

## Hochsensible Vielfalt!?

Der Begriff

### "Vielfalt"

ist für einige hochsensible Menschen, mit denen ich zusammenarbeiten darf, ein durchaus schwieriges Wort.

Ringen Sie doch oftmals jeden Tag darum, in einer immer komplexer werdenden Welt zurechtzukommen, ohne das oftmals eh schon überstrapazierte Nervenkostüm noch weiter zu reizen.

Und doch ...

### **"Vielfalt" ist auch ein Wort, das einige hochsensible Menschen beschreiben kann.**

In meiner Praxis erlebe ich immer wieder hochsensible Menschen, die sich

- einerseits vom alltäglichen Leben mit seinen vielfältigen Reizen überfordert fühlen und
- gleichzeitig ein sehr "hungriges Gehirn" haben.

Das

### "Hungrige Gehirn"

ist meine Wortschöpfung, weil ich es aus den Beschreibungen genauso wahrnehme.

Einerseits erscheinen das Gehirn, das Nervensystem schnell übersättigt und andererseits im besten Wortsinne

- neugierig,
- aufgeschlossen,
- interessiert,
- wach,
- suchend,
- forschend,
- analysierend,
- flexibel ....
- ....

um nur einiges zu nennen.

### **Das scheint erstmal widersprüchlich zu sein. Jedoch nur auf den allerersten Blick.**

Ein hochsensibles Nervensystem scheint schneller mit Reizen "vollzulaufen" (auch "überzulaufen") als ein nicht so sensibles Nervensystem - es kann jedoch auch eine besondere Leistungsfähigkeit, Leistungsvielfalt in sich tragen.

Vielleicht kennen Sie Menschen in ihrem Umfeld, die

- viele verschiedene Dinge tun oder sich für
- scheinbar gegensätzliches interessieren oder die
- das eigene Leben - beruflich wie privat - immer wieder auf den "Prüfstand" stellen, die
- manchmal Kraft für zwei und im nächsten Moment ein hohes Ruhebedürfnis haben.

Diese Eigenschaften müssen nicht auf eine Hochsensibilität hindeuten - das wäre ja auch zu einfach.

# für mich kein Widerspruch.

Es kann sich hier lohnen, genauer hinzuschauen.

**Aus meiner Praxiserfahrung heraus ist es für mich ein Fakt, dass einige hochsensible Menschen ein deutliches Bedürfnis nach Vielfalt in durchaus unterschiedlichen Lebensbereichen haben.**

Und auch hier sollte - wie bei allen hochsensiblen Menschen - die Alltagsbalance im Zentrum der Betrachtung stehen.

Weitere Infos Hochsensibilität

**Sie haben Fragen zum Thema Hochsensibilität?**

Reden wir doch darüber im unverbindlichen, telefonischen,

**kostenfreien Kennenlerngespräch.**

Online-Buchung Kennenlerngespräch

**"Liebe ist die Antwort"**

Deva Dagmar Keßlau | Dortmund  
Heilpraktikerin | Mediale Mentorin | Coachin  
[mensch-individuell.de](http://mensch-individuell.de)

[Impressum](#)

[Datenschutzerklärung](#)

*Wichtiger Hinweis:*

*Alle meine Blogartikel dienen der Information, der Aufklärung, der Wissensvermittlung. Sie sind nicht geeignet um Selbstbehandlungen oder Selbstdiagnosen durchzuführen oder Behandlungen oder Diagnosen bei anderen Menschen vorzunehmen. Meine Blogbeiträge ersetzen auch nicht eine ärztliche, heilpraktische oder anderweitige therapeutische Beratung, Begleitung oder Behandlung.*