



GRUPPENGRÜNDUNGSWUNSCH

**MISOPHONIE**

**Misophonie** – möglicherweise kennst du diesen Begriff noch gar nicht, aber kannst dich trotzdem mit dem Phänomen identifizieren, welches dahintersteckt.

Lösen bestimmte Geräusche wie z.B. Schniefen, Atmen, Essgeräusche oder Tippen bei dir umgehend Stress, Wut oder Fluchtimpulse aus?

Vielleicht leidest du an „Misophonie“, auch „Selektive Geräuschintoleranz“ genannt. Ein noch eher unbekannter Begriff für ein Phänomen, das viele Menschen erheblich in ihrem Alltag einschränken und belasten kann.

Ich suche andere Betroffene zum offenen und wertschätzenden Austausch auf Augenhöhe, für Entlastung im Alltag und für praktische Strategien bei Familie, Arbeit und Umgebung.

Ich freue mich auf eure Nachrichten  
**[misophonie.koeln@gmail.com](mailto:misophonie.koeln@gmail.com)**

unterstützt von

