräsenz mit Leseproben findet sich hier. Der IFHS hat das Werk rezensiert.

– Oak, Emely, Schlag auf Schlag - Der Weg einer jungen, hochbegabten Frau nach einer Hirnblutung (Syntropia)

Die Autorin hat uns angeschrieben und uns auf ihr Buch hingewiesen. In Inhaltsangaben im Internet ist nur die Rede von Hochbegabung, nicht von Hochsensibilität; trotzdem werde Hochsensibilität als Komponente der entscheidenden Selbsterkenntnis der Autorin intensiv behandelt. Wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Piegsda, Germanus, Sawitza, Barbara, Das Handbuch für Hochsensible: Ein Arbeitsbuch für die optimale Nutzung der Gabe Hochsensitivität (amazon)

Das Buch ist im Juli 2014 erschienen; eine Vorabversion einer Rezension, die in Intensity 8 erscheinen soll, findet sich hier.

– Pfeifer, Samuel, Der sensible Mensch (amazon)

Obschon das Werk zu Beginn eine schöne Zusammenfassung des Themas aufweist, so wurde doch kritisiert, es richte im Folgenden den Blick zu sehr auf Krankheiten bzw. verstehe Hochsensibilität selbst als Krankheit. Man urteile selbst. In Intensity 4 ist eine Rezension erschienen.

– Pfeifer, Samuel, Wenn Sensibilität zur Krankheit wird (seminare-ps.net; E-Book: [http://www.seminare-ps.net/ipad/ipad\\_SENSIB\\_Samuel\\_Pfeifer\\_Seminarheft.pdf](http://www.seminare-ps.net/ipad/ipad_SENSIB_Samuel_Pfeifer_Seminarheft.pdf))

Ein kleines Seminarheft des Autors, in dem die Aussagen o. gen. Buches zusammengefasst sein dürften. Eine Vorstellung des Heftes findet sich in Intensity 7.

– Reichardt, Eliane, Hochsensibel - Wie Sie Ihre Stärken erkennen und Ihr wirkliches Potenzial entfalten (amazon)

Eliane Reichardt arbeitet als psychologische Beraterin, Coach und Dozentin zu den Themen Hochsensibilität, Hochbegabung und Synästhesie. Nähere Informationen zu ihrer Arbeit finden sich auf ihrer Website unter: <http://www.eliane-reichardt.de/>. Wir werden uns das neue Buch anschauen; es kann allerdings dauern, bis wir dies in einer Ausgabe der Intensity vorstellen.

– Reimann-Höhn, Uta, Ist unser Sohn hochsensibel? Hochsensibilität bei Jungen erkennen und verstehen (amazon)

Die Autorin, deren Website unter <http://reimann-hoehn.de/> zu finden ist, ist Pädagogin und laut Wikipedia bekannt als Autorin pädagogischer Sachbücher und Lernmaterialien. Nach

ihrem Buch AD(H)S in der Pubertät hat sie nun über hochsensible Jungen geschrieben. Das Buch wirkt auf den ersten Blick als allgemeine Einführung in das Thema, bei der Jungen in den Fokus genommen werden. Wir werden es uns anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben unserer Mitgliederzeitschrift Intensity vorstellen.

– Riedl, Irmi, Meine starken, sanften Seiten - das kleine (ÜBER)LEBENS- und Tagebuch für die Hochsensiblen dieser Welt (amazon)

Ein kleines Ringbüchlein mit relativ wenig Text, deren Autorin viel Wert auf ansprechendes Design legt. Eine ausführliche Vorstellung findet sich in Intensity 7; ein Interview mit der Autorin auf der Website der Interviewerin Sabrina Gundert.

– Roemer, Cordula, Ich bin wie ich bin: Hochsensible Menschen berichten aus ihrem Leben (amazon)

Cordula Roemer bietet in Berlin eine professionelle Beratung für hochsensible Menschen an: <http://sensibel-beraten.de/>. Außerdem ist sie Vorsitzende des „Berliner Vereins“ zum Thema Hochsensibilität: <http://www.kiamainstitut.de/>. Der IFHS hat das Werk in Intensity 6 rezensiert.

