**Ben jij een high sensation seeker? Doe de HSS test die is samengesteld op basis van onderzoek van Elaine Aron, Marvin Zuckerman en Tracey Cooper!**

Beantwoord alle vragen, bepaal of iets op jou van toepassing is of niet.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nr** | **Fysieke kicks en avontuur** | **Ja** | **Nee** |
| 1 | Ik doe graag aan sport die me een fysieke uitdaging of kick geeft, zoals skiën, bergbeklimmen, duiken, waterskiën of surfen. |  |  |
| 2 | Ik doe graag de meer extreme sporten zoals parachutespringen, bungeejumpen e.d. |  |  |
| 3 | Ik houd van fysieke snelheid zoals hard rijden in een auto of motor, zo snel mogelijk naar beneden skiën en hard varen. |  |  |
|  | **Totaal** |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nr** | **Nieuwe ervaringen en vernieuwing** | **Ja** | **Nee** |
| 1 | Ik bezoek liever een nieuwe plek dan naar een oord terug te keren dat ik al ken. |  |  |
| 2 | Ik geniet van het onbekende. |  |  |
| 3 | Als zich iets ongewoons voordoet ga ik eropuit om er meer over te weten te komen. |  |  |
| 4 | Mijn vrienden zeggen dat ze moeilijk kunnen voorspellen wat ik wil. |  |  |
| 5 | Ik houd er van nieuwe gebieden te verkennen. |  |  |
| 6 | Ik houd van kunst en/of muziek die me intense ervaringen biedt. |  |  |
| 7 | Ik heb graag vrienden die enigszins onvoorspelbaar zijn. |  |  |
| 8 | Als ik geld uitgeef aan reizen, kan het land waar ik heen ga mij niet ver genoeg zijn. |  |  |
| 9 | Ik zou graag ontdekkingsreiziger willen zijn. |  |  |
| 10 | Ik leer graag nieuwe mensen kennen. |  |  |
| 11 | Ik heb een diverse vriendenkring. |  |  |
| 12 | Ik houd van spelenderwijs leren, ontdekken en creëren. |  |  |
| 13 | Ik verheug me op een plek waar het nieuw en vreemd voor me is. |  |  |
|  | **Totaal** |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nr** | **Ontremming** | **Ja** | **Nee** |
| 1 | Als het veilig was, zou ik met drugs experimenteren om te ervaren hoe het is. |  |  |
| 2 | Ik vind het leuk als iemand onverwacht een grapje of opmerking maakt over seks, waardoor iedereen nerveus begint te lachen. |  |  |
| 3 | Ik houd van wilde feesten, festivals, dance events. |  |  |
| 4 | Ik houd van het gevoel van high, aangeschoten of dronken te zijn door drugs of drank. |  |  |
| 5 | Ik houd van nieuwe ervaringen m.b.t. seksualiteit of ben er nieuwsgierig naar zoals experimenteren, swingers, meerdere seksuele partners of vreemdgaan. |  |  |
|  | **Totaal** |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nr** | **Verveling** | **Ja** | **Nee** |
| 1 | Ik vind sommige gesprekken pijnlijk saai. |  |  |
| 2 | Ik houd er niet van te wachten zonder iets te doen. |  |  |
| 3 | Ik vind het saai als ik iedere dag met dezelfde mensen optrek. |  |  |
| 4 | Ik doe de dagelijkse dingen niet graag volgens een vaste routine. |  |  |
| 5 | Ik voel me rusteloos als ik lang thuis ben. |  |  |
| 6 | Ik houd van afwisseling van activiteiten. |  |  |
| 7 | Ik heb een hekel aan de sleur van regelmaat. |  |  |
| 8 | Ik kijk zelden 2 keer naar dezelfde film. |  |  |
|  | **Totaal** |  |  |

**Jouw score**

Als je 17 of meer vragen met ‘ja’ hebt beantwoord, ben je hoogstwaarschijnlijk een high sensation seeker (HSS). Het geeft tevens inzicht op welke deelgebieden je het meest een HSS bent.

Geen enkele test is perfect en de test is zeker niet bedoeld om jou in een hokje te plaatsen. Het is een indicatie of je HSS kenmerken hebt. Dit helpt jou om je HSS kant te accepteren en er beter mee om te leren gaan.

Billitonstraat 189 - 3312 SC Dordrecht - 06 82 25 72 33 - info@cajaco.nl - www.cajaco.nl

Billitonstraat 189 - 3312 SC Dordrecht - 06 82 25 72 33 - info@cajaco.nl - www.cajaco.nl