

Ist mein Kind ein Orchideen-Kind?

Bitte beantworte jede Frage mit „Ja = mehr oder weniger zutreffen“ oder „Nein = nicht zutreffend“. Notiere für jede Ja-Antwort den entsprechenden Buchstaben (O, T, L). Am Ende zähle die Buchstaben aus, um eine Tendenz zu erkennen.

A) Wahrnehmung und Sensibilität

1. Mein Kind hat eine empfindliche Haut und verträgt keine kratzenden Stoffe, Nähte in Socken oder Etiketten in T-Shirts. (O)
2. Mein Kind ist geruchsempfindlich, sogar bei sehr schwachen Gerüchen. (O)
3. Mein Kind findet nasse oder schmutzige Kleidung unangenehm. (O)
4. Mein Kind ist sehr schmerzempfindlich. (O)
5. Mein Kind ist lärmempfindlich. (O)
6. Mein Kind registriert kleine Details oder Veränderungen in seiner Umgebung sofort. (O)

B) Emotionale Reaktionen

7. Mein Kind erschrickt leicht. (O)
8. Mein Kind mag keine großen Überraschungen. (O)
9. Mein Kind ist sehr einfühlsam und erkennt schnell die Gefühle anderer. (O)
10. Mein Kind hat ein intensives Gefühlsleben und reagiert stark auf emotionale Ereignisse. (O)
11. Mein Kind stellt tiefgründige Fragen, die Erwachsene nachdenklich machen. (T)
12. Mein Kind denkt über mögliche Gefahren nach, bevor es ein Risiko eingeht. (T)
13. Mein Kind hat Schwierigkeiten, mit großen Veränderungen umzugehen. (O)

C) Verhalten und Interessen

14. Mein Kind hat für sein Alter einen ungewöhnlich gehobenen Wortschatz. (T)
15. Mein Kind hat einen klugen Sinn für Humor. (T)
16. Mein Kind stellt sehr viele Fragen. (T)
17. Mein Kind ist ein Perfektionist und mag es, wenn Dinge „genau richtig“ sind. (O)
18. Mein Kind bevorzugt eher ruhige, wenig aufregende Spiele. (O)
19. Mein Kind erzielt die beste Leistung, wenn keine Fremden dabei sind. (O)

D) Stressbewältigung und Entspannung

20. Mein Kind profitiert beim Lernen eher durch sanfte Belehrung als durch harte Bestrafung. (O)
21. Mein Kind kann nach einem aufregenden Tag schlecht einschlafen. (O)
22. Mein Kind wirkt meistens anpassungsfähig und meistert neue Situationen mühelos. (L)
23. Mein Kind ist neugierig und erkundet seine Umgebung gern ohne Angst. (L)
-

Auswertung

Wenn Du mehrere **Aussagen mit dem Buchstaben O mit „Ja“** beantwortet hast, gehört Dein Kind vermutlich zu den **hochsensiblen Orchideen-Kindern**.

Aber: **Hochsensibilität ist keine starre Kategorie!** Manche hochsensiblen Kinder kommen vielleicht nur auf wenige „Ja“-Antworten, zeigen aber ein oder zwei Merkmale besonders ausgeprägt.

💡 Wichtig:

- Auch wenn Dein Kind nur **ein einziges, aber sehr stark ausgeprägtes** hochsensibles Merkmal aufweist (unter dem es möglicherweise leidet: z.B. Geräuschempfindlichkeit, Schmerzempfindlichkeit, Angst vor dem Alleinsein), kann es trotzdem hochsensibel sein.
- Hochsensibilität ist keine Diagnose, sondern ein besonderes Persönlichkeitsmerkmal, vergleichbar mit der „Linkshändigkeit“, hier eine besondere Art der Wahrnehmung und der tiefen Verarbeitung im Gehirn.

🔍 Und was bedeutet das für Dich als Mutter oder Vater?

Wenn Dein Kind ein **Orchideen-Kind** ist, dann ist es besonders wichtig:

- Einfühlsam auf seine Bedürfnisse einzugehen, ohne es zu überbehüten.
- Ihm zu helfen, seine Stärken zu erkennen und mit Herausforderungen umzugehen.
- Strukturen und Rituale zu schaffen, die ihm Sicherheit geben.
- Es zu ermutigen, sich selbst zu akzeptieren und stolz auf seine Feinfühligkeit zu sein.

💬 Hat Dir der Test weitergeholfen?

Teile Deine Erfahrungen oder mache den Test mit Deinem Kind gemeinsam! 😊

Meine Literaturempfehlung: Elaine N. Aron: „Das hochsensible Kind“

Herzlichst Euer

Reinhard Persdorf
Coach und Therapeut für Hochsensible

Siehe auch: <https://hsp-eltern-coaching.de>