– Rohleder, Luca, Die Berufung für Hochsensible: Die Gratwanderung zwischen Genialität und Zusammenbruch (amazon)

Eine Neuerscheinung aus April 2015. In der Pressemitteilung zum Erscheinen fallen Schlagwörter, die uns nicht ganz so gut gefallen, etwa „transzendentes Bewusstsein“, „Wiedergeburt“ oder „paranormal“. Wir werden uns das Buch trotzdem anschauen und in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen; eine Vorabversion der Rezension findet sich hier. Nähere Informationen gibt es auch auf der Verlagswebsite.

– Ruthe, Reinhold, Hochsensibilität und Depression: So bleiben Sie geschützt (amazon)

Reinhold Ruthe ist bekannt als Autor von etwa 100 Büchern unter anderem zu psychologischen Themen sowie als christlicher Therapeut. Wir vermuten, dass das im Sommer 2016 erschienene Buch Ausfluss von Seminaren des Autors zum Thema ist. Wir werden es uns anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Ruthe, Reinhold, Hochsensibel und trotzdem stark: Hilfen für Feinfühlige (amazon)

Ein paar knappe Informationen zum Autor finden sie im vorangegangenen Eintrag. Wir werden uns auch dieses im Frühjahr 2015 erschienene Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Salig, Arne, Der Regen kämpft mit meiner Fröhlichkeit: Die Seele des hochsensiblen Kindes (amazon)

Das Buch des Coaches und Psychologischen Beraters erschien Januar 2016. Die Website des Autors findet sich unter: <http://www.kraftgedanken.com/>. Wir werden uns das Buch anschauen; es kann allerdings dauern, bis wir es in einer Ausgabe der Intensity vorstellen.

– Sand, Ilse, Die Kraft des Fühlens: Hochsensibilität erkennen und positiv gestalten (amazon)



Ilse Sand arbeitet anscheinend in Dänemark als Supervisor, Coach und Therapeutin. Wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben unserer Mitgliederzeitschrift Intensity vorstellen.

– Schorr, Brigitte, Hochsensibilität: Empfindsamkeit leben und verstehen (amazon)

Brigitte Schorr ist Leiterin des Schweizer Instituts für Hochsensibilität, (das ebenfalls die Abkürzung IFHS verwendet,) das unter der Adresse: <http://www.ifhs.ch> erreichbar ist. Der IFHS/Deutschland (wir) hat das Buch in Intensity 5 rezensiert.

– Schorr, Brigitte, Hochsensible in der Partnerschaft (amazon)

Der Titel spricht für sich. Wir werden das Buch in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Schorr, Brigitte, Hochsensible Mütter (amazon)

Der IFHS hat das Werk in Intensity 6 rezensiert.

– Sellin, Rolf, Mein Kind ist hochsensibel - was tun?: Wie Sie es verstehen, stärken und fördern (amazon)

Im Mai 2015 erschien das neue Buch des Stuttgarter Heilpraktikers für Psychotherapie. Wir werden es uns für eine der nächsten Ausgaben der Intensity anschauen.

– Sellin, Rolf, Wenn die Haut zu dünn ist: Hochsensibilität - vom Manko zum Plus (amazon)

Rolf Sellin ist Heilpraktiker für Psychotherapie und Leiter des Stuttgarter HSP-Instituts:

<http://www.hsp-institut.de/> . In das 2011 erschienene Buch kann bei Weltbild hereingeschaut werden. Der IFHS hat das Werk in Intensity 4 rezensiert.

Das Buch gibt es inzwischen auch als Hörbuch, allerdings anscheinend nur elektronisch.

– Skarics, Marianne, Sensibilität und Partnerschaft - Hochsensible Menschen erzählen (amazon)

Seit September 2010 ist das zweite HS-Buch von Dr. Marianne Skarics auf dem Markt, die schon 2007 (siehe sogleich) über das Thema HSP im Arbeitsleben ein erfolgreiches Werk veröffentlicht hatte. Das Inhaltsverzeichnis ist hier einsehbar. Wir haben das Buch in Intensity 4 rezensiert.

– Skarics, Marianne, sensibel kompetent (amazon)

Ein Buch, das sich mit HSPs und dem Berufsleben beschäftigt. Erschienen im Festland-Verlag, daher zum Teil auf dessen Seiten online einsehbar. Eine Rezension findet sich hier.

– Sohst, Kathrin, Zart im Nehmen: Wie Sensibilität zur Stärke wird (amazon)

Nähere Informationen zum Buch finden sich auf dessen Website unter <http://www.zart-nehmen.de/>. Im Buch sind einige Lebensgeschichten von Hochsensiblen verarbeitet; die Autorin war mit den entsprechenden Geschichtenerzählern über einen Aufruf des IFHS in Kontakt gekommen. Die Veröffentlichung einer Rezension ist für Intensity 8 geplant; eine Vorabversion findet sich hier.

