

Hochsensible Kinder verstehen: Ein Leitfaden für Eltern & Pädagogen

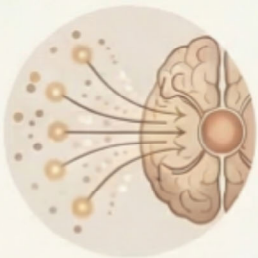
Hochsensibilität ist keine Krankheit, sondern eine neurologische Veranlagung, bei der Reize ungefiltert aufgenommen werden. Etwa **15-20 %** der Menschen sind betroffen; sie benötigen keine Sonderbehandlung, aber ein verständnisvolles Umfeld, das ihnen Struktur und Rückzugsmöglichkeiten bietet.

Was ist Hochsensibilität?



15 bis 20 Prozent der Menschen

Hochsensibilität ist eine verbreitete Normvariante der Wahrnehmung, keine Minderheitendiagnose oder Krankheit.



Ungefilterte Wahrnehmung

Reize wie Geräusche, Gerüche und Stimmungen werden intensiver und direkter verarbeitet.



Neurologische Tatsache

Es handelt sich nicht um „Anstellen“, sondern um eine tiefere Informationsverarbeitung im Gehirn.

Signale erkennen & Kinder unterstützen



Typische Wesensmerkmale

Schreckhaftigkeit, Perfektionismus, tiefgründige Fragen und Empfindlichkeit gegenüber Kleidung oder Lärm.



Rückzug und Regeneration

Ruhepausen und geschützte Räume ermöglichen dem Kind die notwendige Verarbeitung von Reizen.



Struktur gibt Sicherheit

Klare Abmachungen und vorhersehbare Abläufe helfen dem Kind, sich sicher zu orientieren.

Unterscheidung von Hochsensibilität



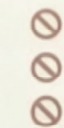
Hochsensibilität ist...



- Eine Veranlagung (vererbbar)
- Eine Gabe mit hohen Stärken
- Eine neurologische Tatsache



Hochsensibilität ist NICHT...



- Eine Krankheit oder Störung
- Eine behandlungsbedürftige Schwäche
- Eine Modeerscheinung oder Ausrede