

Bin ich ein Scanner? – Selbsttest

Hallo!

Schön, dass du hier bist und dich mit deiner sensiblen Seite und deiner Vielfältigkeit befasst. Hochsensibilität und Scannertum (Vielbegabung) sind wahrlich große Geschenke! Wobei beide nicht immer Hand in Hand gehen müssen. Du kannst also hochsensibel sein, ohne eine Scanner-Persönlichkeit zu sein. Vielleicht bist du aber auch eine nicht hochsensible ScannerIn oder du vereinst tatsächlich beide Seiten in dir.

Mach' also ruhig auch den Selbsttest „Bin ich hochsensibel?“, um herauszufinden, wie sich deine Talente derzeit ausprägen und zeigen. Ja, derzeit! Denn jeder Selbsttest ist immer eine Momentaufnahme.

Und egal wie deine Tests ausfallen, einzigartig bist du so oder so. :-)

Die folgenden Fragen habe ich basierend auf meinen seit 2010 gesammelten Erfahrungen mit der Hochsensibilität und den seit 2015 gesammelten Erfahrungen mit dem Scanner-Dasein für dich gesammelt. Mögen sie dir helfen zu erkennen, ob du zu den Scanner-Persönlichkeiten zählst und in welcher Ausprägung.

Beantworte die Fragen am besten so spontan wie möglich und gern nach einer kleinen Meditation oder einem entspannenden Spaziergang, damit du deine Intuition antworten lassen kannst.

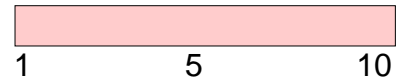
Schätze deine Zustimmung oder Ablehnung auf einer Skala von 1 (trifft gar nicht zu) bis 10 (trifft vollkommen zu) ein.

Du kannst den Test ausdrucken oder gleich online ausfüllen.
Hab' viel Freude dabei!

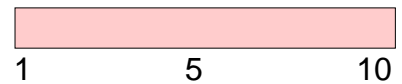
Deine Inga

Bin ich ein Scanner? – Selbsttest

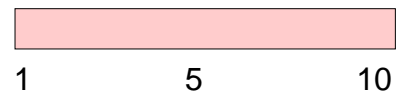
1. Ich bin sehr vielfältig interessiert.



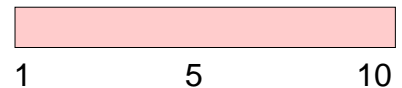
2. Ich entdecke gerne Neues und habe Freude daran, mich im Neuen zu erfahren.



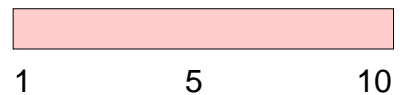
3. Ich werfe gern "viele Bälle in die Luft". Denn ich finde es spannend, mich gleichzeitig in unterschiedlichen Situationen und Umgebungen zu erfahren.



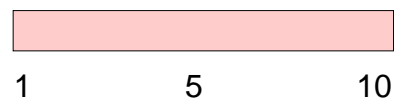
4. Am liebsten würde ich all meine Interessen auf einmal ausleben. Meist sind die Tage dafür einfach zu kurz.



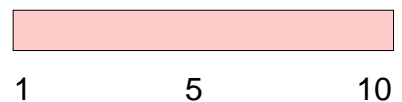
5. Anpassungsfähigkeit ist nicht gerade mein größtes Talent. Ich folge lieber meinem eigenen Weg.



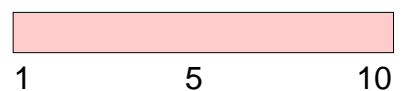
6. Ich hinterfrage Autoritäten und lasse mir ungern etwas sagen.



7. Ich brauche Beziehungen auf Augenhöhe. Festgefahrene Strukturen und überkommene Hierarchien wecken meinen Widerstand.

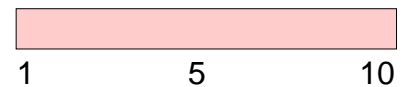


8. Mir wird schnell langweilig, wenn ich eine Tätigkeit eine Weile ausgeübt habe.

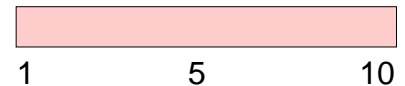


Bin ich ein Scanner? – Selbsttest

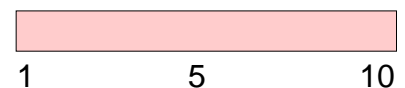
9. Zu viele Routinen machen mich müde und antriebslos.