– Starkmann, Manuela, Klarheit über HochSensibilität: 125 Impulse über die Gabe, anders-normal zu sein (amazon)

Die Autorin ist Coach; nähere Informationen zu ihrer Arbeit finden sich auf ihrer Website unter <http://www.starkmann-coaching.de/>. Im Buch selbst finden sich, wie der Name schon sagt, 125 Impulse, also 125 kleine Texte zu einzelnen Themen, die in einem recht lockeren Stil gehalten sind. Wir werden uns das Buch anschauen und gegebenenfalls in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Strauch, Silvia Christine, Meine Hochsensibilität positiv gelebt: Persönliche Einsichten aus einem langen, bewegten Leben (amazon)

Eine Leseprobe des im April 2016 erschienenen Buches findet sich unter: <http://www.dielus.com/downloads/dieluspositivehochsensibleleseprobe2016.pdf>. Es ist erschienen in dem Kleinverlag dielus edition, der auch das Buch Die Berufung für Hochsensible von Luca Rohleder herausgebracht hat. Wir werden uns das Werk anschauen und gegebenenfalls in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Tomschi, Petra, Das Vielfühler Buch Hochsensibilität (Website)

Nähere Informationen mit kurzen Leseproben finden sich auf der Website des Buches. Die Autorin ist Psychologin und arbeitet in München als Coach. Wir werden das Buch voraussichtlich in Intensity 8 vorstellen.

– Trappmann-Korr, Birgit, Hochsensitiv: Einfach anders und trotzdem ganz normal: Leben zwischen Hochbegabung und Reizüberflutung (amazon)

Aus April 2010 ist das Buch der Sozialpsychologin, die auch Leiterin des Instituts Rheinberg ist. Eine Leseprobe findet sich hier; eine Rezension des IFHS findet sich in Intensity 3. Auch das Schweizer "Institut für Hochsensibilität" hat das Buch in seinem Newsletter (S.3) besprochen. Zwei Texte von Frau Trappmann-Korr können auf [hochsensibilitaet.ch](http://hochsensibilitaet.ch) gelesen werden: über AD(H)S und HS bzw. emotionale Intensität bei hochbegabten Kindern.

– Trappmann-Korr, Birgit, Hochsensitiv: Der N-Faktor: Hochsensitivität und Persönlichkeit: Eine Studie (amazon)

Die Autorin hat auch eine Studie zum Thema Hochsensibilität und Persönlichkeit durchgeführt und die Ergebnisse in einem E-Book veröffentlicht. Eine Zusammenfassung der Studie findet sich im Internet unter:

<http://www.trappmann-korr.de/hochsensitivit%C3%A4t/wissenschaftliches/>.

– Vita, Melanie S., Kritzel dich durch ... deine Hochsensibilität (amazon)

Melanie S. Vita ist Sozialpädagogin in Ulm; ihre Website findet sich unter <http://hochsensibel-leben.de/>. Mit dem bedruckten Zeichenblock kann man, so heißt es auf der Rückseite, „auf kreative Weise [seine] Hochsensibilität erkunden.“ Es finden sich 40 Seiten mit Ideen oder auch Anregungen zum Thema; seine Reaktionen auf diese kann man direkt zeichnerisch umsetzen.

– Wallner, Sabrina, Hypersensitiv: Das unbegrenzte Potential des menschlichen Geistes (amazon)

Die Beschreibung des im April 2016 erschienenen Buches auf seinem Cover erregt ein gewisses „Misstrauen“: Erstens ist von einem „neue[n] erweiterte[n] Bewusstsein“ die Rede, zweitens wird betont, dass das Buch eine „seriöse[...] Analyse“ darstelle: Qui se défend – s'accuse. Wir werden es uns trotzdem anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben unserer Mitgliederzeitschrift Intensity vorstellen.

– Wesa, Maike, Sie nannten mich Sensibelchen (amazon, XinXii)

Ein Werk, das sich schwerpunktmäßig mit Interaktion zwischen HSPs und ihrer Umwelt beschäftigt. In Intensity 2 findet sich eine Rezension.

