

2.3 Vorläufer in der deutschen Wissenschaftsgeschichte

Paradoxerweise sowohl Quelle des Trostes wie auch weiterer Frustration ist, dass es schon lange vor ARON und ihren Kollegen Forscher gegeben hat, die nicht *taub und blind* waren angesichts besonderer Reizempfindlichkeit ihrer Patienten bzw. Probanden; es spricht vieles dafür, dass dies sogar in Deutschland der Fall war. Unter anderem deshalb, weil die Ergebnisse und Vermutungen dieser Forscher unserer Kenntnis nach nicht Gegenstand der aktuellen wissenschaftlichen Debatte zum Thema Hochsensibilität sind, sei auf sie an dieser Stelle etwas näher eingegangen; auch weil sie teilweise von der populärwissenschaftlichen bzw. Ratgeberliteratur durchaus bemerkt wurden.

So weist etwa ROLF SELLIN in seinem in das Thema einführenden Buch *Wenn die Haut zu dünn ist: Hochsensibilität – vom Manko zum Plus* darauf hin, dass der Psychiater ERNST KRETSCHMER in seinem Buch *Medizinische Psychologie* bereits in den 20er Jahren des 20. Jahrhunderts die Wesenszüge von Hochsensiblen dargestellt habe, die bei ihm „sensitive Reaktionstypen“ hießen.¹

ROLF SELLIN ist eigentlich Architekt, hat sich allerdings zum Heilpraktiker für Psychotherapie weitergebildet und betreibt seit 2008 ein „HSP-Institut“ in Stuttgart. Er bietet Seminare zum Thema Hochsensibilität für Laien und als Fortbildung für Psychotherapeuten und Pädagogen an und ist Autor mehrerer Bücher; zwei davon nennen Hochsensibilität im Titel: Das zweite heißt „Mein Kind ist hochsensibel – was tun?“. Er ist wiederholt in Fernsehen und Radio zum Thema aufgetreten. Die Autorin und Fachjournalistin *Julie Leuze* führte im Jahr 2008 für die Mitgliederzeitschrift des IFHS mit ihm ein Interview; der entsprechende Text ist im Internet verfügbar.²

2.3.1 ERNST KRETSCHMER, PIETER CORNELIS KUIPER und RICHARD KRAEMER

ERNST KRETSCHMER ist heute vor allem bekannt für seine *Konstitutionstypenlehre*: Bestimmte Körperformen gingen mit bestimmten Temperamentsmerkmalen einher; im Krankheitsfalle träten typischerweise spezifisch aus den Temperamentsmerkmalen folgende Psychopathologien auf. Diese Typologie habe, so schreibt der Münsteraner Psychiatrieprofessor RAINER TÖLLE in seiner *Geschichte der Psychiatrie*, „einer späteren statistisch kontrollierten Kritik nicht standgehalten“.³

Zeitgenössische Fachkollegen kannten KRETSCHMER allerdings eher als Autor des Buches *Der sensitive Beziehungswahn*. In der im Jahre 1918 erschienenen Habilitationsschrift⁴ beschreibt der Autor diese Erkrankung, die wohl als eine besondere Form der Psychose zu bezeichnen wäre; KRETSCHMER selbst grenzt sie von der Schizophrenie dadurch ab, dass ihr die „unbedingte[...], erlebnishaft[...], Sicherheit“ fehle: Zweifel des Patienten an seinem wahnhaften Erleben führten dazu, dass ein Charakteristikum der Erkrankung ein „fließende[r] Übergang von der Wahnvorstellung zur Zwangsvorstellung“ ist.⁵

¹ Sellin, Rolf, *Wenn die Haut zu dünn ist: Hochsensibilität – vom Manko zum Plus*, München 2011, S. 22.

² Leuze, Julie, *Hochsensibel: intensiv, voll aktiv – und ganz entspannt*, *Intensity 1* (Februar 2009), S. 7f.

³ Schott, Heinz, Tölle, Rainer, *Geschichte der Psychiatrie: Krankheitslehren, Irrwege, Behandlungsformen*, München 2006, S. 146.

⁴ Für die Lehrbefugnis an einer Universität, damit man also Professor werden kann, bedarf es einer *Habilitation*, deren Kernleistung in der Regel eine *Habilitationsschrift* ist. Hierzu später mehr.

⁵ Kretschmer, Ernst, *Der Sensitive Beziehungswahn: Ein Beitrag zur Paranoiafrage und zur Psychiatrischen Charakterlehre*, Heidelberg 1918, S. 93.

Bevor wir uns kurz mit der Frage auseinandersetzen, welche Wahnvorstellungen beim *sensitiven Beziehungswahn* auftreten, ist zunächst Zeit, etwas ausführlicher einen Terminus in Erinnerung zu rufen, dessen Kenntnis im Rahmen der Diskussion auch anderer uns interessierender Fragestellungen hilfreich sein dürfte: Das *Über-Ich* nach SIGMUND FREUD. Das FREUDSche Strukturmodell der menschlichen Persönlichkeit spricht von drei Instanzen im psychischen Apparat: *Es*, *Ich* und *Über-Ich*. Das *Es* ist dabei die älteste; es besteht vor allem aus den „aus der Körperorganisation stammenden Triebe[n]“. Es ist der „Ort der psychischen Energie“ (QUINDEAU), hat also die Funktion, das Individuum dazu zu bewegen, durch Handlungen bestimmte z. T. basale Bedürfnisse zu befriedigen. Das *Es* würde also zum Beispiel dazu auffordern, zu ihr zu gehen und den eigenen Drachen steigen zu lassen. Das *Über-Ich* ist demgegenüber das Gewissen, welches ethische Ansprüche an die Person stellt; es ist der große Antagonist des *Es* insofern, als es dem Individuum gelegentlich höflich davon in Kenntnis setzt, dass das Ausleben dem *Es* zuzuordnender Triebe einen Normverstoß bedeuten würde. Das *Über-Ich* würde etwa darauf hinweisen, dass „Schweinerein“ mit der *first love* eine „Schande“ wären, wenn sich gleichzeitig die Freundin in der Südsee bräunt. Das *Ich* ist nun die Instanz, die zwischen *Es* und *Über-Ich* (und den Anforderungen der Realität) vermittelt und letztlich die Entscheidung trifft, ob in einer konkreten Situation einer Triebvorgabe entsprochen wird oder nicht. Überwiegt in der Psyche eine Instanz, kann es „psychologisch prekär“ (QUINDEAU) werden.⁶

Diese ollen Kamellen aus der Psychoanalyse wurden an dieser Stelle referiert, weil eine Diskussion des sensitiven Beziehungswahns durch ihre Verwendung erleichtert wird. Sehr grob vereinfacht gesagt: Der Patient des sensitiven Beziehungswahns hat ein sehr stark ausgeprägtes *Über-Ich*, steht also stark unter dem Druck seines Gewissens. Ein konkretes Erlebnis eines vermeintlichen (moralischen) Versagens – gern ein Verstoß gegen sexualethische Normen, etwa: *Du sollst nicht masturbieren!* – kann nun dazu führen, dass der Wahn entwickelt wird, *alle wüssten* von diesem Versagen. Korrespondierend wird das Verhalten der Mitmenschen als Ausdruck dieses Wissens interpretiert; ihre Kommunikation wird in Bezug zum Vergehen gesetzt, beispielsweise werden Anspielungen wahrgenommen, wo keine intendiert waren.⁷

Spannend am sensitiven Beziehungswahn ist nun, dass KRETSCHMER davon ausgeht, er trete bei einem bestimmten Persönlichkeitstypus auf, dem *sensitiven Charakter*. Da für den Psychiater die Psychopathologie interessant ist, ist dieser Charakter nur indirekt Gegenstand der Abhandlung;⁸ für unsere Suche nach Thematisierungen von Hochsensibilität in der deutschen Wissenschaftsgeschichte und nach Möglichkeiten einer Vertiefung des Verständnisses des Konzeptes sind die entsprechenden Stellungnahmen aber eine Fundgrube.

⁶ Freud, Sigmund, Abriß der Psychoanalyse, Frankfurt a. M. 1972, S. 9ff.; Quindeau, Ilka, Psychoanalyse, Paderborn 2008, S. 40ff.

⁷ Ein Beispiel: Kretschmer, Ernst, Der Sensitive Beziehungswahn: Ein Beitrag zur Paranoiafrage und zur Psychiatrischen Charakterlehre, Heidelberg 1918, S. 71. In seinem Lehrbuch *Medizinische Psychologie* schreibt Kretschmer: „[Der Patient] bekommt das Gefühl, seine Beschämung müsse ruchbar geworden sein, jedermann wisse um sein peinliches Erlebnis, man sehe ihn so sonderbar an, drehe sich auf der Straße um, wenn er vorbeigehe, man lächle, man gebe Zeichen; in harmlosen Tagesgesprächen, selbst in der Zeitung findet er überall verblühte Anspielungen auf sich selbst“, was Folge einer *Affektprojektion* sei, die aufträte, wenn der „seelische Innendruck“ zu groß werde; Kretschmer, Ernst, *Medizinische Psychologie*, 12. Auflage Stuttgart 1963, S. 265.

⁸ Töller, Rainer, Der sensitive Charakter, *Der Nervenarzt* 2013, S. 374.

So schreibt KRETSCHMER 1918 in der Zusammenfassung seines Buches, der *sensitive Charakter* (anscheinend synonym: *beziehungsneurotische Persönlichkeit*) zeige „auf der einen Seite eine außerordentliche Gemütsweichheit, Schwäche und zarte Verwundbarkeit, auf der anderen Seite einen gewissen selbstbewußten Ehrgeiz und Eigensinn“. Die „voll ausgebildeten Vertreter der Charaktergruppe“ seien „komplizierte, sehr intelligente und hochwertige Persönlichkeiten, fein und tief empfindende Altruisten von skrupulöser Ethik und überzartem, verinnerlichtem Gemütsleben, jeder Härte des Lebens preisgegeben, ihre nachhaltigen, gespannten Affekte tief in sich verschließend, von verfeinerter Selbstbeobachtung und Selbstkritik, sehr empfindlich und eigensinnig, dabei aber besonders liebe- und vertrauensfähig, von entschiedener Selbstachtung und doch schüchtern und ohne Sicherheit des persönlichen Auftretens, in sich gekehrt und doch zugänglich und menschenfreundlich, bescheiden, aber ehrgeizig strebsam und von ausgesprochener sozialer Tüchtigkeit“.⁹

Die zentrale Bedingung für das Vorliegen eines *sensitiven Charakters* ist für KRETSCHMER das Phänomen der *Verhaltung*. Er definiert dies als „bewußte Retention affektstarker Vorstellunggruppen bei lebendiger intrapsychischer Aktivität und mangelnder Leitungsfähigkeit“; dieser *Leistungsdefekt* ist dabei dadurch gekennzeichnet, dass die **von einem Erlebnis „mobilisierte psychische Energie“ nicht ausreagiert** wird, sondern „als ein bewußt empfundener, quälender Fremdkörper ohne Anschluß im Bewußtsein liegt“. Der Eindruck ist stärker, weil der sensitive Charakter eine „**erhöhte, dabei aber meist noch feinere und differenziertere Eindrucksfähigkeit für affektive Reize**“ aufweist, „**die eine übermäßig lebhafte und nachhaltige intrapsychische Aktivierung zur Folge**“ habe (S. 21f.).

