

Test (hoog)gevoeligheid voor kinderen

Is je kind (hoog)gevoelig? Een vragenlijst voor ouders

Beantwoord de vragen zo goed als je kunt. Antwoord met 'ja' als het in ieder geval enigszins voor jouw kind opgaat of gedurende een aanzienlijke periode in het verleden opging. Antwoord met 'nee' als het niet speciaal of helemaal niet opgaat voor jouw kind.

Mijn kind...

nr.	Vraag	Ja	Nee
1	schrikt snel.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	heeft last van kleren die kriebelen, naden in sokken of kledingmerkjes tegen zijn/haar huid.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	houdt over het algemeen niet van grote verrassingen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	leert meer van een vriendelijke terechtwijzing dan van strenge straf.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	lijkt mijn gedachten te kunnen lezen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	ruikt elk vreemd geurtje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	gebruikt moeilijke woorden voor zijn/haar leeftijd.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	heeft een scherpzinnig gevoel voor humor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	lijkt zeer intuïtief.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	is moeilijk in slaap te krijgen na een opwindende dag.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	heeft moeite met grote veranderingen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	wil zich verkleden als zijn/haar kleren nat of zanderig zijn geworden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	stelt veel vragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	is een perfectionist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	heeft oog voor het verdriet van anderen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	houdt meer van rustige spelletjes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	stelt diepzinnige, beschouwende vragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	is zeer gevoelig voor pijn.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	kan slecht tegen een luidruchtige omgeving.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	heeft oog voor detail (iets dat van plaats is veranderd, een verandering in iemands uiterlijk e.d.).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	kijkt eerst of het veilig is alvorens ergens in te klimmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	presteert het best wanneer er geen vreemden bij zijn.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	beleeft de dingen intensief.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Deze bovenstaande vragenlijst komt uit het boek van Elaine Aron. Heb je meer dan dertien vragen met 'ja' beantwoord, dan is jouw kind waarschijnlijk (hoog)gevoelig. Als je 1 of 2 vragen met 'ja' hebt beantwoord, maar ze zijn wel in extreme mate waar voor jouw kind, dan kan eveneens gelden dat jouw kind hooggevoelig is. De bovenstaande test geeft je een indruk.