

## **CHECK-LISTE Bin ich ein HSP-SCANNER?**

[www.hsp-scanner.jimdo.com](http://www.hsp-scanner.jimdo.com)

1. Ich bin wissbegierig und lerne gerne, schon seit meiner Kindheit.
2. Ich habe viele unterschiedliche Talente und Fähigkeiten, die ich alle leben möchte.
3. Es ist mir wichtig, in meinem Leben etwas Sinnvolle zu machen und etwas zu bewirken.
4. Mich mit Dingen zu beschäftigen, die mir Freude machen, ist mir wichtig.
5. Ich habe ein (selbst-)kritisches und unabhängiges Denken.
  
6. Ich verfüge über ein sehr breites und vielfältiges Wissen, das ich mir meist selbst aneigne.
7. Ich genieße es, überall und zu jeder Zeit auf das Weltwissen im Netz zugreifen zu können.
8. Ich habe mehrere Ausbildungen und Berufe.
9. Ich kann Vieles ohne mich lange dafür anstrengen zu müssen.
10. Ich erfasse neue Inhalte meist recht schnell.
  
11. Meist lese ich viele Bücher, Artikel, Zeitschriften gleichzeitig und auch zu sehr unterschiedlichen Themen.
12. Ich habe ein starkes Bedürfnis meine Potentiale auch in der Realität umzusetzen.
13. Ich bin leicht von etwas Neuem fasziniert.
14. Ich probiere gerne Neues aus.
15. Meine Aufmerksamkeit wandert aber auch schnell wieder zu neuen Themen und Herausforderungen.
  
16. Vieles beginne ich, mache es aber nicht fertig.
17. Meine Ordner, Schubladen und der Keller quellen über vor angefangenen Projekten.
18. Geduld und Disziplin zählen nicht gerade zu meinen Kernkompetenzen.
19. Ich habe nicht das Bedürfnis, mich durchzubeißen und eine Sache zu Ende zu bringen, wenn sie mich nicht mehr interessiert.
20. Mich für nur eine Aufgabe, ein Hobby zu entscheiden und auf alles andere zu verzichten, fällt mir schwer, ja ist geradezu unmöglich.

21. Wenn mich ein Thema besonders interessiert, verfolge ich es intensiv und kann bis auf den Grund der Materie vordringen.
22. Ich kann eine große Menge Daten in meinem Kopf speichern, ordnen und wieder abrufen.
23. Der Blick aus der Vogelperspektive fällt mir leicht. Zusammenhänge, auch in größerem Umfang zu erkennen, ist meine Spezialität.
24. Ich erkenne rasch die Potentiale in Menschen und Dingen.
25. Ich brauche die Vielfalt in meinem Leben, sonst wird mir schnell langweilig.
  
26. Mir völlig neue und ungewöhnliche Lösungen für Aufgaben einfallen zu lassen, fällt mir leicht.
27. In besonderen Situationen und Notfällen wachse ich über mich hinaus.
28. Es fällt mir schwer „Nein“ zu sagen, wenn andere mich um etwas bitten, das ich kann.
29. Im Team bleibt mir immer mehr Arbeit als den anderen.
30. An Ideen mangelt es mir nie, eher an der Zeit sie umzusetzen.
  
31. Ich hatte bisher wenig Talent, ein gutes Zeitmanagement für mich zu finden.
32. Ich habe so viele Ideen, dass meine Lebenszeit nicht reichen wird, um alle umzusetzen.
33. Ich mache viele Dinge gleichzeitig und das erschöpft mich oft.
34. Wenn mein Geist (oder auch meine Hände) nicht oder unterbeschäftigt sind, macht mich das richtig unrund.
35. Manchmal habe ich so viele Ideen und mache dann doch nichts davon.
  
36. Das Nicht-Entscheiden-Können kostet mich oft so viel Kraft, dass ich ganz erschöpft bin.
37. Ich leide darunter, dass ich nicht alle meine Ideen in die Wirklichkeit bringen kann.
38. Ich liebe es, kreativ zu sein.
39. Es macht mir viel Freude gemeinsam etwas Neues aufzubauen.
40. Mir sind die Menschen im Team wichtiger als der Erfolg.
  
