

お子さんはHSCですか？

HSCには根底の性質として、次の4つの面（DOES）が全て存在します。4つのうち1つでも当てはまらないなら、おそらくHSCではないでしょう。

HSCの4つの性質（DOES）

D: DEPTH OF PROCESSING（深く処理する）

O: OVERSTIMULATION（過剰に刺激を受けやすい）

E: EMOTIONAL REACTIVITY/EMPATHY（感情反応が強く、共感力が高い）

S: SENSITIVITY TO SUBTLE STIMULI（ささいな刺激を察知する）

HSCかどうかを知るための、23のチェックリスト

出版社の意向により抜粋掲載しております。テスト全文は下記QRコードよりご利用ください。

次の質問に、感じたままを答えてください。子どもについて、どちらかといえば当てはまる場合、あるいは、過去に多く当てはまっていた場合には「はい」、全く当てはまらないか、ほぼ当てはまらない場合には、「いいえ」と答えてください。

1. 服の布地がチクチクしたり、靴下の縫い目や服のラベルが肌に当たったりするのを嫌がる
2. しつけは、強い罰よりも、優しい注意のほうが効果がある
3. 親の心を読む
4. 年齢の割りに難しい言葉を使う
5. 誰かがつらい思いをしていることに気づく
6. 完璧主義である

「ひといちはい敏感な子」より エレイン・N・アーロン 著 明橋大二 訳 青春出版社 (2021/3/23)

アーロン博士の
HSCチェックリストサイト

HSCをサポート
する方法は？

お問合せ先

