

Liebe Interessierte am Thema Hochsensibilität,

Hilfe! Wo ist das Jahr geblieben? Mir scheint es ist im Sauseschritt unterwegs gewesen und schon ist Ende Mai und mein Umzug steht vor der Tür!

Lebensveränderungen wie Umzug, Heirat, Trennung, Kinder bekommen, Tod, Schulwechsel, ein neuer Arbeitsplatz, ein neues Kind im Kindergarten... brauchen **Z E I T und R A U M**, gerade bei Hochsensiblen. Die Sinne benötigen genügend Freiraum, sich auf Neues einzustellen, sich an die Neuerungen anzupassen, all die (dynamischen) Veränderungen zu erfassen und einzusortieren, sich im Neuen wohlfühlen. Es ist wichtig, dafür genügend Zeit und Raum einzukalkulieren.

So habe auch ich großzügig geplant und bin nun leider einige Zeit nicht ganz so erreichbar und präsent, wie bisher.

- Juni Renovierungsphase und einige Kurse
- Juli Umzugs- und Einrichtungsphase und viele Kurse
- August Eingewöhnungsphase
- September Wiedereinstieg in Beratung und eine neue Vortrags- und Kursrunde **Neue Kursreihe** ab 16.09.2014 in der EFB Wolfenbüttel (Hoch)sensibel den Alltag mit Kindern meistern

Meine neue Adresse ab 01.08.2014:

Andrea Münsterberg

Lahberg 1

38315 Werlaburgdorf

Telefon Juli / August 0176 – 67210276

E-Mail: hochsensibel@gmx.de

Website: www.sensibel-gluecklich.de



Wenn alles so gelingt, wie ich es mir vorstelle, dann schicke ich im August einen Rundbrief mit neuer Telefonnummer, aktuellen Themen und Terminen rum. Bis dahin wünsche ich Ihnen allen einen wunderbaren Sommer mit viel Zeit und Raum.

Herzliche Grüße aus dem Wendland schickt **Andrea Münsterberg**

Was gibt es derzeit Neues im Bereich Hochsensibilität?

1. Empfehlen möchte ich **2 Bücher**, die ich kürzlich gelesen habe und die beide auf die Thematik und Verknüpfung von Hochbegabung (auch in der Sinneswahrnehmung) und Hochsensibilität eingehen. Beide Bücher haben mich sehr stark berührt und viele weitere Bereiche rund um die Hochsensibilität für mich erfahrbar gemacht.

- **Andrea Brackmann:**

Jenseits der Norm – hochbegabt und hochsensibel
Klett-Kotta Verlag 2005, [ISBN 978-3-608-89014-3](https://www.klett.de/ISBN-978-3-608-89014-3)

- **Anne Heintze:**

Außergewöhnlich NORMAL Hochbegabt, hochsensitiv, hochsensibel:
Wie Sie Ihr Potential erkennen und entfalten
Ariston Verlag 2013, [ISBN 978-3-424-20094-2](https://www.ariston.de/ISBN-978-3-424-20094-2)



2. Dann habe ich auf der Seite des IFHS www.hochsensibel.org einen Link auf eine Seite gefunden, die den **Austausch unter Eltern hochsensibler Kinder** fördern möchte:
<http://meinhochsensibleskind.de/>

Erfahrungen damit habe ich keine, wenn also jemand sich dort anmeldet und Erfahrungen gesammelt hat, wäre ich dankbar um eine Rückmeldung.

3. Hier mal wieder einer der wunderbaren Vorträge von Prof. Gerald Hüther)
Genialer Vortrag! "Glücksgefühle" (Prof. Gerald Hüther)
<https://www.youtube.com/watch?v=zW1U-JUI7tg>