– Wiese, Matthias, Schon immer anders: Hochsensible Leben (amazon)

Im Sommer 2014 ist das Buch von Stefan Kunkat erschienen, der unter dem Pseudonym Matthias Wiese auftritt. Er ist Betreiber der Website <http://www.hochsensibel-test.de/>, auf der ein Selbsttest zum Thema Hochsensibilität verfügbar ist. Speziellere Informationen zum Buch finden sich unter: <http://www.hochsensibel-test.de/schon-immer-anders.html>; wir werden uns das Buch anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Zeff, Ted, Glücklich leben in einer reizüberfluteten Welt – Der Ratgeber für Hochsensible (amazon)

Ted Zeff ist ein relativ prominenter Protagonist in der amerikanischen Hochsensiblen-„Szene“. Seine Website findet sich unter: <http://drtedzeff.com/>. Zur deutschen Übersetzung seines Buches The Highly Sensitive Person's Companion: Daily Exercises for Calming Your Senses in an Overstimulating World finden sich auf der Website des (deutschen) Verlags eine Leseprobe sowie das Inhaltsverzeichnis: <https://www.m-vg.de/mvg/shop/article/3652-gluecklich-leben-in-einer-reizueberfluteten-welt/>. Wir werden das Buch in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen; eine Vorabversion der Rezension ist hier verfügbar.

## Belletristik

– Belitz, Bettina, Splitterherz (amazon), Scherbenmond (amazon) und Dornenkuss (amazon)

Die Protagonistin und Ich-Erzählerin der Romane ist HSP. Der IFHS hat die Bücher in Intensity 5 vorgestellt.

– Böhm, Birgit, Alba Brunnstein – Das Geheimnis der tausend Tore (amazon)

Hauptperson des Fantasy-Kinderbuches ist die zwölfjährige hochsensible und introvertierte Alba. Wir haben uns das Buch angeschaut und in einer Rezension für Intensity 7 näher vorgestellt.

– Böhm, Birgit, Alba Brunnstein – Die Befreiung der tausend Tore (Website der Autorin)

Der zweite Band aus der geplanten Trilogie Alba Brunnstein. Nähere Informationen finden sich auf der Website des Buches: <http://www.alba-brunnstein.de/>. Ansonsten werden wir das Buch in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Damert, Miriam, Wolpi und ich (amazon)

Protagonistin des Buches ist die hochsensible Nina, die erste Schritte im Berufsleben unternimmt. Näheres findet sich in einer Rezension in Intensity 7.

– Fitzek, Sebastian, Splitter (amazon)

Eine Nebenfigur des Psychothrillers ist HSP. Details finden sich in einer Vorstellung des Buches in Intensity 3.

– Forster, Valerie, Verirrt – Erzählung über ein Leben mit Hochsensibilität (amazon)

Nähere Informationen zum Buch finden sich auf der Website der Autorin. Die Vorabversion einer für Intensity 8 geplanten Rezension findet sich hier.

– Hanke-Basfeld, Magdalene, Philipp zähmt den Grübelgeier (amazon)

Der auf Hochsensibilität spezialisierte Festland Verlag Wien hat im April 2015 ein Kinderbuch herausgebracht. Nähere Infos mit Leseprobe finden sich auf der Website des Verlags unter: <http://www.festland-verlag.com/gruebelgeier.8185.html>. Eine Vorabversion der für Intensity 8 geplanten Rezension findet sich hier.

– Leuze, Julie, Der Geschmack von Sommerregen (amazon)

Das Buch für Mädchen ab 14 erzählt die Liebesgeschichte zwischen einer Synästhetikerin und einem Hochsensiblen. Eine „Rezi“ findet sich in Intensity 7.

– Lewin, Yalda, Die dunkle Seite des Weiß (amazon)

In der Buchbeschreibung ist davon die Rede, der Protagonist sei hochsensibel, zugleich aber Experte für paranormale Phänomene. Trotz eines gewissen Stirnrunzelns haben wir das Buch für Intensity 7 gelesen.

– Lewin, Yalda, Ruf der Drachen (amazon)

Das Prequel zu oben genanntem Buch der Autorin. Auch dieses haben wir für Intensity 7 angesehen.

– Neumann, Petra, Das Handbuch für SuperFÜHLkrafthelden (amazon)

Im Anschluss an das Buch Henry mit den Superkräften, siehe unten, hat Petra Neumann die Protagonisten des Buches „ihre Trickkiste“ öffnen lassen: Das neue Werk ist anscheinend ein Arbeitsbuch für hochsensible Kinder. Nähere Informationen mit Leseprobe finden sich auf der Website des Buches. Natürlich werden wir es uns anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen.