Ein Versuch, das in die deutsche Sprache zu übersetzen, sähe wohl ungefähr so aus: Beim *sensitiven Charakter* sind die emotionalen Reaktionen auf Erlebnisse stärker; die hierdurch entstandene *psychische Energie* (das ist eine Metapher!) wird allerdings nicht durch eine Verhaltensreaktion wieder *herausgeleitet*, sondern *heruntergeschluckt*, so dass sie unbearbeitet in der Psyche herumliegt. Das in Rede stehende Erlebnis wabert allerdings nun nicht als verborgener Fremdkörper im Unterbewusstsein, dem ein Psychoanalytiker erst mühsam im Wege der Traumdeutung oder Assoziationsanalyse auf die Spur kommen müsste, sondern das Erlebnis steht „in seinem schweren Affektwert voll bewußt in der Mitte des Blickfelds“ und kann weder *assimiliert* noch frei ausgedrückt werden (S. 26f.). Bei Vorliegen eines *sensitiven Beziehungswahns* könne es passieren, dass ein kleines, banales Alltagserlebnis „mit dem ganzen Affektwert des verhaltenen Innenerlebnisses beladen“ wird, wodurch ein wahnhafter Gedanke entsteht (S. 84f.): Aus der Mücke wird ein Elefant.

Sehr interessant auch: Die Wahnsymptomatik korreliert mit nervlicher Erschöpfung. Das Symptombild „spiegelt [...] Menschen wider, die mit äußerster Anspannung ihrer schwachen Kraft oft durch Jahre hindurch gekämpft haben, bis sie, ohne zu kapitulieren, vor Übermüdung umsinken“ (S. 130); die angeborene „psychopathische Konstitution“ (hiervon wird noch zu reden sein) sei „nach der biologischen Seite hin vor allem durch ihre Erschöpfbarkeit gekennzeichnet“ (S. 126).

KRETSCHMER thematisiert, wie schon von ROLF SELLIN bemerkt, den *sensitiven Charakter* auch in seinem Lehrbuch *Medizinische Psychologie*, wobei er ihn hier in der Tat in der Form beschreibt, dass er über *sensitive Reaktionstypen* spricht, was mit der strukturellen

⁹ Kretschmer, Ernst, *Der Sensitive Beziehungswahn: Ein Beitrag zur Paranoiafrage und zur Psychiatrischen Charakterlehre*, Heidelberg 1918, S. 126.

Komposition seines Lehrbuches zu tun haben dürfte.¹⁰ Hier finden wir auch den Begriff der *Verhaltung* wieder: Ein peinliches Erlebnis wird jahrelang nicht vergessen und kann auch nicht ausgesprochen werden, drängt sich aber „mit quälender Deutlichkeit immer wieder [...] in den Blickpunkt“. Zugrunde liegen – das wissen wir schon – *Leitungsstörungen*, bei denen zu der „überempfindlichen Eindrucksfähigkeit für Erlebnisreize eine sehr mangelhafte, unebenmäßige Ausdrucksfähigkeit im Mißverhältnis“ stehe. Diese „subjektive Erlebnisform dieser Komplexe“ führe zu „**Selbstquälerei**“ und „**Selbstvorwürfen**“, „die typische Antwort des Sensitiven auf den Erlebnisreiz“ seien. „Schlüsselerlebnis“ für den *sensitiven Reaktionstypus* sei das der „beschämenden Insuffizienz“, einer „ethischen Niederlage“.¹¹

Erwähnt sei an dieser Stelle noch, dass jedenfalls in späteren Auflagen des *sensitiven Beziehungswahns* und in der *Medizinischen Psychologie* KRETSCHMER auch von einer „Instinktlosigkeit gegenüber erotischen Signalen“ spricht, die zu Missverständnissen führe und Folge von Reifungshemmung in der Entwicklung der Sexualkonstitution seien.¹² Diese *Instinktlosigkeit* äußere sich dahingehend, dass Verständnisprobleme bestünden bezüglich der „unmerklichen kleinen Nuancen des psychomotorischen Ausdrucks, wie sie in Mienenspiel, Stimmklang und kleinen, halb unwillkürlichen symbolischen Gesten sich umsetzen und von dem Partner ebenso nebenbewußt aufgenommen, gedeutet und beantwortet werden.“¹³ Diese *Instinktlosigkeit* wird uns auch bei einem anderen Autor begegnen.

Der schon erwähnte RAINER TÖLLE hat im Jahr 2013 in der medizinischen Fachzeitschrift *Der Nervenarzt* an den *sensitiven Charakter* erinnert und darauf hingewiesen, dass die Fachkollegen KRETSCHMERs sich eher für die Psychose interessierten als für die zugrundeliegende Persönlichkeitsstruktur; nur wenige Autoren hätten sich zum *sensitiven Charakter* selbst geäußert. In der Gegenwartspsychiatrie sei die *sensitive Persönlichkeit* sehr wenig bekannt und falle „allmählich der Psychiatriegeschichte anheim“.¹⁴

– Eine primäre Zuständigkeit der Psychiatrie bzw. der Psychopathologie, die sich mit Erkrankungen der Psyche beschäftigt, sieht auch PIETER CORNELIS KUIPER, anscheinend seinerzeit Oberarzt (*Chef de clinique*) an der Universitätsklinik Groningen, in seiner 1958 erschienenen Veröffentlichung *Verständliche Zusammenhänge bei der Entwicklung des sensitiven Charakters* in der wissenschaftlichen Fachzeitschrift *Archiv für Psychiatrie und Zeitschrift für die gesamte Neurologie*. KUIPER, dessen Text KRETSCHMER explizit „in Dankbarkeit gewidmet“ ist, interessiert sich für die *Genese*, also für die Entwicklung, das Entstehen des *sensitiven Charakters*, wobei er sich zunächst die Frage stellt, woraus die *Empfindlichkeit* resultiert. Er beantwortet sie unter Verweis auf die große „Eindrucksfähigkeit“: **Die „intensive intrapsychische Aktivität“ verursache ein „ständig Beschäftigt-sein und das mühsame und intensive Verarbeiten der Erlebnisse“**.¹⁵

¹⁰ Vgl. Kraemer, Richard, *Der sensitive Mensch. Versuch einer Darstellung am Bilde des Dichters Rainer Maria Rilke*, Mainz 1953, S. 60.

¹¹ Kretschmer, Ernst, *Medizinische Psychologie*, 12. Auflage Stuttgart 1963, S. 265.

¹² Kretschmer, Ernst, *Medizinische Psychologie*, 12. Auflage Stuttgart 1963, S. 112.

¹³ Kretschmer, Ernst, *Der sensitive Beziehungswahn: Ein Beitrag zur Paranoiafrage und zur psychiatrischen Charakterlehre*, 4. Auflage Berlin, Heidelberg, New York 1966, S. 183.

¹⁴ Töller, Rainer, *Der sensitive Charakter*, *Der Nervenarzt* 2013, S. 374f.

¹⁵ Kuiper, Pieter Cornelius, *Verständliche Zusammenhänge bei der Entwicklung des sensitiven Charakters*, *Archiv für Psychiatrie und Zeitschrift für die gesamte Neurologie* (196) 1958, S. 590, 592.

Auf den ersten Blick scheint hier gemeint zu sein, was ARON schreibt, wenn sie sagt, dass Hochsensible mehr Zeit für die Verarbeitung von Reizen benötigen. Hier ist allerdings Vorsicht geboten. Auch bei dem Versuch der Darstellung der Beschreibung des *sensitiven Charakters* durch KRETSCHMER waren wir zurückhaltend, sofort davon zu sprechen, es sei von Hochsensibilität in unserem Sinne die Rede, auch wenn wir uns bei der Lektüre der vorangegangenen Abschnitte an Beschreibungen von ARON und PARLOW erinnert haben, die von Schuldgefühlen, einem ausgeprägten Gerechtigkeits-sinn und von Harmoniesucht sprechen, die dazu führt, dass Protest *heruntergeschluckt* wird.

Die diesem Zögern zugrundeliegenden Vorbehalte stützen sich etwa auf den Umstand, dass KUIPER eine besondere Verletzbarkeit für „alles“ attestiert, „was das Selbstgefühl und die Selbstschätzung anlangt“. *Sensitive Menschen* seien stark abhängig von der Beurteilung durch ihre Mitmenschen, „gerade was die Erhaltung ihres Selbstgefühls betrifft“ (S. 593), weil „das Gewissen stets mißbilligt“ und daher „Billigung in der Außenwelt gesucht werden“ müsse. Die entsprechenden Gefühle könnten wiederum schwer geäußert werden, weil diese ihrerseits durch die starke Gewissensfunktion mit Scham besetzt würden. Die hieraus resultierenden inneren Konflikte verursachten die „lebendige intrapsychische Aktivität und mangelnde Leitungsfähigkeit“ (S. 594f.).

Eher an ARON erinnert, dass *sensitive Menschen* sich leicht „identifizieren“, sich „gut vorstellen“ könnten, „was ihre Handlungen für andere bedeuten“. Viele Betroffene „kämpfen für bessere soziale Zustände und nehmen aktiv an der Beschützung der Wehrlosen, der Kinder und der Tiere, teil“ (S. 600).

Durchdenken wir die Frage weiter, inwieweit KRETSCHMER und KUIPER von Hochsensibilität nach ARON sprechen, fällt eine Stellungnahme bei KUIPER besonders auf: „Wir geben zu, daß eine große Empfänglichkeit für Eindrücke konstitutionell bestimmt ist, doch halten wir das Unvermögen, die dadurch entstandenen Spannungen äußern zu können, für das Resultat“ pathologischer Entwicklungen. Können die „neurotischen Probleme“ überwunden werden, „sehen wir, daß die Empfindlichkeit als ein Vermögen des Ichs, als eine Fähigkeit der Persönlichkeit, als ein überaus wertvolles Instrument zu Diensten steht“. Die Empfindlichkeit ist „wertvoller Charakterzug“, der wohl auch ohne pathologische Entwicklung zum Vorschein gekommen wäre, denn: „Große Kunst wird nach unserer Meinung eher durch bewußt ertragenes als durch neurotisches Leid verursacht“ (S. 600f.).

Jedenfalls anknüpfend an KUIPER wird man also wohl sagen können, dass der *sensitive Beziehungswahn* nach KRETSCHMAR eine psychische Erkrankung ist, die sich aus einer *neurotischen Fehlentwicklung* (Persönlichkeitsstörung?¹⁶) namens *sensitiver Charakter* entwickeln kann. Diese *neurotische Fehlentwicklung* kann ihrerseits aufgrund ungünstiger Umstände aus einer **konstitutionsbedingten Reizempfindlichkeit** entstehen, die als solche bei beiden Autoren namenlos bleibt, zumindest von KUIPER aber grundsätzlich durchaus positiv gesehen wird. Anders gesagt: Die Reizempfindlichkeit als solche ist ein körperliches Merkmal, das für sich genommen nicht pathologisch ist.

