

Fragebogen Screenshots

(Mehr zur Umfrage: <https://benjaminpick.de/umfrage/>)

Weiter

Hochsensibel Christ sein

Schön, dass du hierher gekommen bist. Ich möchte zunächst mich und die Umfrage vorstellen – aber du kannst auch direkt anfangen, die Fragen zu beantworten, wenn es dir lieber ist.

Wer ich bin?

- Ein Jesus-Nachfolger, der vor ca. 6 Jahren angefangen hat zu lernen, mit seiner Hochsensibilität umzugehen
- Ein Theologe, der überzeugt ist, dass man die Dinge erst verstanden hat, wenn man sie auch Kindern erklären kann
- Ein Techniker, der neugierig Verbindungslinien zwischen verschiedenen Wissensgebieten zieht
- Ein Coach, der absolut fasziniert davon ist, wie vielfältig Menschen in Kulturen und Gemeinden sind!

In der [Abschlussarbeit meiner Bibelschul-Zeit](#) habe ich katalogisiert, welche Bücher, Angebote etc. es im christlichen Kontext für Hochsensible gibt. Auch in den christlichen Medien wird Hochsensibilität in den letzten Jahren verstärkt bearbeitet. Darüber hinaus habe ich Leiter in Gemeinden und theologischen Ausbildungsstätten befragt, wie sie sich in Theorie und Anwendung von Hochsensibilität auskennen.

Diese Recherchen führten dazu, dass mir 2 große **Bedürfnisse** aufgefallen sind. Erstens: Über die Verbindung von Hochsensibilität und Glaube wird sehr wenig geschrieben, selbst in den christlichen Medien. Ich weiß nicht, wie diese Verbindung aussehen kann, aber ich ahne, dass sie existiert. Zweitens: Leider begegnen mir viele Hochsensible, die zwar weiterhin als Christen leben, sich aber enttäuscht von den christlichen Gemeinden abgewandt haben. Gerade diesen Menschen will ich intensiv zuhören und von ihnen lernen, wie eine Gemeinde aussehen kann, die Hochsensible nicht abschreckt, sondern willkommen heißt.

In beiden Fragestellungen bin ich auf die Erfahrungen von anderen angewiesen. Darum möchte ich von euch hören, liebe hochsensible Christen, was euch wichtig ist und was ihr auf eurer Lebensreise bereits gelernt habt. Die Ergebnisse werden in meine Seminare und Publikationen einfließen, und in irgendeiner Form auch auf meinem [Blog](#) publiziert.

Die Umfrage besteht aus 3 Abschnitten und wird ca. 20 Minuten dauern.

Auf geht's!

Benjamin Pick ([Kontakt](#))

Weiter

Hinweise zur Umfrage:

- Alle Antworten sind optional – wenn du nicht weißt, was du antworten sollst, kannst du „keine Antwort“ auswählen. Bitte nimm von dieser Möglichkeit sparsam Gebrauch: eine tendenzielle Antwort „aus dem Bauch heraus“ hilft mir mehr als gar keine.
- Du entscheidest selbst, wie viel Zeit und Arbeit du in die Beantwortung dieser Fragen steckst. Weil mir die Freitext-Antworten in der letzten Umfrage viel mehr weitergeholfen haben als die Zahlen-Antworten, benutze ich hier eher offene Fragen. Schreib, was dir wichtig ist.
- Die Ergebnisse der Umfrage werden anonymisiert gespeichert. Wie bei der vorherigen Umfrage werde ich ggf. bei der Auswertung aus deinen Antworten zitieren, aber auf eine Art, dass Rückschlüsse auf deine Person nicht möglich sind. Du kannst am Ende der Umfrage frei entscheiden, ob du deine Email-Adresse angibst oder nicht.
- Wenn du weitere Fragen oder Kommentare hast, schreib mir gerne! ([Kontakt](#))

Jetzt geht es aber wirklich los!

Ich bin ...

- ... hochsensibel
- ... nicht hochsensibel
- Keine Antwort

Ich bin ...

- ... Christ
- ... kein Christ
- Keine Antwort

Bist du für deine Hochsensibilität dankbar oder empfindest du sie als Belastung?

Wie stark kennst du deine Hochsensibilität, kannst du sie verstehen und der Situation angemessen einsetzen?

Was ist das Wichtigste, was du über deine Hochsensibilität gelernt hast?

Nimmst du deine Bedürfnisse wahr, und kannst dann auch die nötigen Konsequenzen ziehen?

Sonstige Kommentare:

Über den Glauben (Seite 2 von 3)

„Das Thema Hochsensibilität ist wichtig für die Gemeinden.“ Wie stark stimmst du dieser Aussage zu (1-10)? Begründe deine Meinung.

Welche Person in der Bibel ist dir ein besonderes Vorbild? Warum?

Gehst du gerne und regelmäßig in den Gottesdienst?

Was ist dir wichtig in der Gestaltung des Gottesdienstes?

In welchen Aspekten/Erfahrungen hat es dir in deinem Glauben geholfen zu wissen, dass du hochsensibel bist?

Wie nutzt du deine Gabe Hochsensibilität, um Gott und der Gemeinde zu dienen?

Zurück

Weiter

Über welche Themen bezüglich Hochsensibilität würdest du dir mehr Informationen wünschen?

Wie stark treffen die folgenden Aussagen auf dich zu?

	Gar nicht	Ein wenig	Stark	Sehr stark	Keine Antwort
Ich bin emotional hochsensibel (Empathie)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Ich bin kognitiv hochsensibel (Ideen, Konzepte)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Ich bin sensorisch hochsensibel (5 Sinne)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Ich bin spirituell hochsensibel (Sinnsuche, Übernatürliches)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

 Britte Schorr (*Hochsensibilität: Empfindsamkeit leben und verstehen*, 7. Aufl., 2016, S. 20-24) nennt verschiedene „Arten“ von Hochsensiblen, man kann auch mehrere sein. Falls du nicht weißt, was damit gemeint ist, lass es einfach leer.

Wie stark treffen die folgenden Aussagen auf dich zu?

	Gar nicht	Ein wenig	Stark	Sehr stark	Keine Antwort
Wenn ich neue Kraft brauche, nehme ich mir Zeit für mich alleine	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Wenn ich neue Kraft brauche, treffe ich mich mit anderen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

Dein ungefähres Alter:

Dein Geschlecht:

- Männlich
- Weiblich
- Keine Antwort

Zu welcher Gemeinderichtung fühlst du dich zugehörig?

- Römisch-katholisch
- Evangelisch-lutherisch
- Evangelisch-freikirchlich
- Sonstiges:
- Keine Antwort

Du darfst gerne anonym bleiben. Aber wenn ich dich bei Rückfragen kontaktieren darf, schreibe hier deine *Email-Adresse*:

Sonstige Kommentare: