

**„Jenseits der Norm – hochbegabt und hoch sensibel“ von ANDREA
BRACKMANN aus der Sicht eines Hochsensiblen
(28.12.2005)**

Vorbemerkung: Der Rezensent ist nicht Psychologe oder Psychiater sondern „normale“ HSP. Auch maßt er sich nicht an, hochbegabt zu sein (mag ihm auch einiges im Buch sehr bekannt vorkommen).

Das Buch „Jenseits der Norm – hochbegabt und hoch sensibel“ von ANDREA BRACKMANN richtet sich an (betroffene) Laien und Fachleute, namentlich Therapeuten, die (möglicherweise) mit Hochbegabung zu tun haben. Die Autorin will ein neues Bild des Phänomens vermitteln, das von klassischen Vorstellungen – Klischees – abweicht. Folgerichtig – so schildert sie im ersten Kapitel, der Einleitung – ist der erste Teil des Buches einer Darstellung von Hochbegabung und aus ihr folgenden Problemen gewidmet, der zweite Teil behandelt therapeutische Fragen.

Im zweiten Kapitel führt BRACKMANN einige – ihrer Erfahrung nach – Mustertypen von hochbegabten Kindern an und betont, wie sehr diese nicht dem Klischee entsprechen. Aus der Sicht der HSP fällt auf, dass die in diesem Kapitel vorgestellten Kinder laute Veranstaltungen, Menschenmassen und Partys mieden und sich gern abseits hielten bzw. zurückzögen; das Wort „Mimose“ fällt als Zitat. Auch bekannt erscheint, wenn hohe moralische und ethische Ansprüche ebenso dargestellt werden wie ausgeprägte Kreativität, früh einsetzende Reflexion und Frühreife, die zu Verunsicherung und dem diffusen Gefühl führten, man sei „irgendwie anders“. BRACKMANN schließt mit der Feststellung, bei hochbegabten Kindern falle eine hohe Intensität des Erlebens auf.

Im folgenden Kapitel findet die Autorin für diese noch näher beschriebene Intensität eine Erklärung in Gestalt eines stärker „anregbaren“ Nervensystems sowie „besonders komplexe[n] und vielfältig vernetzte[n] neuronale[n] Strukturen“, die schnell und mit vielen Assoziationen auf Eindrücke reagierten. Es schließt sich eine Darstellung einiger Ausprägungen dieser Konstitution an – mit aus ihnen folgenden Stärken und Schwächen: zu hohe Komplexität des Denkens könne etwa für einfache Aufgaben disqualifizieren. Es folgt eine Beschreibung der Schwierigkeiten mit der Integration in banal interagierende Gruppen; das Kapitel endet mit Schilderungen von emotionaler und sensorischer Überempfindlichkeit und ihren Auswirkungen auf das intellektuelle Potenzial, die, so scheint es dem Rezensenten, mit nur geringen Modifikationen auch in einem Text über HS stehen könnten.

Der vierte Abschnitt stellt die Entwicklung Hochbegabter in Kindheit und Jugend dar. Eine Hauptursache für Probleme scheint für BRACKMANN zu sein, dass Hochbegabung sehr häufig unerwünscht sei: entsprechende Erfahrungen der Ablehnung könnten bei betroffenen Kindern zu Selbstzweifeln und Isolation führen. Manches Grundschulkind habe gar gelernt, seine Hochbegabung regelrecht zu verstecken, was langfristig Kraft und Konzentration raube. Wieder nutzt BRACKMANN einzelne Prototypen, um durchaus auch allgemein bekannte Probleme hochbegabter Schüler zu erläutern. In der Pubertät könnten sich Schwierigkeiten durch das Aufeinandertreffen von Abnabelungstendenzen auf fehlende Integration in die *peer group* ergeben. Im Studium könnten hochbegabte Studierende z.B. den Aufgabenstellungen zu hohe Komplexität unterstellen.

Das Erwachsenenalter ist das Thema des fünften Kapitels. BRACKMANN benutzt wieder Mustertypen, wieder fallen der HSP Eigenschaften wie das Gefühl, „von einem anderen Stern“ zu sein, starke Moralität, Einfühlungsvermögen, Licht- und Hitzeempfindlichkeit, Stimmungsschwankungen, Intuition, musische Neigungen, Vegetarismus, nagende existentielle Zweifel, innere Monologe und eine schmale Bandbreite an Situationen des Wohlfühlens ebenso auf wie eine Abneigung gegen Trivialität oder die Gratwanderung zwischen der Suche nach intensiven Erfahrungen und dem Rückzugsbedürfnis.

