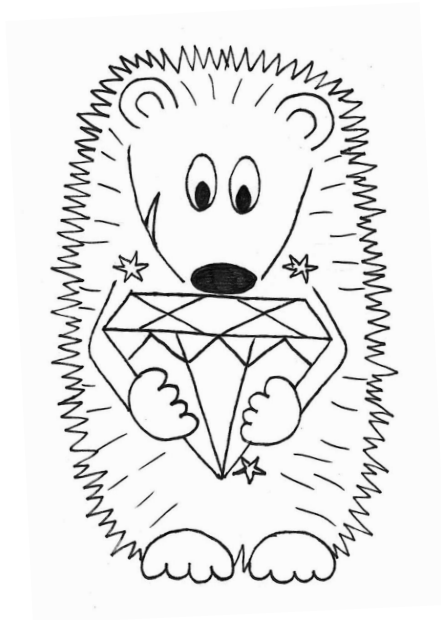


Het kleine egeltje  
is hooggevoelig



# Het kleine egeltje is hooggevoelig



Marit Goessens

*Voor Boaz en Noémi. Jullie zijn waardevol!*

© Marit Goessens

Uitgever: Jongboek

Auteur, coverontwerp, binnenwerk: Marit Goessens

Eerste druk: februari 2019

[www.hetkleineegeltje.nl](http://www.hetkleineegeltje.nl)

ISBN: 9789463867610

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën, of op welke manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

# Inhoud

## DEEL 1

Antennes .....	8
Zintuigen .....	16
Overprikkeling.....	30
Onbetaalbaar .....	34

## DEEL 2

Vragen .....	42
--------------	----

## DEEL 3

Uitslag .....	101
---------------	-----

## DEEL 4

Hulp bij hooggevoeligheid .....	105
Praktijk Het kleine egeltje .....	106
Eerder verschenen .....	107



# DEEL 1

## **Antennes**

Ik ben Emèl, een klein egeltje uit het Beukenbos. Ik heb twee lieve ouders en twee broertjes en zusjes. Ik houd van lachen, eten en spelen in het bos.

En o ja, sinds kort weet ik ook dat ik hooggevoelig ben. Heb jij daar wel eens van gehoord?

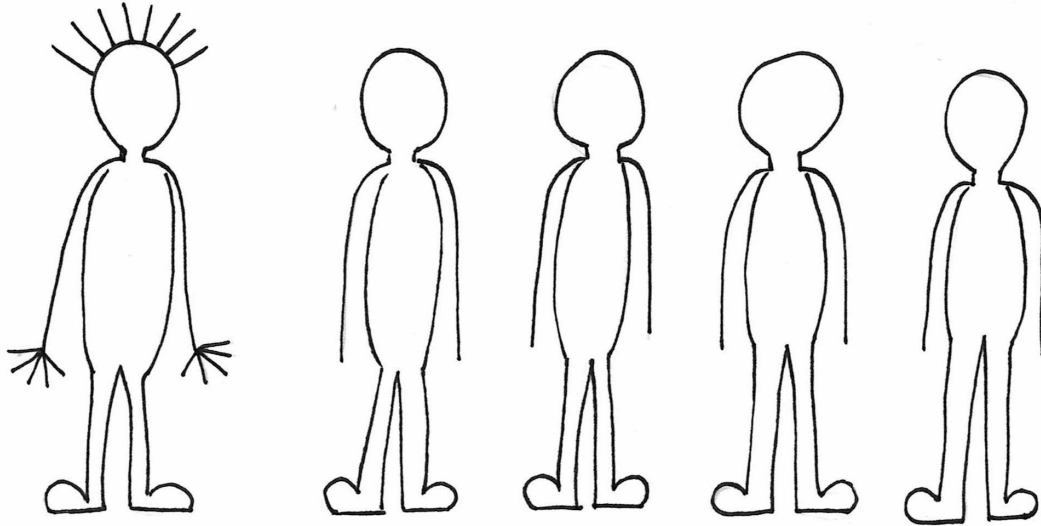
Ik zal je er wat meer over vertellen.





Iedereen is uniek. Zo is de een heel sportief en de ander heel muzikaal, maar je kunt bijvoorbeeld ook gevoeliger zijn dan anderen. Dat wordt hooggevoelig genoemd.

Ongeveer 1 op de 5 mensen is hooggevoelig. Dat is 20 procent. Dus als je in de klas zit met 25 kinderen, dan zijn er waarschijnlijk vijf kinderen gevoeliger dan de rest.



Veel hooggevoelige kinderen tekenen op jonge leeftijd streepjes op hun hoofd en handen. Een soort voelsprietten of antennes. Als je het leuk vindt kan je jouw tekeningen van vroeger (toen je 3 of 4 jaar was) opzoeken. Tekende jij ook antennes op je hoofd of handen?