

Enges Vereinsjahr Hochsensibilität: Chancen und Herausforderungen besprechen

Präsidentin Stefanie Gloor

In Burgdorf wird eine Selbsthilfegruppe für hochsensible Menschen gegründet



März 2024 in der Markthalle Burgdorf.

Bild: zvg

...fritte auf
...n der Kul-
...Gloor den
...cht Jahren
...n Engage-
...art. Trotz
...r Chor in
...beeindru-
...einem gut
...entwickelt.
...el Lob und
...rend Mir-
...achfolgerin
...nung fand
...nung. Im
...urden wie-
...assnahmen
...n der Stadt
...en stimm-
...er. Schwer-

...punkt auf der Suche nach weiteren
Sängerinnen und Sängern, mit einem
äusserst erfreulichen Ergebnis: 13 neue
Mitglieder konnten aufgenommen
werden.
An der Hauptversammlung konnten
weiter Verena Righetti für 55 Jahre und
Peter Bonati für 30 Jahre Vereinsmit-
gliedschaft geehrt werden.
Musikalisch sind für das kommende
Vereinsjahr unter anderem die Teil-
nahme an der Kulturnacht und das
Jahreskonzert im März 2025 geplant.
Aufgeführt wird das Oratorium «Elias»
von Felix Mendelssohn Bartholdy.
Das wohlklingende Werk ist eines der
beliebtesten Oratorien.
Mit Dank an die vielen Engagierten im
Chor und insbesondere an den Diri-
genten Gonzague Monney beendete
Stefanie Gloor die gut vorbereitete
Hauptversammlung.

zvg

«Du bist überempfindlich.» Das hört Sabine öfter, wenn sie auf Geschehnisse und Alltagssituationen reagiert, die ihr Umfeld als normal empfindet. Eine hohe Sensibilität zieht sich wie ein roter Faden durch Sabines Leben. Als Kind spürte sie die Stimmung ihrer Mitmenschen fast körperlich. Sie versuchte, sich und die anderen vor Missstimmung zu schützen und überforderte sich selber damit. Sabine war als Kind sehr scheu und fühlte sich häufig unverstanden, doch wollte sie eigentlich wie alle anderen sein.
Mit den Jahren merkte sie, dass Hochsensibilität auch eine Bereicherung sein kann: Sie spürt nicht nur negative Reize wie zum Beispiel emotionale Spannungen stärker als ihr Umfeld. Auch ihre Genussfähigkeit ist sehr hoch und ihr Gerechtigkeitssinn sowie

ihr Empathie-Empfinden sind sehr ausgeprägt. In vielen Beziehungen kann sie ebenfalls stark vernetzt denken. Auf diese Stärken will Sabine bauen und im Gespräch mit Gleichbetroffenen nicht nur über Herausforderungen reden, sondern den Blick auf die Potenziale ihrer Persönlichkeitseigenschaften richten.
In Burgdorf begleitet Selbsthilfe BE Ende Mai 2024 die Gründung einer Selbsthilfegruppe für hochsensible Menschen. Anschliessend finden die Treffen im Kreis der Betroffenen statt. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist kostenlos. Interessierte können sich unter 0848 33 99 00 oder per Mail an info@selbsthilfe-be.ch melden.

zvg

Mehr Informationen unter www.selbsthilfe-be.ch.



Hochsensibilität kann auch eine Bereicherung sein. In Burgdorf nimmt sich ab Ende Mai 2024 eine Selbsthilfegruppe dem Thema an.

Bild: peterschreiber.media-adobe.stock.com

"D'Region" vom Di, 16. April 2024