

## Presseinformation

### Hochsensible sind besondere Menschen

»Verirrt – Erzählung über ein Leben mit Hochsensibilität« ist das zweite Buch von Valerie Forster.

Hochsensibilität ist eine Wesensart. Ob eine Anlage für feinste Wahrnehmungen, Kreativität und Einfühlungsvermögen als Stärken oder Schwächen empfunden werden, hängt dabei oft von der eigenen Einstellung ab. In ihrem neuen Buch »Verirrt – Erzählung über ein Leben mit Hochsensibilität« erzählt Valerie Forster, wie befreiend es sein kann, einen zuvor überwiegend als belastend empfundenen Wesenszug plötzlich als Qualität anzusehen.

Die Autorin hat sich umfassend mit dieser Wesensart beschäftigt und ist selbst hochsensibel. So bereichern auch ihre persönlichen Erfahrungen die Erzählung. Für ihre Kurzgeschichte »In die Freiheit paddeln« gewann Valerie Forster 2012 den 6. Preis beim Kurzgeschichten-Wettbewerb der Schule des Schreibens. Diese Prämierung motivierte die 30-Jährige dazu mehr über das Schätzen der Natur, das Überwinden persönlicher Krisen und das Suchen des eigenen Weges, sowie ihre Hochsensibilität und eine Reise nach Norwegen zu schreiben. Als Autorin und Grafik-Designerin entwarf sie auch ihr zweites Buch von der Idee bis zum Manuskript, von den Fotografien bis zum druckfertigen Buch komplett selbst.

### Bibliografische Angaben:

Valerie Forster: »Verirrt – Erzählung über ein Leben mit Hochsensibilität«, 128 Seiten, mit Fotografien von der Autorin, Verlag: Books on Demand, Taschenbuch: ISBN 978-3-7386-5031-0 / 8,99 €  
E-Book: ISBN 978-3-7392-7944-2 / 3,99 €  
Erhältlich im Buchhandel und Onlinehandel.

### Adresse für Rückfragen:

Valerie Forster, Ahornstraße 17, 88099 Neukirch, Telefon 07528/9756011  
[valerie.forster@web.de](mailto:valerie.forster@web.de), [www.valerieforster.de/presse](http://www.valerieforster.de/presse)