

Ist mein Kind hochsensibel?



Dieser Fragebogen / Test soll Dir helfen, eine erste Einschätzung darüber zu gewinnen, ob dein Kind hochsensibel sein könnte oder nicht.

Kannst du 20 oder mehr der folgenden 31 Fragen mit “ja” beantworten, besteht ein deutlicher Hinweis auf die Hochsensibilität deines Kindes.

- Neigt Dein Kind zu besonders starken Empfindungen über die fünf Sinne? (Dinge riechen zu stark, sind zu laut, schmecken “nach Strom”, etc.)
- Ist Dein Kind empfindlich für Kleidung? (Materialien, Falten, Kratzen, nicht genügend sitzende Schuhe, Farben etc.)
- War oder ist es ein “Schrei-Baby”?
- Hat oder hatte es einen leichten Schlaf, so dass es nicht zu den “einfach-mal-mitnehm-Kindern” gehört?
- Gehörte oder gehört es zu den Kindern mit dem “plötzlichen Nachtschreck”?
- Reagiert Dein Kind empfindlich auf jede Art von Veränderung?
- Neigt es zu psychosomatischen Beschwerden? (Kopfwahl, Bauchwahl, Übelkeit, Entzündungen, besonders häufige Infekte?)
- Hast du Schwierigkeiten, Dein Kind nach einer besonders “reiz-vollen” Zeit, wie z.B. Kindergeburtstag, plötzlich erlaubtes Fernsehen bei Oma, ein toller Ausflug, wieder zur Ruhe zu bringen?
- Reagiert es nach einer solchen Reizüberflutung unter Umständen auch mit Fahrigkeit und Konzentrationsproblemen, scheint wie abwesend zu sein?
- Gilt es vielleicht als AD(H)S- Kind, während du die Erfahrung machst, dass klare häusliche Strukturen und Ruhepausen auch Dein Kind wieder zur Ruhe bringen?
- Kehren dann Konzentrations- und Lernfähigkeit zurück?

- Zeigt Dein Kind Zustände plötzlicher Unterzuckerung wie z.B. Schwäche, das Gefühl, gleich umzufallen, Konzentrationsschwäche, Heißhungerattacken?
- Verfügte oder verfügt Dein Kind schon früh über einen ausgereiften Sprachschatz?
- Konnte oder kann es schon früh sprachlich differenzieren, wie z.B. die Geschichte soll spannend, aber nicht gruselig sein?
- Ist Dein Kind ein kleiner Philosoph, der sich und Ihnen schon unerwartet früh Fragen nach dem Sinn des Lebens, Leben und Tod, den lieben Gott etc. stellt?
- Staunst du über eine klare, früh ausgeprägte Ethik und Gerechtigkeitsempfinden?
- Hat dein Kind ein großes Harmoniebedürfnis?
- Ist Dein Kind kritikfreudig, aber kann selbst nur wenig einstecken?
- Ist Dein Kind leicht zu beschämen und kann – beschämt – auch “austicken”?
- Neigt Dein Kind zu übermäßigem Ehrgeiz oder kann sich auch komplett verweigern?
- Sucht es häufig den Kontakt zu Älteren?
- Ist es sehr empathisch und leidet leicht mit anderen Wesen?
- Hat es ein starkes Gespür für “Atmosphärisches”?
- Kommuniziert es nonverbal mit Ihnen, seinen Geschwistern oder Tieren?
- Ist es sehr kreativ?
- Ist Dein Kind wissensdurstig und erfasst Zusammenhänge auf überraschende Art und Weise?

- Kann es sich im Spiel völlig vergessen und ganz in seiner Welt aufgehen?
- Spielen Musik und Rhythmus eine frühe Rolle?
- Fühlt es sich vielleicht “anders” als seine Altersgenossen?
- Gilt es in Kindergarten oder Schule als Einzelgänger?
- Ist Mobbing in der Schule unter Umständen eines der schweren Themen in Ihrem Familienalltag?