¹⁶ Töller, Rainer, Der sensitive Charakter, Der Nervenarzt 2013, S. 374.

Hatte sich KRETSCHMER vor allem für den *Wahn* interessiert, befasste sich KUIPER in erster Linie mit der ihr zugrundeliegenden *neurotischen Fehlentwicklung*. Sein psychoanalytischer Hintergrund¹⁷ wird sehr deutlich bei der Untersuchung der Umstände für ihr Entstehen: „Sensitive Patienten zeigen manchmal eine phallisch-narzistische [sic!] Haltung als Reaktion auf eine passiv-masochistische Einstellung. Diese masochistische Haltung ist eine regressive Form des negativen Ödipuskomplexes, in den der Patient dadurch gerät, weil er der männlichen Entwicklungslinie, durch die triebabwehrende Haltung gehindert, nicht folgen kann“ (S. 606).

Das kommt wohl ungefähr so zustande: Die Mutter eines *sensitiven Charakters* steht in der Zeit, in der das kleine Kind Interesse „für seinen eigenen Körper und dessen Funktionen an den Tag legt“, diesem Interesse abweisend gegenüber; auch in der Zeit der Pubertät sei die Erziehung durch Triebabwehr gekennzeichnet. Der Vater, der hier u. U. als Identifikationsangebot und damit als Korrektiv wirken könnte, ist entweder abwesend oder ein Waschlappen; folgerichtig gebe es „in Gebieten, in denen die Familien matriarchalische Züge aufweisen, besonders viele sensitive Männer“. Normales Entwicklungsprogramm wäre, dass irgendwann der ödipale Konflikt – Konkurrenz mit dem Vater um die Liebe der Mutter – auftritt und gelöst wird; der sensitive Junge muss aber aufgrund seines starken Über-Ichs seine Aggression unterdrücken und eine „unterworfen[.] Haltungswiese“ wählen. Dies könne später zu einem Verhalten führen, welches dadurch gekennzeichnet ist, dass der Betroffene, „männlicher als männlich scheinen“ wolle (S. 601, 604f.).

Das nehmen wir so zur Kenntnis, erinnern uns aber gleichzeitig daran, schon einmal etwas über Mütter gelesen zu haben, die Treibäußerungen des Kinders gegenüber reserviert aufgetreten seien: Die Kieler Psychologische Psychotherapeutin BRIGITTE VETTER schreibt in ihrem Buch *Psychiatrie: Ein systematisches Lehrbuch über Die sensitive (selbstunsichere) Persönlichkeit*, psychodynamisch sei Entstehungsbedingung für diese Persönlichkeitsstörung ein „strenge[s] Ich-Ideal“, das durch eine Mutter entstanden sei, „die einerseits sehr liebevoll war, die aber gleichzeitig den impulsiven Äußerungen des Kindes abweisend gegenüberstand“.¹⁸ Der Begriff der *selbstunsicheren Persönlichkeitsstörung* ist nun ein Synonym des Begriffs *ängstlich-vermeidende Persönlichkeitsstörung*; dieser bezeichnet eine der häufigsten und auch prominentesten Persönlichkeitsstörungen.¹⁹

Die *ängstlich-vermeidende Persönlichkeitsstörung* ist auch für uns durchaus interessant; wir werden uns mit ihr etwas näher auseinandersetzen im Zusammenhang der Frage, ob Hochsensibilität als Pathologie zu betrachten ist. In Bezug auf diesen Punkt ist durch die soeben erfolgten Darstellungen kein Präjudiz gesetzt, auch wenn die referierten Kliniker sich naturgemäß vor allem für klinische Phänomene interessierten.

– Aufgrund dieser Perspektive – „de[r] ständige[.] Blick auf die pathologischen Fälle“ – diagnostiziert RICHARD KRAEMER nämlich bei KRETSCHMER eine „klinische‘ Einnengung“. Die Seltenheit der Krankheitsbilder spreche nicht auch für ein seltenes Vorkommen der „normalen sensitiven Grundstruktur“, bei der im Übrigen hervorra-

¹⁷ „Der Freudianer Kuiper [ist] ein Mann der Psychoanalyse“, Ein Psychiater in der Hölle, Spiegel Spezial 3/1991: Bücher '91, <http://www.spiegel.de/spiegel/spiegelspecial/d-52462450.html> [23.10.2016].

¹⁸ Vetter, Brigitte, *Psychiatrie: Ein systematisches Lehrbuch*, 7. Auflage Stuttgart 2007, S. 71.

¹⁹ Berger, Mathias, u. a., *Persönlichkeitsstörungen*, in: Berger, Mathias (Hrsg.): *Psychische Erkrankungen: Klinik und Therapie*, S. 632f.

gende Leistungen „häufiger als bei anderen Präformationen“ aufträten. Kurz: Das Interesse KRETSCHMERS für die pathologische Fehlentwicklung impliziert nicht, dass die Persönlichkeitseigenschaft als solche auch pathologisch sein muss.²⁰

KRAEMER setzt sich mit den Äußerungen KRETSCHMERS zur *Sensitivität* auseinander im Rahmen seiner 1953 veröffentlichten Studie *Der sensitive Mensch*; es handele sich um den *Versuch einer Darstellung [dieses Persönlichkeitstyps] am Bilde des Dichters Rainer Maria Rilke*. Der Text erschien in den *Abhandlungen der Klasse der Literatur der Akademie der Wissenschaften und der Literatur in Mainz*; es gibt Publikationsorgane mit geringerer Reputation.²¹ Der Arzt RICHARD KRAEMER war seinerzeit Privatdozent²² an der Justus-Liebig-Universität in Gießen; eine kurze Recherche nach dem Namen im Internet verriet nicht, inwieweit er je einen Lehrstuhl besetzt hat.

Jedenfalls ist KRAEMER nicht bereit, *den sensitiven Menschen* per Definition als Fall für sich und seine Kollegen zu betrachten. Im Gegenteil sei der *Sensitive* zwar vermehrt Eindrücken ausgesetzt, „hingegen und ausgeliefert dem, was an ihn herankommt“. Er könne sich nicht durch „eine sofortige Zurückweisung [...] helfen“, sondern sei „zur Aufnahme und, was wichtig ist, wenn er irgendwie mit den Eindrücken fertig werden will, zur Verarbeitung, zur Verwandlung gezwungen“. Diese Verwandlungsfähigkeit, die KRAEMER mit dem Begriff *Vis transsubstantiationis*²³ veredelt, ist für ihn „unweigerliches Kennzeichen des sensitiven Menschen“; sie ist aber, und das ist wohl das Kernargument KRAEMERS, „untrennbar“ mit dem „Vermögen zur Schöpfung, das so oft aus Sensitiven Dichter und Künstler werden“ lasse, verbunden (S. 65); „[d]ie Möglichkeit der Entstehung von Kunstwerken ist also eng an das Sensitive gebunden“ (S. 170). Man wird sagen können: *Ohne Sensitivität keine Kunst*.

Zur Beschreibung dieser *Verwandlungsfähigkeit* spricht KRAEMER davon, dass Eindrücke und Erfahrungen oder **Empfindungen „ganz nach innen, bis zum Kern der Persönlichkeit gedrungen sein müssen, um dort [...] einer gegenseitigen Durchdringung mit dem Ich ausgesetzt“** zu werden, um dann **mit „verwandelnder seelischer Substanz“** versehen (S. 66f.) „als ein Novum, als eine Schöpfung zu erscheinen“, wenn sie wieder ausgedrückt werden (S. 155).

²⁰ Kraemer, Richard, *Der sensitive Mensch. Versuch einer Darstellung am Bilde des Dichters Rainer Maria Rilke*, Mainz 1953, S. 61.

²¹ Die *Akademie der Wissenschaften und der Literatur* ist eine *Gelehrtenengesellschaft*, ein Zusammenschluss von (meist hochrangigen) Wissenschaftlern. Die berühmteste *Gelehrtenengesellschaft* dürfte die *Royal Society* in London sein; berühmtester Chef der *Royal Society* dürfte *Isaac Newton* gewesen sein.

²² Wir klären später noch, was das genau ist.

²³ Die *Transsubstantiation* ist ein Zentralbegriff der Theologie des Abendmahls (*Eucharistie*). Nach traditionellem (römisch-katholischem) Verständnis wandeln sich Brot und Wein im Verlaufe der Eucharistiefeier in Fleisch und Blut Christi. Das Problem, dass Brot und Wein gar nicht so aussehen wie Fleisch und Blut, löste man unter Verweis auf die Unterscheidung der aristotelischen Philosophie zwischen *Substanz* und *Akzidentien*: Bei einem Gegenstand bleibt erstere normalerweise unverändert und macht den Gegenstand zu dem, was er ist; letztere können sich verändern, ohne dass der Gegenstand *sozusagen wesensmäßig* ein anderer würde. Bei der Transsubstantiation bleiben die *Akzidentien* von Brot und Wein erhalten; die *Substanzen* wandeln sich aber in Leib und Blut Christi, vgl. Krause, Gerhard, Müller, Gerhard, (Hrsg.), *Theologische Realenzyklopädie*, Bd. 1, Berlin, New York 1984, S. 94; Steiger, Johann Anselm, *Transsubstantiation*, in: Betz, Hans-Dieter u. a. (Hrsg.), *Religion in Geschichte und Gegenwart*, Handwörterbuch für Theologie und Wissenschaft, Band 8, 4. Auflage Tübingen 2005, Sp. 539.

Auch weil (daher) das „Reizangebot“ bei Sensitiven „höher als die Reiznachfrage“ sei, seien sie intensiv innerlich mit der Verarbeitung der Reize beschäftigt. Die *Verwandlung* brauche Zeit, weshalb es zu Verzögerungen in der Reaktion komme (S. 70): Rilke habe sich als *Geisteszukünftiger*, nicht als *Geistesgegenwärtiger* bezeichnet (S. 117).

Ich stehe ein wenig unter dem Eindruck, dass KRAEMER damit die *Verhaltung* nach KRETSCHMER völlig neu bewertet, nämlich nicht mehr als Defizit, sondern als Fähigkeit, die Voraussetzung für Kreativität ist; *It's not a bug, it's a feature* (vgl. S. 60f.). Was bei KRETSCHMER *mangelnde Leitungsfähigkeit* war, scheint bei KRAEMER eine Direktverbindung in den Persönlichkeitskern zu sein, wo dem Reiz mancherlei spannendes widerfährt. Zum *Beziehungswahn* sagt KRAEMER explizit, er habe mit dem *Sensitiven* in seinem Sinne „nichts zu tun“; der Wahn könne aber bei Sensitiven sich speziell darstellen (S. 68).

