

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