



Bin ich hochsensitiv?

- Vorahnungen, die sich später bewahrheitet haben, hatte ich schon öfters (z. B. Krankheitsereignisse, Todesfälle, sonstige Geschehnisse)
- Träume, die ich hatte, haben sich auch so im wahren Leben ereignet
- Ich stehe mit Pflanzen und Tieren in Verbindung
- Ich nehme Dinge wahr, die für andere nicht vorhanden sind und die ich nicht wirklich erklären kann
- Den Gedanken verrückt zu werden bzw. psychisch krank zu werden hatte ich schon manchmal
- Ich spreche nicht mit anderen über mein mediales Können
- Ich habe bei mir in der Familie Verwandte mit medialen Fähigkeiten
- Als Kind hatte ich imaginäre Freunde
- Ich kann mich in andere gut Menschen hineinfühlen
- Für mich ist es einfach zu erspüren, was für andere Menschen in ihrer Umgebung hinderlich ist, was sich an Umständen ändern sollte
- Ich merke, wenn mich jemand von außen in meiner Empfindsamkeit blockiert
- Leid bei Mensch und Tier ist für mich unerträglich
- Soziale Anpassung fällt mir unglaublich schwer, mir sieht man Gefühlsregungen leicht an
- Ich spüre beim Lesen Schwingungen
- Menschen, die manipulativ sind, sind mir sofort bewusst und ich gehe ihnen aus dem Weg
- Ich suche immer wieder Erklärungen für mein hellichtiges, -fühliges und -höriges Talent
- Manchmal machen mir meine Fähigkeiten Angst
- Ich glaube, dass es etwas „größeres Wissendes“ gibt und fühle mich damit verbunden
- Leicht wirken chemische Substanzen und Chemikalien auf mich ein
- Als Kind lebte ich sehr gerne in einer Traumwelt
- Manchmal wünsche ich mir nicht so viel mitzubekommen, weil es mir schwer fällt, damit zu leben

Wenn du mehreren Punkten mit einem Ja zustimmen konntest, ist es sehr wahrscheinlich, dass du hochsensitiv bist. Dieser Test ist nur ein Anhaltspunkt, um dir ein wenig Sicherheit zu geben.