Sensitive sind für KRAEMER sozusagen nicht Psychos, sondern eher Helden: Die Eigenschaft des *Sensitiven*, „immer nur vom innersten Ich, vom Kern der Persönlichkeit her zu wirken“, diene auch dazu, „die Zentrierung des Menschen auf sich selbst aufrecht zu erhalten“ (S. 171). *Technizismen*, Perfektionen der Technik, könnten erworben werden, eine Perfektion der Seele hingegen nicht, weshalb das *Sensitive* zeigen könne, „ob die Selbstentfaltung aus der Kraft des eigenen Vermögens oder aus der Anlehnung an einen fremden Willen herkommt“. Da das *Schwimmen mit dem Strom* „ganz und gar unsensitiv“ sei, erhalte, „vielleicht sogar“ rette (!) der *Sensitive* die Individualität. Als Schöpfer sei er „zugleich Ordner der Welt, während der nicht *Sensitive* zerstört und verliert. So erhält er uns das Menschliche in seiner schönsten und reinsten Form, die nicht der *Homo sapiens*, sondern der *Homo sensitivus* ist“ (S. 174).

Starker Tobak: *Sensible* als *Retter der Individualität* durch Authentizitätsdetektion? Richtig ist zumindest, dass sie sich „weder angleichen noch einfügen und unter diesem Anders-Sein leiden müssen“; „[d]er Gegensatz zwischen seinem seelischen Gefüge und dem der vergesellschafteten Umwelt schleudert [den *Sensitiven*] sehr an die Peripherie des modernen Alltags“. Dies könne „Gegnerschaft, Spott und Lächerlichkeit“ heraufbeschwören (S. 174f.). Freilich seien es häufig die Außenseiter gewesen, die „die befruchtenden Anstöße“ auch und insbesondere in den Wissenschaften geliefert hätten (S. 171f.).

Als weitere „Leistung“ des *Sensitiven* sieht KRAEMER eine „Bewältigung des Lebens auf eine nicht aktive, abwehrende, sondern auf eine aufnehmende, mehr passive Art“, was eine gewisse „Stäte [mittelhochdeutsch *staete*: beständig, fest, sicher²⁴] und Konstanz der Lebensäußerungen“ zur Folge habe. Damit ist wohl gemeint, dass der nicht-*Sensitive* eher zum Ephemeren neigt, zu einer eher flüchtigeren, beliebigeren Auseinandersetzung mit der Welt; KRAEMER differenziert hier zwischen *Besitz* und *Bezug*. Das *Sensitive* sei „[d]urch die Zeiten gesehen [...] das stillere, aber das tragende Element im Wandel der Ereignisse“ (S. 171).

Spöttisch gesagt ist der *Sensitive* nach KRAEMER also nicht krank, sondern leidet allenfalls ein bisschen zum Wohle der Menschheit während der Ausübung seiner *Vis transsubstantiationis*. Er kann allerdings seinen Kummer reduzieren namentlich durch bewusste Abwendung von seinen anstrengenden Mitmenschen; KRAEMER spricht hier von einem *arcetischen Typ* (lat. *arcere* – abwehren, fernhalten). Um mit den eigenen Kräften hauszuhalten, würde dem Zwischenmenschlichen ausgewichen; Einladungen

²⁴ Hennig, Beate, Kleines Mittelhochdeutsches Wörterbuch, 5. Auflage Tübingen 2007, Stichwort: *staete*.

würden abgelehnt, Einsamkeit und Isolierung aufgesucht. Interessant hier auch der Gedanke, dass es „ein Kampfmittel der Massenbeherrschung“ zu sein scheine, ein *arctisches* Verhalten „nach Möglichkeit nicht entstehen zu lassen“ (S. 160f.): Dürfen wir *Sensitive* also auch noch als Spielverderber des Totalitarismus betrachten?

Auf unserer kleinen Reise durch die deutsche Wissenschaftsgeschichte auf der Suche nach Protagonisten, die sich möglicherweise mit Hochsensibilität auseinandergesetzt haben, haben wir uns bis jetzt mit dem *sensitiven Charakter* nach KRETSCHMER beschäftigt und zwei Rezipienten dieses Gedankens etwas näher beleuchtet. Diese drei Ärzte bilden hier sozusagen eine *Schiene*. Der Begriff impliziert, dass es noch eine weitere gibt, was in der Tat richtig ist. Möglicherweise ist diese zweite sogar die interessantere.

2.3.2 WOLFGANG KLAGES, GOTTFRIED EWALD und OTFRID FOERSTER

Auch an dieser Stelle müssen wir allerdings zunächst etwas terminologische Vorarbeit leisten, um die nachfolgenden Darstellungen besser verstehen zu können. Den Begriff der *Neurasthenie* sollte man aber auch im Rahmen seiner Allgemeinbildung kennen, da er zum Verständnis diverser kultureller Phänomene – namentlich des *Fin de Siècle*²⁵ – hilfreich ist: Denken Sie bei während der Lektüre des folgenden Absatzes doch spaßeshalber einmal an die Figur des *Christian Buddenbrook* von *Thomas Mann*.

Die *Neurasthenie* wurde in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts als eine Art nervlicher Erschöpfung beschrieben; zur Symptomatik der Erkrankung gehören „allgemeine Schwäche, auch ‚geistige Schwäche‘, Müdigkeit, Schlafstörung, Kopfschmerzen, Neuralgien, Überempfindlichkeiten gegenüber Umweltreizen (Wetter, Lärm, Licht etc.) sowie verschiedene funktionelle Beschwerden“.²⁶ Der Medizinhistoriker HANS-GEORG HOFER (Münster) spricht für viele, wenn er schreibt, dass sie als „medizinisches Deutungsangebot“ diene für die Folgen der „gestiegenen Belastungen einer Lebenswelt, die im Zeichen von Industrialisierung, Urbanisierung, sozialer Differenzierung und ethnisch-kultureller Pluralisierung stand“; sie war in den 1880er und 1890er Jahren die „vorherrschende[...] Nervenkrankheit“.²⁷ RAINER HANK schreibt in der F.A.Z. prägnant, sie sei „der Burnout des Fin de Siècle“ gewesen.²⁸

Das berühmteste Beispiel für eine literarische Darstellung der *Neurasthenie* stammt allerdings wahrscheinlich gar nicht aus der Zeit des *Fin de Siècle*, sondern von *Edgar Allan Poe*, der bereits 1849 starb, (naturgemäß) vorher aber unter anderem die Kurzgeschichte *Der Untergang des Hauses Usher* veröffentlicht hatte, in welcher der letzte Abkömmling eines degenerierten Adelsgeschlechts anscheinend an einer Art allgemeiner Nervenschwäche zugrunde geht. Nicht zufällig dürfte daher die Satirezeitschrift EULENSPIEGEL Hochsensibilität im August 2017 in einer Form thematisiert haben, die eine Assoziation mit der Geschichte von *Poe* geradezu aufdrängt.²⁹ Nette Idee; Kompliment.

²⁵ Der Begriff beschreibt eine Geisteshaltung in Kunst und Literatur gegen Ende des 19. Jahrhunderts: Angesichts des Bewusstseins, in einer „Spätzeit einer Zivilisation“ zu leben, sieht man Dekadenz, Willensschwäche, Passivität, „Abwertung aller Wirklichkeit“, gesteigerte Sensibilität und die „Abwendung vom Natürlichen und die Neigung zur Künstlichkeit“, Rasch, Wolfdietrich, *Fin de siècle als Ende und Neubeginn*, in: Bauer, Roger, u. a. (Hrsg.), *Fin de siècle – Zu Literatur und Kunst der Jahrhundertwende*, Frankfurt a. M. 1997, S. 33ff.

²⁶ Schott, Heinz, Tölle, Rainer, *Geschichte der Psychiatrie: Krankheitslehren, Irrwege, Behandlungsformen*, München 2006, S. 361.

²⁷ Hofer, Hans-Georg, *Nervenschwäche und Krieg – Modernitätskritik und Krisenbewältigung in der österreichischen Psychiatrie (1880-1920)*, Wien, Köln, Weimar 2004, S. 13, 17.

²⁸ Hank, Rainer, *Es sind die Nerven!*, <http://www.faz.net/aktuell/wirtschaft/menschen-wirtschaft/der-burnout-des-fin-de-siecle-hiess-neurasthenie-12902952.html> [04.06.2018].

²⁹ Vgl. Neft, Anselm, *Hochsensibel*, EULENSPIEGEL 9/2017, S. 58ff.

Das Buch *Der sensible Mensch* von WOLFGANG KLAGES, seinerzeit (1. Auflage 1978, 2. Auflage 1991) Ordinarius³⁰ für Psychiatrie und Direktor der Psychiatrischen Klinik an der TH Aachen, war jedenfalls anscheinend kein Produkt einer Neurasthenie des Autors, was wohl ein Grund dafür ist, dass es meiner Wahrnehmung nach mit das beste überhaupt zum Thema Hochsensibilität ist, obschon das Konstrukt weder 1978 noch 1991 schon postuliert war.

Es ist ein Genuss, das Buch zu lesen, das Frucht der Wahrnehmung eines Praktikers ist, dass er „im Alltagsleben wie in Klinik und Praxis immer wieder“ mit sensiblen Menschen konfrontiert wird. Diese Menschen führten „ein etwas vernachlässigtes Eigenleben zwischen dem Bereich der Normalpsychologie und dem Bereich der Psychopathologie“, seien daher „oft etwas steuerlos und hilflos und suchen nach Verständnis, nach Erklärbarkeit und letztlich auch nach therapeutischen Ratschlägen“. KLAGES unternimmt es daher, eine „sorgfältige Zeichnung des sensiblen Persönlichkeitstyps“ vorzunehmen und „den in der Fachliteratur wie in der außerfachlichen Literatur pauschal oft etwas wertend abgetanen sensiblen Typ auf exakte Beine zu stellen und wertfrei, und damit auch vergleichbar mit anderen Persönlichkeitsstrukturen, darzustellen“.³¹

Und diese Darstellung ist nicht nur eine Fundgrube von Einsichten. Sondern sie ist namentlich aufgrund ihres sachlichen, man möchte im Kontext dieses Buches sagen: betont *naturalistischen*, Charakters eine Wohltat für die Seele des eher kognitiv orientierten Hochsensiblen, der sich erst dann wirklich ernstgenommen fühlt, wenn ihn Wissenschaftler als ihresgleichen ansprechen. Eine wichtige Quelle der Freude ist der Einstieg KLAGES' in die Thematik in Form einer „sehr nüchterne[n] Bestandsaufnahme“ mit einer „sorgfältige[n] Auflistung klarer Fakten“, im Zuge welcher der Kliniker *erst einmal einfach darstellt*, inwieweit sensible Personen Empfindlichkeiten konkreter Sinne erleben; **er trennt also konzeptionell sauber zwischen der Überempfindlichkeit gegenüber Sinnesreizen und hieraus folgenden persönlichkeitspsychologischen Konsequenzen**. In unserer Terminologie gesagt schaut sich KLAGES erst einmal in Ruhe auf der *ersten Ebene* um, bevor er sich danach, in einem getrennten, zweiten Schritt, auf die *zweite Ebene* vorwagt. Das empfinde ich deshalb als so befriedigend, weil damit klar unterschieden werden kann zwischen neuronaler Basis auf der einen und u. a. differenzialpsychologisch zu beschreibenden *Folgen für das Verhalten* auf der anderen Seite; ich hoffe, es wird noch deutlicher, warum mir diese Trennung so wichtig ist.

