

## Hochsensible im Beruf

In meinem Blogartikel ["Was haben Hochsensible gemeinsam?"](#)

bin ich darauf eingegangen, welche Eigenschaften oder Wahrnehmungsebenen - meiner Meinung und Erfahrung nach - hochsensible Menschen verbindet. Diese Eigenschaften und Ebenen können auch beruflich relevant sein.

## Ich schaue grundsätzlich gerne auf die positiven Seiten.

## Ich stärke gerne die Stärken und schwäche gerne die Schwächen.

Für diesen Beitrag möchte ich exemplarisch auf drei Punkte aus meinem o.a Blog-Beitrag eingehen und diese in einen beruflichen Zusammenhang bringen.

### **"Perfektionismus**

*Niemand ist perfekt - das wissen Hochsensible natürlich auch - und dennoch streben sie danach."*

Die positive Seite:

- Genauigkeit,
- Termin- und Aufgabentreue,
- Loyalität.

### **"Hohe Empathie**

*Fühlen, wahrnehmen, spüren, was andere fühlen. Immer. Auch, wenn Sie das eigentlich nicht wahrnehmen möchten."*

Die positive Seite:

- Bevor das "Kind in den Brunnen fällt", wissen Hochsensible, was mit wem, wie und warum schief läuft.
- Sie haben ein Gespür für Risiken und Chancen, können diese oft gut einschätzen.
- Sie wissen, ob Teammitglieder, Teams zusammenpassen oder nicht, was geändert werden muss.

### **"Reizüberflutung | Stress**

*Starke Stressgefühle und | oder das Gefühl von starker, rascher Erschöpfung."*

Die positive Seite:

- [Stabile, balancierte Hochsensible](#) erkennen drohende Überforderungen und weichen Ihnen aus.
- Hochsensible erkennen auch bei anderen sich anbahnende oder schon eingetretene Überlastungen.
- Von ihrem eigenes Bedürfnis nach regelmäßiger Balance und Ruhe können Kolleg:innen profitieren.

Ein gut balancierter hochsensibler Mensch, der seine eigenen Grenzen und Fähigkeiten kennt und diese einzusetzen weiß,

## ist für mich zudem eine ideale Führungsperson.

Zumeist gelangen die Menschen in Führungspositionen, die

- den höchsten schulischen oder akademischen Abschluß haben.
- die längste Betriebszugehörigkeit vorweisen.
- in ihrem Bereich die Expert:innen sind oder die - je nach Berufsfeld -
- "einfach dran" sind.
- extrovertiert sind und sich gerne vorne aufhalten.

Da hochsensible Menschen oftmals eher zurückhaltend sind und auch durchaus exponierte Stellungen meiden, stehen sie nur selten in der ersten Reihe, wenn es darum geht,

Führungsaufgaben zu besetzen.

## **Ich finde das sehr schade!**

Stabile hochsensible Menschen (siehe meine Definition dafür [HIER](#)) könnten meiner Meinung nach unseren beruflichen Alltag auf Führungsebenen relevant verändern. Sie

- sind weniger mit ihrem Ego als mit dem Unternehmen, ihrer Umgebung und den Menschen darin beschäftigt.
- sind in der Lage, echtes Mitgefühl zu zeigen und optimale Lösungen für alle Beteiligten zu finden.
- haben ein Gespür für visionäre Unternehmungen, schauen weit in die Zukunft und können gut abwägen.
- sind wissensdurstig, lernbereit, im besten Sinne neugierig und daran interessiert, mehr zu erfahren.
- sind im besten Sinne genau, eigenmotiviert, zugewandt, fördernd.

Sind Sie jetzt überrascht?

Dachten Sie vielleicht bisher, dass hochsensible Menschen in erster Linie wenig belastbar sind?

Sind sie nicht. Ich würde sogar so weit gehen und sagen: Ganz im Gegenteil.

## **Jedoch müssen Umgebung, Herausforderungen und v.a. die eigene Akzeptanz stimmen.**

In - zum Beispiel - einem Großraumbüro, in dem es von allen Seiten schallt und hallt, werden sich hochsensible Menschen nicht wohlfühlen und auch ihr Potential nicht voll abrufen können.

Bei Aufgaben jedoch, die

- Genauigkeit und Tiefgang erfordern, die komplex sind, werden Sie aufblühen.
- Teamleistungen erfordern, können sie präzise dafür sorgen, dass jede Person am richtigen Platz ist.
- abteilungsübergreifend relevant sind, bringen sie ganz natürlich alles unter einen Hut.

## **Sie sind hochsensible Führungskraft oder auf dem Weg dahin?**

### **Prima!**

Ich drücke Ihnen alle Daumen und sende Ihnen für Ihren Mut und Ihre Kraft herzliche Glückwünsche.

## **Weitere Infos Hochsensibilität**

## **Sie haben Fragen zum Thema Hochsensibilität oder hochsensible Führungskräfte?**

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](https://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.*