



HSP bij kinderen (checklist)

HSP staat voor “Hoog Sensitieve Persoon” en betekent simpelweg dat zij extra gevoelig zijn voor stemmingen, sfeer, emoties van andere en vaak een sterke intuïtie hebben. Deze sterke intuïtie wordt in het alternatieve circuit ook wel een zesde zintuig genoemd.

Natuurlijk is de juiste school niet alleen de oplossing, het kind heeft hiernaast ook zijn of haar begeleiding nodig. Alleen is het lastig om je eigen kind te ‘behandelen’.

HSP bij kinderen komt steeds vaker voor, maar wij noemen deze kinderen liever nieuwtijdskinderen.

Je ziet een toename van AD(H)D, hoogbegaafdheid en HSP in de trend van de afgelopen 10 jaar. Een nieuwtijdskind loopt dus eigenlijk een beetje voor, de samenleving is er nog niet helemaal klaar voor... maar hoe herken je nou een nieuwtijdskind? En hoe ga je er mee om?

De kenmerken van nieuwtijdskinderen op een rij

Nieuwtijdskind zijn is geen ziekte. Er is echter vaak vraag naar een zogenaamde checklist van kenmerken van Nieuwtijdskinderen. De lijst is niet compleet en er is een overlapping met de lijsten die bijvoorbeeld worden gebruikt bij ADHD, Dyslexie en hoogbegaafdheid. Dit geeft stof tot nadenken en eist de nodige terughoudendheid in het stellen van de Diagnose ‘Nieuwtijdskind’. Ook zal niet iedere psycholoog het bestaan van nieuwtijdskinderen erkennen. Het blijft een alternatieve stroming.

Kenmerken van Nieuwtijdskinderen

- 1 Ze huilen vaak als baby
- 2 Ze doen wijze uitspraken voor hun leeftijd
- 3 Ze lijken alles te benaderen vanuit hun emotie
- 4 Ze leven vanuit hun eigen wijsheid
- 5 Ze zijn gevoelig voor sfeer en stemmingen van anderen en nemen deze snel over
- 6 Ze kennen een sterk rechtvaardigheidsgevoel
- 7 Ze hebben moeite met bedrog, liegen en onechtheid
- 8 Ze kunnen heel druk zijn (ADHD) of juist teruggetrokken
- 9 Ze hebben soms moeite met hun motoriek

- 10 ze zijn dromerig
- 11 Ze komen vaak met originele oplossingen waaraan niemand had gedacht
- 12 Ze reageren sterk intuïtief
- 13 Ze hebben vaak paranormale ervaringen
- 14 Ze hebben soms dyslexie of dyscalculie (reken stoornis)
- 15 Ze hebben vaak voedselintolerantie (voedsel allergie)
- 16 Ze kunnen eczeem, allergieën of andersoortig huidaandoeningen hebben
- 17 Ze hebben soms astma
- 18 Ze hebben een sterke binding met de natuur en vaak zijn ze vegetariër uit overtuiging
- 19 Ze hebben vaak verschil in ontwikkel snelheid tussen taal rekenen, motorische en intellectuele en sociale vaardigheden
- 20 Ze kunnen soms driftig zijn als ze niet begrepen worden
- 21 Ze zijn soms heel bang voor de dingen die wij niet kunnen zien of horen en niet begrijpen
- 22 Ze hebben regelmatig slaapproblemen en zijn verdrietig en/of angstig
- 23 Ze zijn soms hoogbegaafd

Hoe ga ik als ouder om met een Nieuwetijdskind

Nieuwetijdskinderen zijn vaak gebaat bij een speciale benadering door de ouders. Ook deze opsomming is niet volledig en gaat lang niet altijd op. Het is een lijst met mogelijke gedragingen vanuit de ouders tegenover het Nieuwetijdskind, waar ook 'normale' kinderen bij gebaat kunnen zijn

- 1 Behandel ze met respect, erken hun rol in de familie
- 2 Help ze hun eigen disciplinaire oplossingen te creëren
- 3 Geef ze keuze
- 4 Betuttel ze nooit en lach ze nooit uit
- 5 Geef altijd uitleg, waarom ze (moeten) dingen doen. Als het voor jezelf belachelijk klinkt, dan doet het dit ook voor hen.
- 6 Word partner van ze in hun eigen opvoeding
- 7 Vanaf baby geldt: leg bij alles uit wat je aan het doen bent en waarom. Ze zullen niet direct begrijpen, maar voelen wel dat je hun bewustzijn respecteert. Het helpt ze enorm wanneer ze gaan praten

8 Als er toch problemen ontstaan, ga dan ook naar iemand toe die ze begrijpt

9 Nieuwetijdskinderen reageren bijzonder goed op Homeopathie, Bach remedies en energie. Dit moet gedaan worden door een therapeut waar het kind zich gemakkelijk bij voelt

10 Geef ze onder alle omstandigheden hulp en voorkom negatieve kritiek, laat altijd weten dat je ze ondersteunt in hun proces

11 Laat ze dingen doen zonder overdreven aanmoediging

12 Vertel ze niet wie ze nu zijn of wat ze later zullen worden. Ze weten al precies wat ze gaan doen. Laat ze zelf beslissen waar ze geïnteresseerd zijn. Forceer ze niet deze kinderen zijn geen volgers

13 Deze kinderen zijn vaak creatief en maken de mooiste creaties dit een uiting van hun ziel

14 zorg er voor dat dit soort kinderen met soort genootjes in contact komt, dit help ze door deze moeilijke tijd heen, en vereenzamen niet.

Herkent u ook uw kind in de bovenstaande lijst?

Heeft uw kind een hoge score gehaald in de bovenstaande lijsten, of herkent u (cognitieve) gedragproblematieke en wilt u daar individueel of in een groep over praten? Dan kunt u geheel kosteloos een eerste gesprek aangaan met één van onze therapeuten.

Wat kunnen wij voor u betekenen.

- *groepsgesprekken voor ouders*
- *individuele sessies voor kinderen*
- *individuele sessies voor ouders*
- *therapie voor kinderen en volwassenen*
- *ontspanning en ontwikkeling*
- *creatieve middagen voor kinderen vanaf 6 jaar (ouders krijgen inhoudelijk uitleg over de gemaakte kunstwerken)*