– Neumann, Petra, Henry mit den Superkräften: ... oder warum in jedem Kind ein Held steckt (amazon)

Das Kinderbuch für hochsensible Kinder im Grundschulalter ist im Januar 2015 erschienen. Nähere Informationen mit Leseprobe finden sich auf der Website des Buches. Wir werden es uns anschauen und ggf. in einer der nächsten Ausgaben der Intensity vorstellen. Petra Neumann ist auch Autorin einiger Artikel zum Thema Hochsensible Kinder auf The Huffington Post Deutschland; eine Übersicht über ihre Texte auf besagter Plattform findet sich unter: <http://www.huffingtonpost.de/petra-neumann/>.

– Reimann, Evelyn, Die Schicksalsweberei (amazon)

Die Protagonistin des Romans ist hochsensibel, aber auch eine A.S.P. (vgl. Intensity 4): Sie macht Transpersonale Erfahrungen. Solche gehören nicht zur „Symptomatik“ der Hochsensibilität als solcher. Da es anscheinend aber keine A.S.P. gibt, die nicht auch hochsensibel sind, sind auch wir ein bisschen zuständig. Wir haben uns das Buch für eine Rezension angeschaut.

– von der Bank, Jan, Hundewache (amazon)

In diesem Thriller ist die Hauptfigur HSP und dient als Offiziersanwärter auf dem Segelschulschiff Gorch Fock. Das Buch wird in Intensity 4 vorgestellt.

## Spielfilme und Dokumentationen

– Im August 2011 startete in Deutschland der Kinofilm "Die Anonymen Romantiker", dessen Protagonisten sich in der deutschen Synchronisation als "hochsensibel" bezeichnen. Ein Trailer findet sich auf Youtube; unser Schwesternverein in Wien verlinkt das Presseheft: [http://www.zartbesaitet.net/bilder/AR\\_Presseheft\\_final.pdf](http://www.zartbesaitet.net/bilder/AR_Presseheft_final.pdf).

Der IFHS stellt den Film in Intensity 5 vor.

## – AD(H)S oder doch Hochsensibilität (loadmedical)

Ein Lehrfilm für Heilpraktiker mit einem ausführlichen Gespräch mit Betroffenen. Wir haben ihn uns angeschaut und werden in Intensity 8 eine Kritik veröffentlichen, deren Vorabversion hier gelesen werden kann.

– HighSkills: Verschenkt die Wirtschaft die Potenziale hochsensibler und hochbegabter Menschen? (Website)

Zumindest teilweise über Crowdfunding finanziert produzierte die Künstlerin und Businesstrainerin Mona Suzann Pfeil einen Dokumentarfilm über Hochsensibilität und Hochbegabung, in dem auch Manfred Spitzer und Richard David Precht zu Wort kommen. Die Vorabversion einer Kritik findet sich hier.

– Sensitive – The Untold Story (Website)

Ein Film von Elaine Aron, die das Konstrukt der Hochsensibilität postuliert hat, über das Konstrukt. Die Vorabversion einer Kritik findet sich hier.

## Literatur zum Verhältnis von Hochsensibilität zu Hochbegabung

– Brackmann, Andrea, Jenseits der Norm, Hochbegabt und hoch sensibel (amazon)

Ein Dauerbrenner in den Debatten in der „Szene“ ist das Verhältnis zwischen Hochsensibilität und Hochbegabung. Brackmann kommt aus der anderen Richtung, anscheinend übrigens ohne den Terminus „Hochsensibilität“ in dem hier verstandenen Sinn zu kennen. Auch hierzu können wir auf eine Rezension verweisen.

– Brackmann, Andrea, Ganz normal hochbegabt - Leben als hochbegabter Erwachsener (amazon)

Zu obigem Werk von Brackmann gilt Gesagtes entsprechend. Auch hierzu können wir auf eine Rezension verweisen.

Letzte Aktualisierung: 30.01.2017

### **Spezifisch Literatur über Hochsensibilität:**

Aron, E.,(2011) Sind Sie Hochsensibel? wie Sie Ihre Empfindsamkeit erkennen verstehen und nutzen. (8.Auflage) mvg Verlag München

Aron, E., (2014) Sind Sie hochsensibel?: Ein praktisches Handbuch für hochsensible Menschen. Das Arbeitsbuch mvg Verlag München

Aron, E., (1996) *The Highly Sensitive Person: How to Thrive When the World Overwhelms You* by Brody Way, New York.