Jedenfalls stützt sich KLAGES bei seiner Beschreibung auf die Befragungen Betroffener und ordnet die Darstellung dieser Empfindlichkeiten ein in den Kontext der Erforschung der betroffenen Sinne und sogar entsprechender geistesgeschichtlicher Reflexionen (S. 19ff.). Konkret stellt er besondere Sensibilität bei Geruch, Geschmack, Gehör, Gesichtssinn (sehen) und Tastsinn dar, wobei er auch einiges zur *Synästhesie* sagt, was manche Leserin besonders interessieren mag. Obgleich KLAGES mit der Darstellung des Geruchssinnes beginnt, betont er die besondere Bedeutung des Gehörs als „Aktualorgan“, da „der Laut [...] mit der Gewalt des ‚Jetzt‘ da“ ist;³² er bemerkt in

³⁰ Ordinarius = ordentlicher Professor, also Lehrstuhlinhaber.

³¹ Klages, Wolfgang, *Der sensible Mensch: Psychologie, Psychopathologie, Therapie*, 2. Auflage Stuttgart 1991, S. 1.

³² MARSHALL MCLUHAN spricht davon, in jeder oralen Gesellschaft sei „Terror“ der Normalzustand, weil nicht-alphabetische Kulturen eine „überwältigende Tyrannei des Ohres über das Auge“ ausübten, McLuhan, Marshall, *Die Gutenberg-Galaxis: das Ende des Buchzeitalters*, Bonn, Paris (u. a.) 1995, S. 34, 40.

diesem Zusammenhang, dass geräuschempfindliche Menschen „unter einer ständigen Lärmbelästigung leiden“ (S. 33ff.).

Nach dem Aufbau dieser soliden empirischen Basis wagt sich KLAGES dann an die Skizzierung der Persönlichkeitsstruktur der Sensiblen, wobei er interessanterweise zunächst darauf hinweist, dass Sensible auf einzelne *Äußerungen* sehr stark reagierten könnten: Die „Unauslöschbarkeit“ dieser verbalen Eindrücke, „die sie einmal negativ registriert“ hätten, trete immer wieder (in den eigenen Worten der Betroffenen) hervor. Aufgrund dieser Empfindlichkeit seien die Sensiblen selbst „meistens sehr überlegt und überlegen in ihrer Wortwahl“ (S. 49ff.). An dieser Reaktion auf Worte zeige sich eine allgemein „schwerblütige und eindringliche Verarbeitung eines Erlebnisses“; auch sonst sei „das Prinzip der Nachdauer eines Außenreizes prävalierend“ (S. 51). In seiner Zusammenfassung am Ende des Buches spricht KLAGES von einer „Überdauer der intrapsychischen Verarbeitung“ (S. 177).

Wo wir gerade dabei sind, schon bei KRETSCHMER und Nachfolgern gelesene Formulierungen zumindest der Sache nach wiederzuerkennen, sei darauf hingewiesen, dass Sensible in sexueller Hinsicht Schwierigkeiten hätten, „sich fallen [zu] lassen“ (S. 59). Eine „persistierende Elternbindung“ führe zu Schwierigkeiten bei der Partnerfindung, die durch *Instinktunsicherheit* (!) geprägt sei. KRETSCHMER lässt auch grüßen, soweit KLAGES darauf hinweist, Sensible hätten häufig beschämende Erlebnisse der Insuffizienz auf sexuellem Gebiet (S. 72f., 142).

Nicht genug der schlechten Nachrichten: Der Arzt KLAGES stellt bei Sensiblen körperlich eine frühe Erschöpfbarkeit (und bei Säuglingen vermehrt körperliche Unruhe, S. 65) fest; „[d]ie vielen Dinge des Alltags werden als ausgesprochene Zumutung empfunden“; die Emotionalität sei labiler; schnelle Stimmungsumschläge seien möglich (S. 53ff.). In extremen Fällen trete als Bewältigungsstrategie sogar *Depersonalisation* auf (S. 133); weitere Fluchtformen, „sozusagen verzweifelte[.] Abwehrrituale gegen die selbst hart empfundene Sensibilität“ (S. 3) seien Ironie (S. 57), das Tragen einer *Maske* (S. 92ff.), der Aufbau von Phantasiewelten (S. 97) oder innere Emigration in Form von Resignation oder selbstgewählter Einsamkeit (S. 111ff.).

Tiefpunkt ist anscheinend ein *neurasthenisches* (s. o.) *Erschöpfungssyndrom*, von dem ich so meiner Erinnerung nach nirgendwo sonst in der Literatur über Sensible gelesen habe: Eine Situation der nervlichen Erschöpfung, die eine stationäre Behandlung mit leichter Medikation erforderlich mache. Die gute Nachricht ist dabei, dass nach ein paar Wochen des schlichten Ausruhens alles wieder gut ist; der Sensible benötigte sozusagen nur eine Auszeit (vgl. S. 114ff.). Auch erhöhte Suizidalität sei bei Sensiblen nicht festzustellen (S. 58).

Trotz dieses Jammertals müsse die therapeutische Intervention letztlich das Ziel haben, dem Patienten „die Entscheidung [zu] erleichtern zu einem Ja zu seiner nun einmal gegebenen Persönlichkeit mit allen ihren Schwächen und Stärken“ (S. 154). Denn Stärken gebe es durchaus. Sie beginnen mit einer relativ leicht bewältigten Pubertät, die die Aufgaben der Akzeptanz von Normen und des Entwickelns von Fähigkeiten zur Selbstbeschränkung mit sich bringe; Sensible hätten insoweit zuvor ein „tragisches Training“ absolviert in Gestalt der Gewöhnung an den *Verzicht* (S. 73). Beim von KLAGES untersuchten „sensiblen Krankengut“ (sehr hübsches Wort!) habe es sich ganz überwiegend „um gute bis sehr gute Schüler“ gehandelt, deren berufliche Positionen „meist in intellektuell anspruchsvollen Ebenen lagen“ und „sprachliche, dichterische,

schriftstellerische und überhaupt künstlerische Veranlagungen stark ausgeprägt waren“ (S. 60). Vorhandene Begabungen ließen sich durch die Sensibilität steigern: „Ganz sicher fließt durch die erhöhte Sensibilität, sozusagen durch die diffizilen feineren Antennen, mehr an künstlerischen geistigen Informationen einer begabten Grundpersönlichkeit zu“ (S. 60). Korrespondierend seien auch Intellektuelle bzw. Künstler deutlich sensibler (S. 117). Als Beispiel nennt KLAGES *Marcel Proust* und *Rainer Maria Rilke*, die er ausführlich vorstellt; dem letzteren sind wir schon begegnet.

Ganz eindeutig sei die Sensibilität eine „konstitutionelle Eigenart“. Inzwischen könne es „als gesichert gelten“, dass es zu den Aufgaben des *Thalamus* gehöre, aus dem peripheren Nervensystem kommende Eindrücke zu verbinden, zu dämpfen und dann der Großhirnrinde zur Verarbeitung weiterzuleiten. Korrespondierend sei bei Sensiblen die Reizschwelle des *Thalamus* sehr viel niedriger, so dass „eine Durchlässigkeit der vielen Afferenzen aus der Umwelt besteht, die nunmehr ungefiltert und ungehindert, sozusagen nicht vorher denaturiert, an die kortikalen Bereiche gelangen können“; KLAGES spricht später von einer „Schwäche [...] des thalamischen Systems“ (S. 136ff.)

In therapeutischem Kontext bemerkt der Arzt starke Reaktionen auf Psychopharmaka; *Tranquilizer* würden jedoch sehr gut vertragen. *Zudeckende* Therapieformen seien eher angemessen (S. 148ff.). Im sozialmedizinischen Zusammenhang konstatiert Klages „nüchtern“, dass typische Eigenschaften und Verhaltensweisen der Sensiblen von der Umwelt negativ bewertet würden; „Sympathiehamster“ würden sie nicht werden auch aufgrund von Passungsschwierigkeiten, die Folge einer „Gratwanderung“ zwischen gesellschaftlich akzeptierten Verhaltensnormen und den „Randzonen menschlichen Verhaltens“ seien (S. 172ff.).

Das Herz blutet, wenn die Entscheidung getroffen werden muss, Gedanken KLAGES' an dieser Stelle *nicht* wiederzugeben. Ich versteige mich hier zu der (provokanten und sicherlich auch übertriebenen) These, dass man sich nicht qualifiziert zu Hochsensibilität äußern kann, wenn man das Buch von KLAGES nicht gelesen hat. Mindestens ein Körnchen Wahrheit dürfte sie jedoch enthalten, da anscheinend so ziemlich jeder Aspekt der Lebenswirklichkeit der Hochsensiblen gestreift wird und sich bei KLAGES Gedanken finden, die in der „offiziellen“ Literatur über Hochsensibilität so nicht stehen, trotzdem aber als sehr anknüpfungsfähig erscheinen.³³

Ein wenig verwundert, dass KLAGES zwar KRETSCHMER (selbstverständlich) kennt und namentlich in Bezug auf seine Konstitutionstypenlehre auch rezipiert, aber anscheinend entweder nicht bemerkt oder nicht davon ausgeht, dass der *sensitive Beziehungswahn* etwas mit dem Personentypus des *sensiblen Menschen* zu tun haben könnte. Hier sei vermutet, dass es KLAGES darum geht, zu betonen, dass Sensibilität nicht pathologisch ist, und KRETSCHMER von einer Erkrankung spricht. Da liegt es nahe, dass man auf unterschiedlichen Ebenen unterwegs ist.

Befinden wir uns auf der Suche nach deutschen Forschern, die vor ARON über sensible Menschen veröffentlicht haben, fällt uns bei der Lektüre des Buches von KLAGES ein Hinweis auf GOTTFRIED EWALD auf, der 1947 im Rahmen eines „bedeutenden Beitrag[es]“ berichtet habe, dass bei der *Kausalgie* eine „offenbar thalamisch bedingte sensorielle Übererregbarkeit“ bestehe (S. 136).

³³ Eine Rezension findet sich in *Intensity 3*: <http://www.hochsensibel.org/dokumente/Intensity/Intensity03.pdf>.

- GOTTFRIED EWALD war seit 1934 Ordinarius für Psychiatrie in Göttingen. Der in Rede stehende „bedeutende[...] Betrag“ erschien in der Fachzeitschrift *Deutsche Medizinische Rundschau*, die anscheinend 1947 gegründet und 1949 eingestellt wurde. EWALD spricht unter dem Titel *Schmerz, Kausalgie, Nervosität* zunächst über die Krankheit *Kausalgie*,³⁴ die heute in der *International Classification of Diseases* anscheinend als ein „Typ II“ eines *Complex regional pain syndrome (CRPS)* geführt wird und dadurch gekennzeichnet ist, dass nach physischen Verletzungen Gewebedegenerationen auftreten.

