

Pressemitteilung, Februar 2020

„Bin ich hochsensibel?“ Fachaustausch am Universitätsklinikum Tulln

TULLN - Bereits zum dritten Mal organisierte SAG7, eine Selbsthilfe-Gemeinschaft hochsensibler Menschen, in Zusammenarbeit mit dem Universitätsklinikum Tulln einen Fachaustausch zum Thema Hochsensibilität und ihre Bedeutung in der Gesellschaft.

Ging es beim ersten Get-Together am 20. Februar 2019 um die Differenzierung von Hochsensibilität und Vulnerabilität (emotionale Verletzbarkeit) und bei der Folgeveranstaltung am 12. Juni 2019 um die Frage, ob Hochsensibilität Fluch oder Segen, Bürde oder Gabe sei (Ergebnis: sowohl als auch), machte Prim. Prof. Dr. Martin Aigner, Leiter der Erwachsenenpsychiatrie am Universitätsklinikum Tulln, beim dritten Fachaustausch im Oktober seine Einstiegsfrage zum Programm: Bin ich hochsensibel?

So wurde auch gleich zu Beginn jeder der zahlreichen Gäste eingeladen, sich selbst einzuschätzen (hochsensibel oder nicht) und einen psychologischen Fragebogen auszufüllen, der auf die Pionierin der HSP-Forschung¹, Elaine Nancy Aron, zurückgeht. Denn schließlich ist es das Ziel jedes Fachaustausches, das Thema Hochsensibilität in seiner ganzen Bandbreite zu erkunden, zu durchleuchten und öffentlich bekannt zu machen.

Viele hochsensitive Menschen leiden an ihrer genetischen Begabung und erkranken an Körper, Geist und Seele. Weil der Öffentlichkeit das Wissen um die Existenz der Begabung „Hochsensibilität“ fehlt, werden sie oft an den Rand der Gesellschaft gedrängt. Da HSP mit ihrer besonderen Begabung nicht umgehen können, schürt das Unverständnis im (weniger

¹ HSP steht für Highly Sensitive Person

sensiblen) sozialen Umfeld die Zweifel an der eigenen geistigen Gesundheit. Sie werden psychisch instabil und verfallen in Abhängigkeiten und Zwangsverhalten. Dabei ist der Beitrag besonders feinfühligere Menschen für die Allgemeinheit sehr wertvoll und wichtig.

Von diesem unerkannten Potenzial, das es zu wecken und anzuerkennen gilt, handelte auch der Fachvortrag der Psychotherapeutin und Dipl. Sozialpädagogin Elisabeth Heller. Selbst hochsensible Mutter von drei Kindern, berichtete sie über ihren Weg von der Kindheit bis heute, wo sie unter anderem als Referentin zum Thema „Hochsensitivität (bei Kindern)“ auftritt. Kurzweilig, abwechslungsreich und spannend verflocht sie wissenschaftliche Erkenntnisse mit persönlichen Erlebnissen, klärte über Erkennungsmerkmale der Hochsensibilität auf und setzte ihr Wissen in den Kontext bekannter Situationen aus dem Alltag und mit Kindern.

In der Pause wurden die ausgefüllten Fragebögen von Studenten der Uni Krems ausgewertet. Und es war höchst interessant, dass die meisten Menschen, die sich selbst als hochsensibel eingestuft hatten, sich auch in der HSP-Wahrscheinlichkeitszone der Fragebogenauswertung wiederfinden konnten.

Nach einer regen Diskussionsrunde, in der wertvolle Beiträge und Fragen ausführlich besprochen wurden, verabschiedete SAG7-Obfrau Karin Novi die Teilnehmer. Sie zeigte sich von der wertschätzenden und offenen Atmosphäre berührt und stellte die Fortsetzung der erfolgreichen Fachaustausche in Aussicht. Denn jedes Stück mehr an öffentlicher Aufklärung führt zu größerer Akzeptanz – sich selbst und anderen gegenüber – und das ist der erste Schritt zur Heilung.

Der nächste Fachaustausch zum Thema Hochsensibilität findet am 18. März 2020 von 16 – 18 Uhr im Universitätsklinikum Tulln statt. Anmelden können sich Interessierte und Betroffene unter info@sag7.com.



v.l.n.r. SAG 7 Obfrau Karin Novi, Psychotherapeutin und Dipl. Sozialpädagogin Elisabeth Heller, Leiter der Klinischen Abteilung für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin am Universitätsklinikum Tulln Prim. Assoc. Prof. PD Dr. Martin Aigner. Fotocredit: UK Tulln

Medienkontakt:

Universitätsklinikum Tulln

Viola Hirschbeck

Pressekoordinatorin

Tel.: +43 (0) 2272 / 9004 – 23013

E-Mail: pressekoordination@tulln.lknoe.at