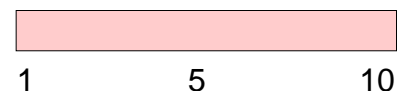
10. Ich kann mir nicht vorstellen, ein und denselben Job bis zur Rente zu machen.



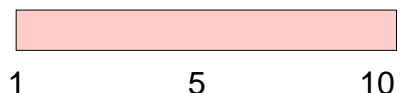
11. Ich möchte die Dinge gern von allen Seiten kennenlernen und betrachten, sie in Sinnzusammenhängen erforschen.



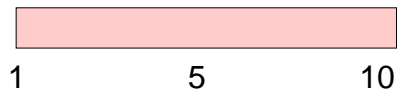
12. Ich erfahre Neues gern mit allen Sinnen, möchte es gern in mir in aller Tiefe erspüren, erleben, praktisch erfahren, durchdringen.



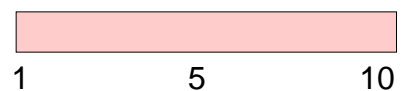
13. Wenn ich mich für etwas begeistere, lerne ich sehr schnell.



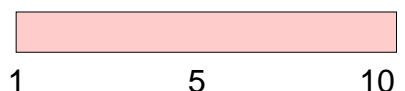
14. Ich bin AutodidaktIn.



15. Andere Menschen finden es manchmal irritierend, wenn sie hören, dass ich schon wieder etwas spannendes Neues für mich entdeckt habe.

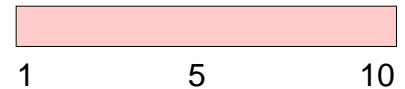


16. Ich bin gut darin, (auch ganz ungewöhnliche) Lösungen für Probleme zu finden.

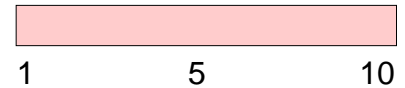


Bin ich ein Scanner? – Selbsttest

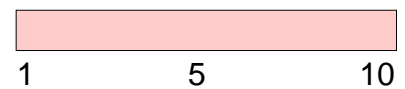
17. Mir gehen nie die Ideen aus.
Ich sprudle regelrecht vor Ideen.



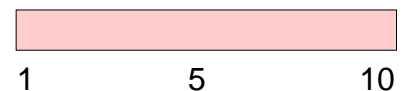
18. Ich kreierte am liebsten meine eigenen Prozesse.
Deutlich schwerer fällt es mir, von anderen entwickelte Prozesse ohne kreative Mitgestaltung abzuarbeiten.



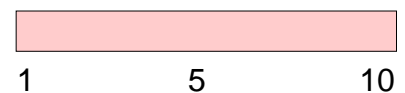
19. Wenn mich ein Projekt nicht mehr begeistert,
dann kostet es mich sehr viel Kraft,
es dennoch zu Ende zu bringen.



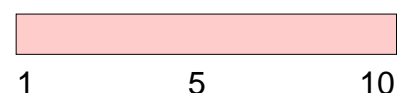
20. Wenn ich mich für etwas begeistere,
ist meine Begeisterung sehr ansteckend.



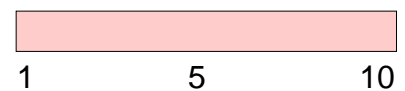
21. Ich lese gern mehrere Bücher parallel.
Nicht unbedingt alle bis zum Ende.



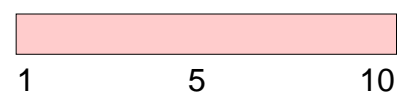
22. Ich bin gern eigenständig und empfinde das
Gefühl von Abhängigkeit als sehr belastend.



