

Stellingen	Ja	Nee
Ik ben me bewust van de subtiele signalen in mijn omgeving		
Ik wordt beïnvloed door stemmingen van anderen		
Ik ben nogal gevoelig voor pijn		
Tijdens drukke dagen merk ik dat ik er behoefte aan heb om me terug te trekken op een plek waar ik ongestoord alleen kan zijn		
Ik ben bijzonder gevoelig voor de effecten van cafeïne		
Ik raak gemakkelijk overvoerd door dingen als fel licht, sterke geuren of harde sirenes		
Ik heb een rijke en complexe innerlijke belevingswereld		
Ik voel mij niet op mijn gemak bij harde geluiden		
Ik kan diep geroerd raken door kunst of muziek		
Ik ben heel ordelijk		
Ik schrik gemakkelijk		
Ik voel me opgejaagd als ik veel moet doen in korte tijd		
Als mensen zich ergens niet prettig voelen, weet ik meestal wat er moet gebeuren om dat te veranderen (bijvoorbeeld licht dimmen of meubels verplaatsen)		
Ik raak geïrriteerd als mensen proberen me veel dingen tegelijk te laten doen		
Ik doe erg mijn best te voorkomen dat ik fouten maak of dingen vergeet		
Ik kijk uit principe niet naar gewelddadige films of tv-shows		
Ik voel me ongemakkelijk als er veel om me heen gebeurt		
Als ik erge honger heb, heeft dat een sterke invloed op mijn concentratievermogen of mijn humor		
Veranderingen in mijn leven brengen me van mijn stuk		
Ik heb een neus voor delicate geuren, smaken, geluiden en kunstwerken en geniet daarvan		
Het vermijden van situaties die mij van streek maken of overbelasten heeft bij mij hoge prioriteit		
Als ik met iemand zou moeten wedijveren of op mijn vingers wordt gekeken, word ik zo nerveus of gespannen dat mijn prestaties veel minder zijn dan gewoonlijk		
Als kind werd ik door mijn ouders of leraren gevoelig of verlegen gevonden		

Kruis bij elke stelling "JA" of "NEE" aan op wat voor jou van toepassing is. Stuur vervolgens het document naar mij op en je krijgt **gratis** een mail retour met de uitslag. Stuur hem naar:

massagepraktijk-aniek@outlook.com