Eine sehr grobe Zusammenfassung des Abschnittes „Liebe und Partnerschaft“ wäre, dass hochbegabte Partner hochkomplexe, aber auch entsprechend schwierige Partnerschaften führten. BRACKMANN versucht, paradox erscheinende Neigungen zu Extremsituationen zu verstehen, schildert das Kontrastprogramm der Ordnungsliebe und erwähnt den ‚anderen‘ Humor Hochbegabter.

Primär an das therapierende Fachpublikum sind die folgenden Kapitel gerichtet, in denen sich die Autorin detailliert mit seelischen Störungen und deren Therapie auseinandersetzt. Auch der Laie kann jedoch Erkenntnisse gewinnen: etwa zur Frage, wie mit dem eigenen, hochbegabten Kind umgegangen werden sollte. Angst und Depression werden thematisiert, autistische Störungen sind ebenso wie Borderline ein prominentes Thema. Sehr hilfreich die breiten Ausführungen zur Abgrenzung von „normaler“ Hochbegabung und behandelten pathologischen Phänomenen: Es scheint, als seien letztere extreme Ausprägungen der ersten.

BRACKMANN beendet ihr Buch mit ermutigenden Worten gegenüber Hochbegabten und der Forderung an die Gesellschaft, deren Eigenart(en) zu akzeptieren. Schritte für Hochbegabte, besser zurechtzukommen, seien das Suchen von Gleichartigen sowie eine klare Analyse der Diskrepanz zwischen ihnen und ihrer Umwelt. Auch betont sie, Hochbegabte erfüllten u.a. als Vordenker eine wichtige Funktion in der Gesellschaft.

Der mögliche Zusammenhang zwischen Hochsensibilität (nach ARON) und Hochbegabung ist ein altes Thema. Rein quantitativ kann es nicht sein, dass beide Phänomene deckungsgleich sind, wenn denn die Zahlen stimmen. Ist man vorsichtig, wird man daher Georg Parlows Formulierung zuneigen, nach der Hochsensible alle auf eine gewisse Weise besonders begabt sind. ANDREA BRACKMANN – anscheinend ist ihr der *terminus technicus* „Hochsensibilität“ als solcher unbekannt – hat dieses Problem insofern nicht, als dass sie aus der Perspektive der Hochbegabten blickt und von ihr aus im Ergebnis feststellt, dass diese anscheinend überwiegend – wenn nicht durch die Bank – auch HSPs sind.

Was bringt die Lektüre des Werkes? Erschütternde Erkenntnisse kann jemand, der HS kennt, nicht erwarten: Das berühmte Gebirge ist schon vor längerer Zeit vom Herzen gefallen. Dennoch kann es durchaus sein, dass HS nicht alles ist, dass „da mehr ist“. Vielleicht ist es die Hochbegabung, deren Darstellung durch Frau BRACKMANN ihren Schwerpunkt in der Betrachtung der besonderen Art des Denkens hat. Vielleicht liegt hierin auch die Antwort auf die Frage, wie sich Hochbegabung zu HS verhält: hat HS schwerpunktmäßig und prägend Auswirkungen auf Art und ‚Methodik‘ des Denkens, wird man in dem Buch einige Antworten finden, die aus der HS-Literatur höchstens durch Interpretation herauszuziehen sind. Der Rezensent erinnert sich an Zeiten, zu denen er, frisch mit HS konfrontiert, wie der Elefant im Porzellanladen in der „Szene“ aufgetreten ist und z.T. mit seiner schneidenden analytischen Art verletzt hat. Andrea BRACKMANN könnte dabei helfen können, sich etwas feiner zu kalibrieren, sich noch besser einzuordnen und zu sich selbst zu finden.

Zum Abschluss noch ein hochinteressanter Gedanke, der unkommentiert stehen bleiben soll: in ihrem Vorwort erwähnt BRACKMANN, sie glaube inzwischen, Intelligenz habe mit der Abwesenheit von etwas zu tun. Dies relativiere auch einige Aussagen aus dem Rest des Buches.