

Wien: Fotoausstellung über Hochsensibilität öffnet neue Perspektiven!

Die Fotoausstellung „Dünne Dicke Haut“ von Garam Sajdak in Wien beleuchtet Hochsensibilität und bietet einen kreativen Safe Space.

Hotel „Go West“, Wien-Rudolfsheim-Fünfhaus, Österreich - In Wien wird derzeit die neueste Fotoausstellung mit dem Titel „Dünne Dicke Haut“ im Hotel „Go West“ in Rudolfsheim-Fünfhaus präsentiert. Die Ausstellung, die von der Künstlerin Garam Sajdak kuratiert wurde, beleuchtet das Thema der Hochsensibilität. Diese besondere Eigenschaft betrifft schätzungsweise 15 bis 30 Prozent der Bevölkerung und führt dazu, dass betroffene Personen ihre Umwelt, Emotionen und Gedanken intensiver wahrnehmen als andere. Diese Thematik wird in der Ausstellung durch eindrucksvolle visuelle Darstellungen veranschaulicht, die metaphorische Hürden hochsensibler Menschen im Alltag thematisieren. **Vienna.at** berichtet, dass jedes der ausgestellten Bilder von einem persönlichen Statement der abgebildeten Personen begleitet wird.

Die Präsentation zielt darauf ab, einen Safe Space zu schaffen, in dem hochsensible Personen sich gesehen und gehört fühlen können. Sajdak arbeitete mit acht zuvor unbekanntenen Personen zusammen, deren Äußerungen die Herausforderungen widerspiegeln, mit denen sie im Alltag konfrontiert sind. Hochsensibilität kann, wie **Praxis Psychologie Berlin** hervorhebt, zu emotionaler Erschöpfung, Überstimulation und Rückzug führen, da viele Menschen in der Gesellschaft für diese

tiefgründigen Empfindungen oft kein Verständnis oder Platz finden.

Die Vorteile und Herausforderungen hochsensibler Menschen

Trotz der Schwierigkeiten erleben hochsensible Menschen oft auch positive Aspekte ihrer Sensitivität. Sie gelten als hervorragende Problemlöser, empathische Zuhörer, kreative Köpfe und sind häufig harmoniebedürftig. Dennoch haben viele Schwierigkeiten, ihre eigenen Stärken zu erkennen und zu schätzen. Die Ausstellung möchte diesen Aspekt in den Vordergrund rücken. Das Motto „Wir sagen ‚Sei nicht so sensibel‘ den Kampf an. Wir, mit der dicken dünnen Haut.“ verdeutlicht die Absicht der Künstlerin und der Mitwirkenden, gegen gängige Vorurteile anzugehen.

Die Fotografie von Hochsensibilität kann auch stilistisch vielseitig gestaltet sein. Sajdak nutzt Techniken des magischen Realismus, wo die Grenzen zwischen Realität und Fantasie verschwommen sind. Inspiriert von Fotografen wie Rinko Kawauchi, die mit brillanter Lichtführung und emotionaler Tiefe arbeiten, spielt die Künstlerin mit starken Kontrasten und dunkleren Farben, um die komplexen inneren Empfindungen darzustellen. Dies wird von **Re-Vue** als eine Form der subjektiven Fotografie beschrieben, die dazu dient, die eigene innere Welt visuell erfahrbar zu machen.

Die Ausstellung bietet nicht nur eine Plattform für die Diskussion über Hochsensibilität, sondern fördert auch das Bewusstsein für die intensiven emotionalen Reaktionen, den Drang nach Rückzug und die Notwendigkeit für Pausen, die viele hochsensible Menschen empfinden. Indem sie diese Themen in den Vordergrund rückt, trägt Sajdak dazu bei, die Wahrnehmung von Hochsensibilität in der Gesellschaft zu verändern und das Verständnis für diese oft missverstandene Persönlichkeitseigenschaft zu vertiefen.

Details	
Ort	Hotel "Go West", Wien-Rudolfsheim-Fünfhaus, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.vienna.at• www.re-vue.org• www.praxis-psychologie-berlin.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at