Hochsensibilität und Homeschooling – eine heilsame Kombination!

Welchem Begriff sind Sie zuerst begegnet: Homeschooling oder Hochsensibilität? Dem einen oder dem anderen, aber die Kombination setzt ein enormes Potential frei. Denn wenn man einen persönlichen und zuweilen leidvollen Zustand in Worte gefasst von aussen gespiegelt erhält, stellt sich zuallererst eine Entspannung ein: „Aha, wir sind nicht die einzigen, es gibt Lösungen zu unserem Problem, andere sind diesen Weg auch schon gegangen.“ Daraus lässt sich Kraft und Wissen schöpfen, was als nächster Schritt ansteht, um wieder in einen freudevolleren Alltag zu kommen. In meiner Umfrage, die ich bei Homeschoolfamilien in der ganzen Schweiz durchführte, kam ein klarer Zusammenhang zwischen Homeschooling und Hochsensibilität zum Ausdruck.

Hochsensibel zu sein heisst, unsere Umwelt intensiver wahrzunehmen, wobei wir mehr mitkriegen als andere Menschen, aber gerade dieses „mehr“ uns auch sehr bald zu viel, zu laut, zu intensiv wird. Zum Thema Hochsensibilität gibt es mittlerweile zahlreiche Informationen (Bücher, Websites, Film,…). Hochsensibilität betrifft nicht nur Kinder. Auch als hochsensibler Erwachsener wird man immer wieder mit herausfordernden Situationen konfrontiert, die jedoch mit mehr Fachwissen, gezielten Übungen und einem wachsenden Selbstvertrauen immer weiter entschärft werden können. „Hochsensibilität ist eine Wahrnehmungsbegabung“! (Sylvia Harke)

Unter Homeschooling verstehen wir eine alternative Lernform, in der die Kinder zu Hause von einem Elternteil oder einer zugezogenen Lehrperson unterrichtet oder eben „gebildet“ werden („www.Bildung zu Hause“). In der französischen Schweiz hat sich der passende Begriff „Instruire en liberté“ etabliert.

Auf die erste Frage: „Ist mein Kind hochsensibel/sind meine Kinder hochsensibel?“ antworteten über 90% mit „Ja“. Für die zweite Frage „Ist einer oder beide Elternteile hochsensibel?“ sah das Resultat ebenso aus. Hochsensibilität lässt sich innerhalb einer Familie über mehrere Generationen feststellen.

Darin, dass Hochsensibilität nicht als Defizit, sondern als eine sozial und persönlich wertvolle Begabung anerkannt wird, liegt der Schlüssel. Und unser heutiges Schulsystem hilft uns dabei! Wie bitte? Ja, das massive Unwohlsein und Leiden unseres eingeschulten Kindes, das bis in körperliche Krankheiten Ausdruck findet, zwingt uns als Eltern hinzuschauen und Lösungen zu suchen,

um unseren Kindern wieder zum „Aufblühen“ (am häufigsten verwendeter Ausdruck, nach dem Wechsel zu Homeschooling) zu verhelfen. Im vertrauten Rahmen des Homeschoolings werden Kinder „offenherziger, weicher, selbständiger, ruhiger, fröhlich, aufgestellt, wissbegierig, ihre Augen strahlen wieder, Ruhe, Lachen, Freude sind wieder eingekehrt“. „Gewisse Tore, die in der Schule verriegelt wurden, öffneten sich wieder und liessen Licht und Luft in die geistig-seelische Welt des Kindes wieder eindringen“, beschrieb eine Mutter.

Von grosser Bedeutung scheint mir auch die Beobachtung, dass diese Kinder in der Schule grösstenteils als „sehr gut integriert, beliebt und erfolgreich“ wahrgenommen werden. Das Leiden zeigt sich in den meisten Fällen erst zu Hause in der Familie. Ebenso wichtig ist die Antwort auf die erste und häufigste Frage, die man als Homeschooler zu hören bekommt: „Ja aber, haben die Kinder denn genügend soziale Kontakte?“. Kinder die zu Hause unterrichtet werden, verfügen nachweislich über höhere Sozial- und Lernkompetenzen, als Kinder die sich „täglich mehrere Stunden mit 24 gleichaltrigen in einem Raum aufhalten und einen von aussen bestimmten Inhalt lernen müssen, ohne dass auf ihren persönlichen Rhythmus, Bedürfnisse und Neigungen eingegangen werden kann“. „Ergebnisse aus der Neurobiologie zeigen in aller Deutlichkeit, dass soziales und kognitives Lernen ganz andere Wege geht und braucht“, so z.B. Lernen in einem „vertrauten und natürlichen Umfeld“. Unter den Homeschoolern gibt es übrigens auffällig viele Lehrerinnen und Lehrer als Elternteile, die also das Schulsystem von aussen und innen kennen.

Wieso ist es so wichtig für Hochsensibilität und Homeschooling eine Bresche zu schlagen? Weil unsere Gesellschaft die Norm aus der Mehrheit definiert. Was aber, wenn nicht Mehrheit, sondern z.B. Zukunftsträchtigkeit die Norm bestimmt? Wenn Empathie, Feinfühligkeit, Offenheit, Selbstbestimmung, Freude, die Norm definieren? Entwicklungsbiologisch kommt den zwei Titelbegriffen, heute mehr denn je, einen höchst bedeutsamen Stellenwert zu. Beginnen kann jede und jeder nur bei sich selber. Eine Wahrnehmungsbegabung zu erkennen und einen Raum zu schaffen, in der diese zum eigenen und allgemeinen Wohle erblühen kann, ist ein kraftvoller Schritt dazu – ein Schritt in die Freude!

Corinne Fonseca von www.corinne-puppenspiel.com