Uns interessiert ein „seltsame[r], psychische[r] Nebenbefund“, dem EWALD mit „größtem Interesse“ begegnet, weshalb er ihm auch dreieinhalb von insgesamt zehn Seiten des Papers widmet: EWALD scheint „Beziehungen“ zu sehen zwischen der Entstehung einer „offenbar thalamisch bedingten sensoriiellen Uebererregbarkeit“ nebst psychischen Folgen bei der *Kausalgie* und „neurasthenischen oder ‚neuropathischen‘ Beschwerden angeborener Art“ (S. 383), die anscheinend etwas Anderes sind, und zwar Beschwerden eines „bestimmten Menschentypus[!]“, nämlich „jene für unsere Welt oft allzuweichen Persönlichkeiten“ (S. 384). Diese Beschwerden sind konkret „**Ueberempfindlichkeit gegen Geräusche und leichte Reize, gegenüber feinen Berührungen, gegenüber schreckhaften Erlebnissen [oder] die Behauptung, daß man schon beim Gedanken an eine mögliche Störung oder beim Lesen einer banalen bewegenden kleinen Geschichte ,die Tränen in die Augen bekomme‘**“ (S. 385f.). Das kommt Kennern der modernen Literatur über Hochsensibilität bekannt vor.

Diese *Weichheit* ist aber nichts Pathologisches, denn „[e]twas Uebersensibles, Uebererregibles, das sich in der rauhen Welt oft gar so schwer zurecht findet“, sei „bei künstlerisch veranlagten Naturen jeder Richtung sehr häufig zu finden“; die „starke Empfindsamkeit von Seiten des Auges oder Ohres mit ihrer Koppelung an die Thalamuserregbarkeit“ sei „geradezu Voraussetzung für die Bewegbarkeit ihres Seelenlebens, ihres Gemütslebens, für ihr Schaffen und ihr ganzes Sein“; die angeborene Empfindsamkeit „ermöglicht ja erst mit das künstlerische Erlebnis“ (S. 384).

Sensibilität ist also auch für EWALD geradezu eine Voraussetzung für Kunst. Später auf derselben Seite heißt es, „robustes Boxertum mit hoher thalamischer Reizschwelle, die starke Umweltstöße körperlicher oder seelischer Art reaktionslos vertragen läßt“, gehe „mit seelischer Differenziertheit und wahrer Kultur [...] wohl fast niemals“ eine „Verschmelzung“ ein. Sensible, die EWALD aufgrund der zentralen Bedeutung des Thalamus' für ihr Leben und Erleben „*Thalamopathen*“ (ein wundervolles Wort!) nennt, sind anscheinend also die *wahren Kulturträger*, woraus dann wohl geschlossen werden kann, dass nicht-Sensible mindestens regelmäßig *amusische Klötze*³⁵ sind.

Die Motivation EWALDs für die Veröffentlichung seiner entsprechenden Gedanken, die im letzten Teil des Textes sehr deutlich wird, läßt staunen, etabliert aber auch ein gewisses Genugtuungsgefühl: Ihm geht es darum, seine Thalamopathen **gegen den Vorwurf zu verteidigen, ihre Empfindlichkeit sei eingebildet!** Es sei „uns fast zur Gewohnheit geworden“, „etwas lächelnd auf [den Thalamopathen] herabzusehen, der auf geringste sensible Reize und bei belanglosen psychischen Ereignissen aufs heftigste reagiert“ (S. 385); mit dem Vorwurf der Einbildung habe man diesen Patienten „Unrecht getan“. U. a. aufgrund „eigener Robustheit“ und des Mangels an eigenen

³⁴ Ewald, Gottfried, *Schmerz, Kausalgie, Nervosität*, *Deutsche Medizinische Rundschau* 1947, S. 377-386.

³⁵ Vgl. *Die Zürcher Verlobung*, STUDIOCANAL 2004.

entsprechenden Erfahrungen werde der Thalamopath „von vornherein mit einem abfälligen Werturteil belegt“; er habe „sich aber seine Konstitution nicht gewählt“ (S. 386).

Für EWALD ist nun die Parallele zwischen Reizüberflutungssymptomatik bei Kausalgiepatienten, die durch neurochirurgischen Eingriff³⁶ beseitigt werden könne, und den Schilderungen des subjektiven Erlebens der Thalamopathen eine Art **objektive Glaubhaftmachung einer körperlichen Ursache (= eines neurologischen Korrelates) der Reizempfindlichkeit**. Das ist insofern neu, als diese körperliche Ursache von Neurologen „immer wieder“ behauptet worden sei; nun habe man aber „nahezu [...] Sicherheit“ (S. 385f.).

Dass Neurologen „immer wieder“ behauptet hätten, thalamopathische Symptomatik sei real und habe ein neurologisches Korrelat, ist uns neu; anscheinend weiß hier der Zeitgenosse von Überlebenden der *Neurastheniewelle* von Stellungnahmen seiner Kollegen, die entweder nie veröffentlicht wurden oder an (mir) unbekanntem Stellen auf ihre Neuentdeckung warten. Vielleicht in diese Richtung geht eine Äußerung von GUSTAV ERNST STÖRRING, anscheinend ein Schüler von EWALD,³⁷ der jedenfalls in der Schriftfassung eines Vortrages über *Thalamus-Blindheit* auf dem *Kongress für Neurologie und Psychiatrie* 1947 in Tübingen eine „funktionelle[...] Lichtscheu gewisser Neuropathen und Neurastheniker, die man vielleicht [...] als Thalamopathen [...] bezeichnen könnte“ in einem Satz erwähnte.³⁸ EWALD nennt weiter oben in dem gerade besprochenen Aufsatz den „neurologische[n] Altmeister“ OTFRID FOERSTER, der auf die oben skizzierten Zusammenhänge bereits 1926 hingewiesen habe. Die „heraufziehende überrobuste Zeit“ habe „die feinsinnigen, wissenschaftlich so wohl begründeten Bemerkungen“ aber quasi ignoriert (S. 383). Wir dürfen das wohl so verstehen, dass Nazis es nicht so hatten mit Sensibilität.

- EWALD zitiert ausführlich aus dem Buch *Die Leitungsbahnen des Schmerzgefühls und die chirurgische Behandlung der Schmerzzustände* von OTFRID FOERSTER, das im Jahr 1927 erschien und laut des Vorwortes die Verschriftlichung eines Referates aus dem Jahre 1925 ist. Der Neurologe und Neurochirurg FOERSTER ist auch bekannt als Lehrer von *Ludwig Guttmann*, der als Begründer der *Paralympischen Spiele* gilt.³⁹

EWALD zitiert aus einem Teil des Buches, in dem FOERSTER einen zusammenfassenden Überblick über einen ersten Abschnitt des Werkes gibt, in dem er anatomische Darlegungen des Schmerzsystems im Körper liefert; im zweiten Abschnitt behandelt er Pathologien des Nervensystems. Das Zitat behandelt die große Gefahr, dass bei nur scheinbar vollständiger Unterbrechung von Schmerzbahnen im Nervensystem Schilderungen nach wie vor erlittener Schmerzen nicht ernst genommen würden (S. 383f. bzw. S. 168f.).

³⁶ *Exstirpation des Ganglion stellatum*, S. 382, vgl. hierzu Mandl, Felix, *Blockade und Chirurgie des Sympathicus*, Wien 1953, S. 351f.

³⁷ <http://studiengesellschaft.de/35/nachruf-auf-prof-dr-gustav-e-storring-1903-2000/> [19.05.2017].

³⁸ Störing, Gustav E., *Ueber Thalamus-Blindheit (Primäre Sehzentren)*, in: Kretschmer, Ernst (Hrsg.), *Bericht über den Kongress für Neurologie und Psychiatrie Tübingen 1947*, Stuttgart o. J., S. 151; ich kann es mir an dieser Stelle nicht verkneifen, darauf hinzuweisen, dass Sensible anscheinend also *lichtscheues Gesindel* sind.

³⁹ Aminoff, Michael J., Daroff, Robert B., *Encyclopedia of the Neurological Sciences*, 2. Auflage London, Waltham, San Diego 2014, Stichwort: *Guttmann, Ludwig*.

Dass Befunde im Zusammenhang mit der Kausalgie einen Zusammenhang mit dem Empfinden der Thalamopathen – bei ihm anscheinend: *Neuropathen*, obwohl er diesen Begriff viel breiter zu verstehen scheint – hätten, wird von FOERSTER im näheren Zusammenhang des Zitats nicht behauptet. Sucht man Stellungnahmen, die der Sache nach möglicherweise Thalamopathen betreffen, finden wir auf der Folgeseite die Äußerung, dass die „Grade der Erregbarkeit des Schmerzsystems [...] sicher individuell sehr verschieden groß“ sein können: „Daß es wehleidige und schmerzefeste Individuen gibt, ist eine Erfahrung, die so alt ist, als es Menschen gibt“.⁴⁰ Später führt FOERSTER diese unterschiedliche Schmerzempfindlichkeit auf eine „sehr variable potentielle Energie“, also Erregbarkeit, des Thalamus zurück (S. 181).

Eine Stellungnahme zu *Neuropathen* findet sich bei FOERSTER in einem Kapitel über den *Thalamus*; bei ersteren sei das Schmerzempfinden eben gesteigert aufgrund einer „Steigerung der Erregbarkeit“ des letzteren (S. 133). Detailliertere Auskunft über diese *Neuropathen* liefert FOERSTER nicht, was aber auch schlicht damit zu tun haben könnte, dass er eben ein spezielles Lehrbuch über die Behandlung von Schmerz schreibt. Im zweiten Abschnitt dieses Buches erwähnt FOERSTER im Zusammenhang mit *Visceralgien* (Schmerzzustände innerer Organe) „Individuen mit einer ganz allgemein gesteigerten Erregbarkeit des Nervensystems“, ohne auch hier näheres zu sagen (S. 247). Interessant an anderer Stelle: „Bei keiner Form des Schmerzes“ sei der Grad der Erregbarkeit des Schmerzsystems so bedeutsam, wie beim Kopfschmerz. FOERSTER spricht hier speziell von einem *neurasthenischen oder neuropathischen Kopfschmerz*, was ein wenig die Frage aufdrängt, ob für ihn *Neuropathie* und *Neurasthenie* Synonyme sind (wahrscheinlich nicht, vgl. etwa S. 349). *Neurasthenie* sei jedenfalls gekennzeichnet durch eine „gesteigerte Erregbarkeit des Nervensystems“ (S. 312).