Aron, E., (2001) *The Highly Sensitive Person In Love*. Harmony Books, New Yourk.

Blach, C.: (2016) *ein empirischer Zugang zum komplexen Phänomen der hochsensibilität*. Disserta Verlag, Hamburg

Broermann, C. (2014) *Hochsensible Menschen in der Psychotherapie*, Junfermann Verlag

Langosch, N. (2016). Der Streit um die Feinfühligkeit. *Gehirn & Geist*, 07/16, 14-23.

Lüling, C.&D. (2007) *Lastentragen – die verkannte Gabe*. Asaph Verlag.

Lüling, C&D (2014) *Mit feinen Sensoren* ASAPH Verlag

Parlow, G. (2014). *Zart besaitet*. Festland Verlag

Pfeifer, S. (2012). *Der sensible Mensch. Leben zwischen Begabung und Verletzlichkeit* (2. Auflage). SCM Hänssler: Holzgerlingen.

Rohleder, L. (2015). *Die Berufung für Hochsensible: Die Gratwanderung zwischen Genialität und Zusammenbruch* Verlag: Dielus Edition

Sellin, R. (2014) *Wenn die Haut zu dünn ist Hochsensibilität - vom Manko Zum Plus*. (10.Auflage) Kösel Verlag: München

Schorr, B. (2011). *Hochsensibilität Empfindsamkeit leben und verstehen* SCM Hänssler Verlag: Holzgerlingen.

#### **Webseiten:**

<http://hsperson.com>

<http://open-mind-akademie.de/hochsensitivitat-2/spirituelle-intelligenz/>

[www.hochsensibel.org](http://www.hochsensibel.org)

[www.hochsensibilitaet.org](http://www.hochsensibilitaet.org)

[www.zartbesaitet.net](http://www.zartbesaitet.net)

[www.hochsensibilitaet.ch](http://www.hochsensibilitaet.ch)

<https://hochsensibel1753.wordpress.com/>

<http://www.trappmann-korr.de/>

[www.feine-sensoren.de](http://www.feine-sensoren.de)

Test für HSP

[http://www.psychologie-heute.de/fileadmin/fm-dam/04\\_Downloads/frei/Wie\\_sensibel\\_sind\\_Sie.pdf](http://www.psychologie-heute.de/fileadmin/fm-dam/04_Downloads/frei/Wie_sensibel_sind_Sie.pdf)

#### **Weitere Literaturen:**

Dörner, K., Plog, U. (1996). *irren ist menschlich. Lehrbuch der Psychiatrie/ Psychotherapie*. (2. Auflage). [www.psychiatrie.de/verlag](http://www.psychiatrie.de/verlag).

Eifert, Georg H. (2011). *Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)*. Hogrefe: Stockholm.

Friedrich-Killinger, S. (2014). *Die Bindungsbeziehung zu Gott. Ein dynamischer Wirkfaktor in der Therapie?* Dr. Kovac: Hamburg.

Griffith, James L. (2013). *Religion hilft, Religion schadet. Wie der Glaube unsere Gesundheit beeinflusst*. Wissenschaftliche Buchgesellschaft (WBG):

Darmstadt.

Grund, F. (2006). *Menschenfreundliche Seelsorge. Ein Leitfadens*. Brunnen: Gießen.

Höfler, H. (2010). *Stressfrei in 10 Minuten. Ruhepausen und Energie-Kicks. 12 Übungsreihen für ihr Wohlbefinden*. Humboldt: Hannover.

Huber, M. (2013). *Der Feind im Innern. Psychotherapie mit Täterintrojekten. Wie finden wir den Weg aus Ohnmacht und Gewalt?* Junfermann: Paderborn.

Huber, M. (2010). *Der innere Garten. Ein achtsamer Weg zur persönlichen Veränderung.* (4. Auflage). Junfermann: Paderborn.

Huber, M. (2006). *Wege der Traumbehandlung. Trauma und Traumbehandlung, Teil 2.* (3. Auflage). Junfermann: Paderborn.

Institut für Traumatherapie, Schuppe, O. (Hg.) (2006). *Traumatherapie mit EMDR. Ein Handbuch für die Ausbildung.* (2. Auflage). Vandenhoeck&Ruprecht: Göttingen.