41. Routine und Erhaltungsarbeiten sind mir ein Gräuel.
42. Ich habe viel mehr Potentiale als ich zeige.
43. Einfach in der Masse unterzutauchen ist nicht mein Ding.
44. Ich gehe regelmäßig über meine Grenzen, Abgrenzung fällt mir schwer.
45. Ich habe eine sehr gute Beobachtungsgabe und nehme mehr wahr als die meisten Menschen.

46. Auch im Gespräch springt mein Geist von einem Thema zum nächsten.
47. Das kommt bei vielen meiner Gesprächspartner gar nicht gut an. Sie finden das anstrengend.
48. Vielseitige Menschen finde ich spannend und interessant. Sie inspirieren mich.
49. Wenn sich andere nur für alltägliche Themen interessieren, bin ich schnell gelangweilt.
50. Smalltalk ermüdet mich schnell und ich versuche ihm auszuweichen.
  
51. Ich bin immer wieder in meinen Talenten gefördert worden.
52. Manche beneiden mich um mein Können.
53. Nicht alle stehen meinen Fähigkeiten positiv gegenüber.
54. Es kommt vor, dass ich einen Teil meiner Fähigkeiten verstecke, um nicht ausgeschlossen zu werden.
55. Ich kann andere Menschen sehr gut motivieren und begeistern.
  
56. Ich verfüge über eine stark ausgeprägte Intuition.
57. Wissen und Fortbildung machen mir Freude.
58. Mich weniger qualifizierten Autoritäten unterzuordnen fällt mir schwer.
59. Manchmal stehe ich mir, trotz meiner Fähigkeiten, selbst im Weg.
60. Immer wieder bricht meine Erfolgssträhne knapp vor einem glücklichen Ende ab.
  
61. Nach viel Engagement fehlt mir oft die "Ernte".
62. Manchmal fällt es mir schwer, den Erfolg und das Glück, das sich mir bietet, anzunehmen.
63. Ich bin oft unzufrieden mit mir, da ich weiß oder spüre, dass ich noch viel mehr könnte.
64. Ich möchte Routineaufgaben möglichst vermeiden - sie quälen mich geradezu.
65. Ich verfolge sowohl beruflich als auch privat sehr unterschiedliche Themen: Menschen, Kunst, Technik, Politik, Garten, Musik, Sport, Wohnen, Kochen ...
  
66. Ich arbeite gern selbstbestimmt und frei und nach meinem eigenen Rhythmus.
67. Was alle anderen machen, kümmert mich wenig.
68. Wenn ich eine neue Aufgabe oder Lösung sehe, muss ich schnell und unkompliziert darauf reagieren können.
69. Daher fällt es mir manchmal schwer im Team zu arbeiten.
70. Ich setze mir gern mehrere höchst motivierende Ziele auf einmal.

71. Ich hinterfrage Meinungen von anderen grundsätzlich.
72. Ich kann mit Hierarchien nicht gut umgehen und vermeide sie daher nach Möglichkeit.
73. Ich empfinde mich selbst als individuell, originell und einzigartig.
74. Ich suche aktiv die Nähe von Menschen, die so „ticken“ wie ich.
75. Trotzdem fühle ich mich oft einsam und verlassen.
76. Ich kann mich in andere gut einfühlen und nachempfinden, was sie bewegt.
77. Ich bin fasziniert von Menschen, die in ihrem Leben unkonventionelle Wege gehen.
78. Ich bin ständig voller Ideen und auch bereit sie umzusetzen.
79. Die Frage „Wer bin ich wirklich?“ beschäftigt mich immer wieder.

Quellen:

**Barbara SHER**

„Du musst dich nicht entscheiden, wenn du tausend Träume hast“

Deutsche Ausgabe: München: dtv, 2008 – 4. Auflage 2015;

Amerikanische Originalausgabe: „What do I do when I want to do everything?“, Rodale Inc., 2006

**Sabine KNOLL**

<http://www.hochsensitiv.net/wp-content/uploads/2017/08/HSP-Scanner-Artikel-Sabine-Knoll.pdf>

**Anne HEINTZE**

„Auf viele Arten anders: Die vielbegabte Scanner-Persönlichkeit als kreatives Multitalent“

<https://open-mind-akademie.de/die-vielbegabte-scannerpersoenlichkeit-2/>

**Michelle HAINZ**

<https://seelenfitness.info/scanner-persoenlichkeit-test/>

**Sebastian THALHAMMER**

<https://www.sebastianthalhammer.com/bist-du-eine-scanner-persoenlichkeit/>