Eine flammende oder auch nur dezente Verteidigung der *Neuropathen* gegen den Einbildungsvorwurf findet sich in dem Buch also anscheinend nicht; wir wollen unterstellen, dass die Stellungnahme, auf die EWALD sich bezieht, anderswo oder anderswo getätigt wurde (oder ich zu blöd bin, sie im Buch zu finden). Soweit er sinngemäß davon spricht, FOERSTER sei es darum gegangen, Zurückhaltung bei der Annahme von Simulation oder hysterischer Symptomatik zu empfehlen, passt dies in das Bild, das von FOERSTER durch eine Stellungnahme auf einem Kongress im Jahr 1925 gezeichnet wird. Hier mahnt FOERSTER in anderem Zusammenhang davor, zu schnell einen Simulationsvorwurf zu erheben.⁴¹

– Kehren wir noch einmal zurück zu EWALD, denn dieser hatte im Jahre 1934 in der Zeitschrift *Der Nervenarzt* uns interessierende Überlegungen bezüglich der Konsequenzen der Reizempfindlichkeit für Persönlichkeitseigenschaften ausgesprochen. In dem Aufsatz *Persönlichkeitsaufbau unter verschiedenen Aspekten* beschreibt er fünf „Grundradikale als Eckpfeiler für eine somatische Erforschung der Person“: fünf physisch, also hirnrorganisch, bedingte Grunddeterminanten einer Persönlichkeit. Dies seien – „in Anlehnung an KRETSCHMER“ (!) – (1) „Eindrucksfähigkeit für höhere Gefühlswerte“, (2) „Retentionsfähigkeit für solche Gefühlswerte“, (3) „intrapyschische Steuerung“, (4) „Ableitungsfähigkeit von Erlebnissen“ und (5) „Triebhaftigkeit“. Mit

⁴⁰ Foerster, Otrfid, *Die Leitungsbahnen des Schmerzgeföhls und die chirurgische Behandlung der Schmerzzustände*, Berlin, Wien 1927, S. 170; eine weitere Binsenweisheit, auf die vielleicht auch gesondert hingewiesen werden muss.

⁴¹ Schwab, Otto, *Enzephalographische Bilder „sogeannter“ traumatischer Neurosen*, *Deutsche Zeitschrift für Nervenheilkunde* (89) 1926, S. 44, 50.

der „Retentionsfähigkeit“ dürften „Eindrucksfähigkeit und Nachdauer“ gemeint sein.⁴² Ja, KRETSCHMER lässt in der Tat grüßen.

Die Eindrucksfähigkeit für Gefühls- und Trieberlebnisse hänge nun zusammen mit Intensität der nervösen Erregung, Retentionsfähigkeit für Erlebnisse demgegenüber mit „Extensität und Sensibilisierung“ einer solchen nervösen Erregung, „also ihrer funktionalen Nachhaltigkeit“. Ich verstehe das so, dass EWALD unterscheidet zwischen nervöser Erregbarkeit durch Reize, die aber wohl ephemere sein kann, und einer tiefergehenden „Sensibilisierung“, also einer Art *tieferen Verarbeitung* dieser Reize. Ich hoffe, dem Gedankengut nicht Gewalt anzutun, wenn ich hier eine Unterscheidung zwischen *Empfindlichkeit* und *Empfindsamkeit* (im Sinne der *Sensitivität* KRAEMERS) hineinlese (S. 276).

Einige Seiten weiter spricht EWALD von *Minderwertigkeitsgefühlen* unter Berufung auf *Alfred Adler*.⁴³ *Minderwertigkeitsgefühle* entstünden als Reaktion auf die „größere Macht“ der Umwelt. EWALD schreibt, das Ausmaß der *Sthenie* oder *Asthenie* einer Person hänge daher ab von der *Ableitungsfähigkeit*; Menschen mit geringer Ableitungsfähigkeit wichen „gern scheu zurück- und aus“. Mit meinen primitiven Worten gesagt: Auf wen Erlebnisse intensiver wirken, der erlebt die Umwelt als *mächtiger*, fühlt sich selbst mithin umso *minderwertiger*. Folgerichtig seien das Ausmaß von Minderwertigkeitsgefühlen und Selbstschutzzinstinkten nicht eine erworbene, sondern eine angeborene Eigenschaft, „die auf der individuellen angeborenen Unempfindlichkeit oder Überempfindlichkeit der nervösen (besonders affektiven) Substrate beruht“ (S. 284f.).

– Vor einiger Zeit geisterte durch das Internet der Name *Karl Ludwig Friedrich von Reichenbach*, der bereits Mitte des 19. Jahrhunderts über Hochsensible geforscht habe. Wir wollen uns hier gar nicht detailliert auf *Reichenbach* einlassen, sondern nur darauf hinweisen, dass er anscheinend beobachtete, dass von ihm so genannte *sensitive Menschen* Magnete aufgrund von Lichterscheinungen im Dunklen sehen konnten.⁴⁴ Eine Kommentierung dürfte entbehrlich sein.

– Stattdessen sei **rekapituliert**: Auf der Suche nach deutschen Wissenschaftlern, die sich vor ARON möglicherweise der Sache nach mit Hochsensiblen bzw. Hochsensibilität beschäftigt hatten, haben wir zwei Gruppen identifiziert, die versucht haben, einschlägige Wahrnehmungen aus ihrer klinischen Praxis zu verkonzeptualisieren, also in ein Interpretationsschema einzubetten.

Die eine Gruppe, man sollte sagen: das eine *Grüppchen*, scharft sich um ERNST KRETSCHMER, der den *sensitiven Beziehungswahn* beschreibt; wir wollen die Herrschaften daher etwas blödelnd die *Sensitiven* nennen. Auf der Suche nach Ursachen oder Prädispositionen von bzw. für den Wahn stößt man auf einer Reise zum Mittelpunkt der Erde zunächst auf einen *sensitiven Charakter*, dem anscheinend eine konstitutionell bedingte Reizempfindlichkeit zugrunde liegt. Die einen Kliniker sind fasziniert von der pathologischen Entwicklung, setzen sich daher nicht näher mit der Reizempfindlichkeit als solcher auseinander. Der andere Kliniker ist fasziniert von den Potenzialen des

⁴² Ewald, Gottfried, Persönlichkeitsaufbau unter verschiedenen Aspekten, *Der Nervenarzt* (7) 1934, S. 273, 275.

⁴³ Vgl. Schlüter, Christiane, Die wichtigsten Psychologen im Porträt, Interesse für das Ich – Alfred Adler, Wiesbaden 2007, S. 50ff.

⁴⁴ Vgl. Reichenbach, Karl Ludwig Friedrich Freiherr von, Wer ist sensitiv, wer nicht? Oder kurze Anleitung, sensitive Menschen mit Leichtigkeit zu finden, Wien 1856, S. 59ff.

sensitiven Menschen (Charakters?), bleibt nach Geschmack des Autors dieser Zeilen insofern aber an der Oberfläche, als auch er nicht die Reizempfindlichkeit als solche näher untersucht. Hier sind dem Arzt – eine böartige Unterstellung – möglicherweise seine literarischen Neigungen mit ihm durchgegangen.

Höhepunkt der Wirkungsgeschichte des zweiten Grüppchens ist WOLFGANG KLAGES, der sich auf Autoren stützt, die eine konstitutionelle Thalamusschwäche als Ursache für Reizempfindlichkeit sehen. KLAGES seziert die Reizempfindlichkeiten und skizziert darauf aufbauende Folgen für das Verhalten; seine Vorläufer liefern die Wahrnehmung, dass Reizempfindlichkeiten auf angeborene besondere Eigenschaften des Thalamus zurückgehen, weshalb man sich bitte den Simulations- oder Einbildungsvorwurf verkneife. Wir wollen diese Gruppe ebenfalls blödelnd die *Thalamopathen* nennen.

Inhaltlich steht der Autor dieser Zeilen, wie angedeutet, unter dem Eindruck, dass im Prinzip in Deutschland jedenfalls für den Hausgebrauch alles Wesentliche zum Thema Sensibilität schon vor ARON gesagt worden war. Man erinnert sich spontan an die Bemerkung von *Alfred North Whitehead*, nach der die gesamte neuzeitliche Philosophie eine Fußnote zu Plato sei;⁴⁵ die Assoziation trägt aber insofern nicht, als erstens ARON et al. KLAGES & Co. nicht rezipieren, und als zweitens KLAGES & Co. auch von anderen (insoweit) eben nicht rezipiert wurden. Nicht zu übersehen ist, dass erstens ARON sehr wohl rezipiert wurde und zweitens sie auch gesellschaftlich (aufgrund ihrer populärwissenschaftlichen Veröffentlichungen) einen massiven *Impact* erleben durfte. Schon aus diesem Grunde ist ihre Rolle zentral und ihr gebührt uneingeschränkt Dank und Anerkennung. Ich weiß nicht und bezweifle, dass bspw. ich ohne ARON auf KLAGES gestoßen wäre.

Unsere Suche nach Thematisierungen von Sensibilität oder Hochsensibilität der Sache nach hat trotz der unterwegs gewonnenen wertvollen Einsichten also insgesamt eine magere Ausbeute: Reizempfindlichkeit als Konstitutionstypus ist vor ARON jedenfalls in Deutschland anscheinend kaum als solche wissenschaftlich thematisiert worden; vielversprechende Ansätze werden nicht recht aufgegriffen. Die Sache erhält einen harlekinesken Zug, wenn man sich vergegenwärtigt, dass etwa auf KLAGES durchaus verwiesen wird im Zusammenhang mit *Bibliotherapie*,⁴⁶ die in dem oben vorgestellten Buche zwar am Rande eine Rolle spielt; irgendwie ging es aber doch um etwas Anderes. Stellungnahmen über sensible Menschen mögen sich in der schönen Literatur wie Sand am Meer finden. Wir hätten aber schon erwartet, dass seitens der Wissenschaft etwas mehr kommt als Achselzucken. Interessant auch, dass die bisher benannten Autoren Ärzte waren; die akademische Psychologie forscht erst später zu Sensibilität.

2.3.3 *Exkurs*: SCHWEINGRUBER, TOCHTERMANN und PULAY

Thema dieses Abschnittes ist die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit Sensibilität, weshalb Ratgeberliteratur aus der Zeit vor ARON uns eigentlich nicht interessieren

⁴⁵ „Die sicherste allgemeine Charakterisierung der philosophischen Tradition Europas lautet, daß sie aus einer Reihe von Fußnoten zu Plato besteht“, Whitehead, Alfred North, *Prozeß und Realität*, 2. Auflage Frankfurt a. M. 1984, S. 91.

⁴⁶ Vgl. Schiller, Norbert, Leserbrief im Dt. Ärzteblatt 1988 (Heft 46), S. A-3975; Luban-Plozza, Boris, *Bibliotherapie – Literarisches als Therapeutikum*, in: *Mitteilungsblatt der internationalen Gesellschaft für Kunst, Gestaltung und Therapie* (4) 1987, <http://deutsche-sektion-igkg.de/wp-content/uploads/2015/03/Heft4.-871.pdf> [09.05.2017]; Stoltzenberg, Eva Renate, *Adult Bibliotherapy: Books Help to Heal*, *Journal of Reading* 23/1979, S. 34.

dürfte. Wir können aber der Versuchung nicht widerstehen, wenigstens im Rahmen eines Exkurses darauf hinzuweisen, dass sich im deutschsprachigen Raum im 20. Jahrhundert auch Autoren mit Sensibilität beschäftigt haben, die für ein Laienpublikum schrieben.