Pfeifer, S. (2009). *Wenn der Glaube zum Konflikt wird. Wege zur inneren Heilung.* Brunnen: Basel.

Roderus, U. (2011) *Handbuch zur Traunabegleitung, Hilfen für Seelsorger, Berater und Therapeuten.* ASAPH: Lüdenscheid

Reddmann, L., Dehner-Rau, C. (2004). *Trauma. Folgen erkennen, überwinden und an ihnen wachsen.* Trias: Stuttgart.

Riemann, F., (2003). *Grundformen der Angst, Eine tiefenpsychologische Studie.* (36. Auflage). Ernst Reinhardt, München.

Russ, H. (2011). *ACT leicht gemacht. Ein grundlegender Leitfaden für die Praxis der Akzeptanz- und Commitment-Therapie.* (2. Auflage) Arbor: Freiburg im Breisgau.

Scharrer, E. (1983). *Heilung des Unbewußten. Einige Aspekte biblischer Anthropologie und ihre Bedeutung für die Seelsorge.* (2. Auflage). Franke: Marburg.

Thurman, C. (1996). *Lügen die wir glauben. Der Grund Nr. 1 für unser Unglücklichsein.* (7. Auflage). Schulte & Gerth: Asslar.

Utsch, M., Bonelli, R., Pfeiffer, S. (2014). *Psychotherapie und Spiritualität. Mit existentiellen Konflikten und Transzendenzfragen professionell umgehen.* Springer: Berlin.

Wittchen, H., Hojer, J. (Hg.) (2011). *Klinische Psychologie & Psychotherapie* (2. Auflage). Springer: Berlin.

Meissner A. (2015). Hochsensible Persönlichkeiten – ein wohl überflüssiges Störungskonzept. *NeuroTransmitter* 26(9):16-17.

1. Aron EN, *The Highly Sensitive Person*, Birch Lane Press, New York, 1996
2. Parlow G, *zart besaitet*, Festland, Wien, 4. Auf . 2015
3. Aron EN, „Hochsensibilität ist keine Krankheit“, Interview in „DIE WELT“, 01.03.2015
4. Blach C, Egger J W, „Hochsensible Persönlichkeit“ – Bericht zum Forschungsprojekt Hochsensibilität, *Psychologische Medizin* 2011, 22: 59-63
5. Blach C, Egger J W, Hochsensibilität – ein empirischer Zugang zum Konstrukt der hochsensiblen Persönlichkeit, *Psychologische Medizin*, 2014, 25: 4-16
6. Jagiellowicz J, Xu X, Aron A, Aron E, Cao G, Feng T, Weng X, The trait of sensory proces- sing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes, *Soc Cogn Až ect Neurosci.* 2011, 6(1): 38-47



7. Acevedo BP, Aron EN, Aron A, Sangster MD, Collins N, Brown LL, The highly sensitive brain: an fMRI study of sensory processing sensitivity and response to others' emotions, *Brain Behav.* 2014, 4(4): 580-94
8. Aron EN, Aron A, Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *J Pers Soc Psychol* 1997, 73: 345–368
9. Aron EN, Sind Sie hochsensibel? Wie Sie Ihre Empfindsamkeit erkennen, verstehen und nutzen, mvg, München, 2005
10. Kagan J, Perspectives on continuity. In: Brim Jr O G, Kagan J (Eds.), *Constancy and change in human development*, Harvard University Press, Cambridge, 1980, 26-74
11. Kagan J, Reznick J S, Snidman N., The physiology and psychology of behavioral inhibitions in children, *Annual Progress in Child Psychiatry and Child Development*, 1988, 102-127
12. Aron E, *Hochsensible Menschen in der Psychotherapie*, Junfermann, Paderborn, 2014
13. Berger M, Falkai P, Maier W, Burn-out ist keine Krankheit, *Dtsch Ärztebl* 2012, 109 (14): A 700-2
14. Schmugge B, Wissenschaftlicher Input zum Thema „Traumafolgestörung und Hochsensibilität (HS)“, [http://www.hochsensibilitaet.ch/content/e11213/e11810/index\\_ger.html](http://www.hochsensibilitaet.ch/content/e11213/e11810/index_ger.html), Stand 30.07.2015
15. Schmückle M, Lindert J, Schmolz G, Psychological Well-Being von hochsensiblen Personen im Übergang zur Elternschaft – eine Querschnittstudie, *Gesundheitswesen* 2015 Jul 9