



VOTRE ENFANT EST-IL HAUTEMENT SENSIBLE ?

QUESTIONNAIRE A DESTINATION DES PARENTS

Questionnaire élaboré par Elaine ARON , psychothérapeute et chercheuse en psychologie. Reconnue internationalement pour ses travaux sur l'hypersensibilité, Elaine ARON a publié plusieurs best-sellers sur le sujet.

Répondez à chacune des questions du mieux que vous le pouvez. Répondez « vrai » s'il est vrai ou relativement vrai que l'affirmation s'applique à votre enfant. Répondez « faux » si elle ne se vérifie pas vraiment ou jamais chez votre enfant.

Mon enfant...

	Observations	Vrai	Faux
1	Sursaute facilement		
2	Se plaint de vêtements qui grattent, est gêné par les coutures de ses chaussettes ou les étiquettes		
3	N'apprécie généralement pas les grosses surprises		
4	Apprend mieux avec une petite remise en place qu'avec une punition sévère		
5	Semble lire dans mes pensées		
6	Utilise des mots recherchés pour son âge		
7	Remarque la moindre petite odeur inhabituelle		
8	Possède un sens de l'humour affûté		
9	Semble très intuitif		
10	A du mal à s'endormir après une journée excitante		



11	Ne gère pas bien les grands changements		
12	Demande à se changer si ses vêtements sont mouillés ou pleins de sable		
13	Pose beaucoup de questions		
14	Est perfectionniste		
15	Remarque la souffrance d'autrui		
16	Préfère les jeux calmes		
17	Pose des questions profondes, qui donnent à réfléchir		
18	Est très sensible à la douleur		
19	Est gêné par les lieux bruyants		
20	Remarque des détails subtils (quelque chose qui a été déplacé, un changement dans l'apparence de quelqu'un, etc.)		
21	Vérifie avant de grimper si cela n'est pas dangereux		
22	Réussit mieux quand il n'y a pas d'inconnus présents.		
23	Prend les choses à cœur		

Résultats : Si vous avez répondu « vrai » à treize affirmations ou plus, votre enfant est probablement hautement sensible. Précisons qu'aucun test psychologique n'est suffisamment fiable pour définir une personne dans toute son unicité, complexité, subtilité, ni même pour justifier à lui seul des choix éducatifs. Si seulement une ou deux affirmations s'appliquent à votre enfant mais qu'elles s'avèrent extrêmement vraies, il est possible qu'elles indiquent aussi une haute sensibilité. Il existe un autre questionnaire qui permet d'observer de manière plus approfondie comment se manifeste la haute-hyper-ultra sensibilité chez votre enfant.