- An erster Stelle wäre hier der Schweizer Pfarrer EDUARD SCHWEINGRUBER zu nennen, der auch in der Szene der Hochsensiblen durchaus bekannt ist.⁴⁷ Sein uns interessierendes Buch erschien im Jahre 1935 unter dem Titel *Der sensible Mensch – Psychologische Ratschläge zu seiner Lebensführung* und wurde anscheinend mehrmals neu aufgelegt: Die letzte Auflage stammt wohl aus 1969; uns liegt ein Exemplar aus dem Jahr 1945 vor.

SCHWEINGRUBER stellt zu Beginn unmissverständlich klar, dass sein Werk Ausfluss einer „Praxis der psychologischen Beratung Gesunder und Kranker“ ist, also keinen wissenschaftlichen Anspruch hat.⁴⁸ Er beginnt – das lesen wir gern – mit dem subjektiven Erkennen Betroffener, dass ihnen „das Leben irgendwie mehr zu tun gibt als der Mehrzahl in seiner Umgebung“, und schließt eine Vielzahl von möglichen Einzelbeobachtungen an, anhand derer der Sensible bemerken könne, dass er anders sei (S. 9ff.). Immer erfahre sich der Betroffene „als irgendwie komplizierter, schwerfälliger oder haltloser, als müder oder unfähiger, als empfindlich oder gestaut oder übermäßig reizbar im Vergleich zu einfacher[e]n, geschlossenen und starken Naturen um ihn her[um]“ (S. 11). Speziell aufhorchen lässt hier, dass beim Betroffenen „nach verhältnismäßig unbedeutenden Erlebnissen, wie Begegnungen mit neuen Bekanntschaften oder Betreten eines neuen Milieus das ganze Erlebnis sich sehr stark in ihm weiter bewegt und erst allmählich abebbt“ (S. 12). Jedenfalls ist klar, dass sich hier die Wahrnehmung der Andersartigkeit als Folge der normalen, alltäglichen Selbstreflexion darstellt und weder von außen eingeredet noch Ausfluss einer übertriebenen Selbstbeachtung ist.

SCHWEINGRUBER fasst sein Verständnis der Sensibilität zusammen: Betroffene hätten (1) eine „zu leichte und zu intensive Ansprechbarkeit auf Eindrücke“ (= Reize), (2) ein „zu leichtes Eintreten von Kompliziertheiten im Verarbeiten der Affekte“, (3) eine „zu leichte Auswirkung und Hinüberwirkung von Affektvorgängen“ auf den Körper und (4) eine „zu leichte und zu intensive Rückwirkung von leiblichen Funktionen auf das Affektleben“ (S. 17).

Das Schlüsselwort ist hier „zu“: Für SCHWEINGRUBER ist die Sensibilität eine Schwäche, ein Defizit. Zwar könnten „verfeinertes Empfinden, rascheres Aufnehmen, stärkeres Ergriffensein“ oder sogar erhöhte Produktivitätspotenziale Vorteile der Sensibilität sein (S. 37). Trotzdem ist sie ein „Naturfehler“ (S. 16), der in einem „Mangel an selbstverständlicher Vitalkraft“ (S. 36) besteht. Es gebe eine „vitale Grundsicht“ menschlicher Existenz (lässt hier der *Vitalismus* grüßen?) und bei Sensiblen sei der Zusammenhang zwischen den seelischen Funktionen und dieser „Grundsicht zu schwach“ (S. 33).

SCHWEINGRUBER betont wiederholt explizit, dass sich der Betroffene sachlich und mit Distanz zu sich selbst (S. 39; wir erinnern uns an das *abgepufferte, desengagierte* Sein des

⁴⁷ Im Internet findet sich eine ausführliche Vorstellung seines Buches, von dem sogleich die Rede sein wird: <https://emj57.wordpress.com/2009/08/09/der-sensible-mensch-teil-1/> und <https://emj57.wordpress.com/2009/08/10/der-sensible-mensch-teil-2/> [10.05.2017].

⁴⁸ Schweingruber, Eduard, *Der sensible Mensch – Psychologische Ratschläge zu seiner Lebensführung*, Zürich 1945, S. 7.

neuzeitlichen Menschen) mit seiner Sensibilität auseinandersetzen müsse, weil sie ihm sonst „Streiche“ spiele (S. 36). Zunächst müsse ärztlich sichergestellt werden, dass die Sensibilität nicht Symptom einer unerkannten Pathologie ist (S. 24); danach sei aufzuarbeiten – „durchrevidieren“, inwieweit Lebenseinstellung und „Erlebnismaterial“ *neurotisch gefärbt* sind (S. 28).⁴⁹ Letzteres sei ein Stück weit normal; bei fast jedem Sensiblen seien „neurotische Innenspannungen“ insbesondere mit Wurzeln in der Pubertätszeit festzustellen (S. 27f.).

Was konkret zu tun ist hängt ab von der konkreten Ausgestaltung der Sensibilität beim jeweiligen Betroffenen. Manchmal reiche schlicht „mehr Schlaf“ und „mehr ruhen“ (S. 51); empfehlenswert sei es auch, sich Zeit zu nehmen, um unbearbeitete „Nebenprodukte[...] des seelischen Lebensbetriebes“ zwischendurch aufzuarbeiten (S. 63). Generell sei zu einer „Erlebnis-Diät“ zu raten; eine „feine Askese“ zur Vermeidung von Reizüberflutungen (S. 29f.). SCHWEINGRUBER meint, der Sensible müsse sich dringend „in den Dienst von etwas außer ihm Bestehenden“ stellen als Kompensation der Selbstbeobachtung (S. 46f.). Man fühlt sich erinnert an die Empfehlung des amerikanischen Philosophen DANIEL DENNETTS, der meint, Glück (Happiness) werde erreicht, wenn man sein Leben einem Anliegen widme, das wichtiger sei, als man selbst.⁵⁰

SCHWEINGRUBER ist, wie angedeutet, seit längerer Zeit in der heutigen Hochsensiblen-Szene bekannt, was wohl auch daran liegt, dass sein Buch wegen seines Titels leicht zu finden ist. Im Rahmen eines Tieftauchgangs im *Karlsruher Virtuellen Katalog* (KVK) – ein Geheimtipp für Wissenschaftler, die seltene Literatur suchen – stieß ich vor einiger Zeit auf die Bücher von WILHELM TOCHTERMANN und ERWIN PULAY, die einen etwas anderen Namen tragen: *Der überempfindliche Mensch*. Sie sind meines Wissens nach in der Hochsensiblen-Szene nicht rezipiert worden, was aber auch seine Ursache darin haben dürfte, dass allzu revolutionär ihre Einsichten nicht sind.

– WILHELM TOCHTERMANN (gest. 1974) war lt. Rückseite des dünnen Taschenbuches, das 1955 erstmals erschien und mindestens eine fünfte Auflage (1976) erlebte, Arzt und Psychotherapeut. Im Buch differenziert er zwischen *Sensitivität*, die *Sensibilität* in unserem Sinne sein dürfte, und *Überempfindlichkeit*: eine Reaktion auf Reize, die zum Stimulus „in keinem sinn- und maßgerechten Verhältnis mehr steht“.⁵¹ *Sensitive* hätten „vor ihrer Seele eine Art von unsichtbarem Haarsieb, das zunächst einmal Feinstreize ‚filtert‘“; TOCHTERMANN sieht aufgrund dieser Konstitution anscheinend eine erhöhte Gefahr von (neurotischen) Fehlentwicklungen aufgrund von „Irrtümern“ – wohl eine Fehlverarbeitung von Reizen (S. 15).

Wie der Titel des Buches nahelegt, interessiert sich TOCHTERMANN in erster Linie für die pathologische Symptomatik der *Überempfindlichkeit*; über das „sensitive Naturell“ äußert er sich nur am Rande. Wiedergegeben sind hier Ausführungen zur „vitale[n] Distanz“: Umso höher die Sensitivität eines Menschen sei, umso intensiver wirke auf ihn der Kontakt zu anderen Menschen, weshalb umso größere Distanz (zeitlich und räumlich) nach dem Kontakt erforderlich sei, um die hierbei aufgenommenen Reize

⁴⁹ Das erinnert ein wenig an die Neubewertung der eigenen Vergangenheit – *Reframing* – nach Erkenntnis der eigenen Hochsensibilität nach ARON, ist aber wohl nicht ganz dasselbe, Aron, Elaine, *Sind Sie hochsensibel?*, 7. Auflage München 2011, S. 50ff., 144f.

⁵⁰ Vgl. Dennett, Dan, *Dangerous memes*, https://www.ted.com/talks/dan_dennett_on_dangerous_memes [19.08.2017], 05:05 min.

⁵¹ Tochtermann, Wilhelm, *Der überempfindliche Mensch*, 5. Auflage Stuttgart 1976, S. 14.

zu verarbeiten. Geschehe das nicht, gebe es Probleme etwa in Form von psychosomatischen Symptomen. Der sensitive Mensch müsse darauf achten, sich nicht „den seelischen Magen an Reizen zu überladen“ (S. 48).

– Auch ERWIN PULAY war Arzt; auch er differenziert in seinem 1936 erschienenen Buch zwischen einem „überempfindliche[n], sensibilisierte[n]“ Menschen und einem „empfindsamen, sensiblen“ Menschen. Die Empfindsamkeit oder Sensibilität sei konstitutionell bedingt; die Überempfindlichkeit sei demgegenüber eine Fehlentwicklung, die im Verlaufe des Lebens auftritt.⁵² Der sensible Mensch sei in seinen Reaktionen auf Reize gesteigert, der überempfindliche wehre sie eher ab (S. 175): Diesen Gedanken finden wir auch bei anderen Autoren.⁵³

Interessanterweise sieht PULAY die Überempfindlichkeit, die für ihn ja eigentlich ein pathologischer Zustand ist, durchaus nicht ausschließlich negativ. „Höchstleistungen“ beruhen „auf [...] gesteigerte[r] Sensibilität“. Der überempfindliche Mensch leide „an seinem Leben [und] an seinen Symptomen, die niemals [ein] organisch greifbares Substrat ergeben“; seine Leistungsfähigkeit sei „ungleich“. Aber wenn Leistung komme, sei ihre Qualität jener des „Nebenmenschen gegenüber gesteigert“ (S. 16f.).

PULAY schreibt hier eigentlich über die Überempfindlichen; man hat aber den Eindruck, jedenfalls *cum grano salis* ließen sich speziell die letztgenannten Äußerungen auch auf sensible Menschen übertragen: Berichte über „Höchstleistungen“ bezieht man gern auf sich. PULAY stellt jedenfalls fest, dass die „Art, wie ein Mensch die an ihn herantretenden Reize zu beantworten vermag, [also] die Art seiner Reaktionen (...) seine Persönlichkeit bestimme (S. 22). Dem stimmen wir natürlich zu.

⁵² Pulay, Erwin, *Der überempfindliche Mensch*, Leipzig 1936, S. 15).

⁵³ Vgl. Kraemer, Richard, *Der sensitive Mensch. Versuch einer Darstellung am Bilde des Dichters Rainer Maria Rilke*, Mainz 1953, S. 70.