

Inhalt

Vorwort.....	7
Danksagung.....	17
1. Hochsensible Patienten: Wer sie sind, wer sie nicht sind und warum das wichtig ist	19
2. Hochsensibilität feststellen	45
3. Zwei Schwierigkeiten, die angeborene Sensibilität mit sich bringt: Leichte Übererregbarkeit und stärkere emotionale Reaktionen	77
4. Drei häufige Probleme: Niedriges Selbstwertgefühl, die falsche Lebensweise und Überreaktionen auf Kritik	107
5. Abstimmung der Behandlung auf hochsensible Patienten	147
6. Helfen Sie den Patienten, Beziehungen aufzubauen: Die Begegnung mit anderen, Schüchternheit und Angst vor Verbindlichkeit	173
7. Hilfe für langfristige Beziehungen: Die Arbeit mit Konflikten, dem Grad der Ähnlichkeit im Temperament und der Sexualität sensibler Menschen	193
8. Hochsensible Menschen am Arbeitsplatz	227
9. Persönlichkeitsvarianten bei hochsensiblen Menschen	249
Anhang	259
Anhang A: Die HSP-Skala – Sind Sie hochsensibel? Ein Selbsttest.....	261
Anhang B: Sensibilität von DSM-Störungen unterscheiden	265
Anhang C: Forschungsüberblick zum Konzept der Hochsensibilität.....	291
Literatur.....	329
Index	339
Über die Autorin.....	343