

Hochsensibilität und Herbst-, Winterkleidung

Nein, ich bin jetzt nicht unter die Mode-Blogger gegangen ;-).

Tatsächlich kann Kleidung generell jedoch - Herbst-, Winterkleidung insbesondere - nach meinen Beobachtungen ein Thema für hochsensible Menschen sein.

Das hängt häufig mit den

Materialien und den Materialstrukturen

zusammen, die in der herbstkühlen und winterkalten Witterung vermehrt angeboten werden.

Kennen Sie das?

- Kaum den Schal im Geschäft umgelegt, da wollen sie ihn auch schon wieder loswerden.
- Die Mütze macht Sie ganz kribbelig.
- Die Handschuhe sind nicht kuschelig warm, sondern scheuernd kalt.
- Der Kragen vom Wintermantel darf nicht an die Haut.
- Rollkragenpullover aus warmer Wolle sind ein Graus.
- Die Socken möchten sie gar nicht erst anfassen.

Wichtiger Hinweis:

Die oben exemplarisch beschriebenen Wahrnehmungen können auch andere Ursachen haben. Deshalb ist immer eine genaue Abklärung erforderlich.

Für diesen Blog-Beitrag nehmen wir jedoch an, dass Hochsensibilität die Ursache ist.

Tatsächlich mögen nach meinen Beobachtungen hochsensible Menschen nichts auf ihrer Haut, was rauh ist, kratzig ist, gar scheuert oder die Haut sonst in irgendeiner Art und Weise reizt.

Sie mögen jetzt vielleicht sagen: Niemand mag doch kratzige Kleidung.

Guter Einwand.

Entscheidend bei hochsensiblen Menschen und Kleidung ist jedoch die

sogenannte Reizschwelle

also der Punkt, wo Sie merken ... das Teil kann ich nicht an meinem Körper haben. Und diese Reizschwelle ist bei hochsensiblen Menschen nach meinen Erfahrungen oftmals deutlich niedriger als bei nicht so sensiblen Menschen.

Das kann dazu führen, dass Sie Stoffe und Materialien, die viele Menschen als weich und angenehm empfinden, als von Anfang an rauh und borstig wahrnehmen.

Ich möchte Sie daher ermutigen, auf Ihre Wahrnehmungen zu vertrauen, wenn Sie neue Kleidung kaufen.

Prüfen Sie genau, ob Sie sich mit einem Material, einer

Struktur, auch einem Geruch, einem Duft wohlfühlen.

Schalten Sie Ihre "Ohren auf Durchzug", wenn Kleidung und Schuhe Ihnen in den "buntesten Farben geschildert" werden, Sie jedoch schon beim bloßen Anschauen oder spätestens beim ersten Anfassen wissen, dass Sie damit nicht glücklich würden.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie für diesen Herbst / Winter kuschelige Kleidung und bequeme Schuhe haben - oder finden - und Sie sich damit ebenso gut angezogen fühlen wie voller Wohlgefühl.

Weitere Infos Hochsensibilität

Sie haben Fragen zum Thema Hochsensibilität?

Reden wir doch darüber im unverbindlichen, telefonischen,

kostenfreien Kennenlerngespräch.

Online-Buchung Kennenlerngespräch

"Liebe ist die Antwort"

Deva Dagmar Keßlau | Dortmund

Heilpraktikerin | Mediale Mentorin

mensch-individuell.de

[Impressum](#)

[Datenschutzerklärung](#)

Wichtiger Hinweis:

Alle meine Blogartikel dienen der Information, der Aufklärung, der Wissensvermittlung. Sie sind nicht geeignet um Selbstbehandlungen oder Selbstdiagnosen durchzuführen oder Behandlungen oder Diagnosen bei anderen Menschen vorzunehmen. Meine Blogbeiträge ersetzen auch nicht eine ärztliche, heilpraktische oder anderweitige therapeutische Beratung, Begleitung oder Behandlung.