23. Mir fällt es leicht, Träume, Visionen und Ziele
zu entwickeln, ihnen zu vertrauen
und sie Realität werden zu lassen.

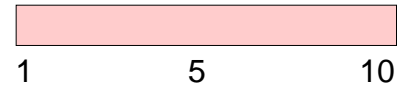


24. Menschen, die sich ständig in ein Wenn und Aber
flüchten, die mehr Probleme als Lösungen sehen,
finde ich langweilig bis anstrengend.

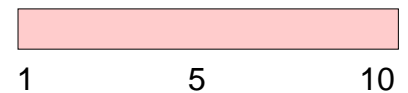


Bin ich ein Scanner? – Selbsttest

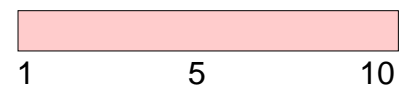
25. Ich denke mehr in größeren Sinnzusammenhängen und bin irritiert, wenn andere diese Zusammenhänge nicht erkennen.



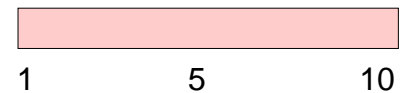
26. Ich bin kreativ.



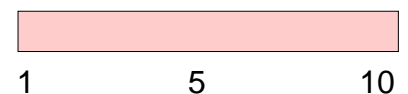
27. Andere erleben mich manchmal als unstet.



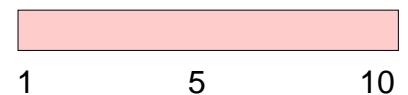
28. Ich bin eher spontan.



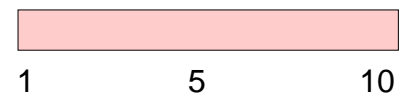
29. Ich lerne viel, in dem ich andere beobachte und im praktischen Ausprobieren.



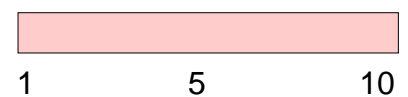
30. Ich bin ein Freigeist / eine LebenskünstlerIn.



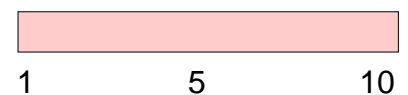
31. Ich finde, die Welt dürfte ein bisschen bunter sein.



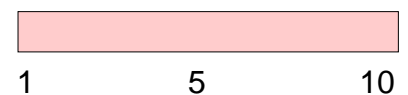
32. Ich bin lebenshungrig.



33. Ich passe in keine „Form“ oder kann mich nur kurz in vorgefertigte Formen einfügen.



34. Ich erhole mich oft besser, indem ich mich einer anderen, interessanten Aufgabe zuwende, als beim „Nichtstun“.



Bin ich ein Scanner? – Selbsttest

Auswertung:

Vorab sei auch bei diesem Selbsttest angemerkt, dass er eine Momentaufnahme darstellt. Er gibt dir Auskunft darüber, wie du deine Vielfältigkeit *jetzt* gerade wahrnimmst.

Selbsttests können natürlich nicht den Anspruch absoluter Neutralität und Gewissheit erfüllen, denn sie verleiten dann und wann zur positiven Überhöhung der eigenen Person oder zur „Untertreibung“, je nachdem aus welchem Blickwinkel du dich betrachtest. ;-)

Dennoch kann dir dieser Test eine Orientierungshilfe schenken. So wertest du ihn aus:

Hast du bei mehr als 20 Antworten zwischen 1 und 5 „Punkte“ vergeben, dann zählst du auf jeden Fall zu den vielfältig interessierten Menschen mit einer mehr oder weniger starken Tendenz zum Scanner-Dasein.

Je weiter die Mehrzahl deiner Antworten in Richtung 5 „Punkte“ und mehr tendieren, desto ausgeprägter ist deine Scanner-Mentalität.

Wie du mit deiner Vielbegabung umgehst, dich an ihren schönen Seiten erfreust und die Herausforderungen im Umgang mit ihr meisterst, liest du in meinem Blog unter www.zart-stark.de oder erfährst du in meinen Beratungen, Jahresgruppen, Web-Seminaren und Veranstaltungen.

Lass es dir gut gehen & Lebe deine besondere, zarte Stärke!

Alles Liebe, deine Inga