



(<https://www.facebook.com/sensitivityresearch/>)



MITGLIED WERDEN



(<https://twitter.com/sensitivityres>) (<https://sensitivityresearch.com/de/mitglieder/>)



(<https://www.instagram.com/sensitivityresearch/>)

HOME ([HTTPS://SENSITIVITYRESEARCH.COM/DE/](https://sensitivityresearch.com/de/))

ÜBER SENSIBILITÄT ([HTTPS://SENSITIVITYRESEARCH.COM/DE/UEBEREMPFLINDLICHKEIT/](https://sensitivityresearch.com/de/ueberempfindlichkeit/))

SENSIBILITÄTSTESTS ([HTTPS://SENSITIVITYRESEARCH.COM/DE/SELBSTTESTS/](https://sensitivityresearch.com/de/selbsttests/)) ✓



FORSCHUNG ([HTTPS://SENSITIVITYRESEARCH.COM/DE/FORSCHUNG/](https://sensitivityresearch.com/de/forschung/)) ✓

BLOGS ([HTTPS://SENSITIVITYRESEARCH.COM/DE/BLOGS/](https://sensitivityresearch.com/de/blogs/))

MITGLIEDER ([HTTPS://SENSITIVITYRESEARCH.COM/DE/MITGLIEDER/](https://sensitivityresearch.com/de/mitglieder/)) ✓

ÜBER UNS ([HTTPS://SENSITIVITYRESEARCH.COM/DE/CA-US/](https://sensitivityresearch.com/de/ca-us/))

Du bist hier: [Home \(https://sensitivityresearch.com/de/\)](https://sensitivityresearch.com/de/) > [Blogs \(/blogs/\)](/blogs/) > Menschen fallen in verschiedene Empfindlichkeitsgruppen: Orchideen, Tulpen und Löwenzahn

MENSCHEN FALLEN IN VERSCHIEDENE EMPFINDLICHKEITSGRUPPEN: ORCHIDEEN, TULPEN UND LÖWENZAHN

7th August 2021 - Von Prof. Michael Pluess

Über die Autoren

Michael Pluess ist Professor für Entwicklungspsychologie an der Queen Mary University of London und führender Experte für Sensibilität bei Kindern und Erwachsenen. Er hat bedeutende theoretische und empirische Beiträge auf diesem Gebiet geleistet, ebenso wie die Entwicklung und Validierung von Sensitivitätsmaßen. Er leitet mehrere große Forschungsprojekte zur Sensitivität auf der ganzen Welt.

Zusammenfassung

Sollten wir Sensibilität als eine kontinuierliche Dimension verstehen, die von niedrig bis hoch reicht, oder als eine Kategorie, wobei einige Menschen hochsensibel sind und andere nicht?

In diesem Blog stelle ich Forschungsergebnisse vor, die darauf hindeuten, dass

Sensibilität ein Spektrum widerspiegelt, aber auch, dass Menschen entlang dieses Spektrums in drei Sensibilitätsgruppen eingeteilt werden können.



Sensibilitätsgruppen

Es ist bekannt, dass Menschen unterschiedlich empfindlich auf ihre Umwelt reagieren, manche mehr, andere weniger.

Lange Zeit ging man davon aus, dass nur ein kleiner Teil der Menschen hochsensibel ist. Folglich wurde angenommen, dass Menschen in zwei grundlegende Gruppen eingeteilt werden können: hochsensibel und nicht hochsensibel Menschen. Die meiste Aufmerksamkeit in Forschung und Praxis galt der hochsensiblen Gruppe und viel weniger, wenn überhaupt, der weniger sensiblen Gruppe.

Infolge dieser "Zwei-Gruppen-Perspektive" und der Konzentration auf die hochsensible Gruppe ist viel mehr über hochsensible Menschen bekannt. Darüber hinaus wurden mehrere Tests entwickelt, von denen einige wissenschaftlich fundiert sind und viele nicht, um festzustellen, ob jemand zur Gruppe der Hochsensiblen gehört. Im Laufe der Zeit begannen einige Autoren, den Begriff "Hochsensibile Person" (HSP) zu verwenden, um diejenigen zu beschreiben, die in die Gruppe der Hochsensiblen fallen. Es wurden jedoch keine spezifischen Wörter vorgeschlagen, um Menschen zu beschreiben, die zur weniger sensiblen Gruppe gehören.

Orchideen und Löwenzahn

Im Jahr 2005 führten zwei führende Forscher auf dem Gebiet der biologischen Sensibilität, Prof. Tom Boyce und Prof. Bruce Ellis, die Blumenmetapher von Orchideen und Löwenzahn ein, die sie den schwedischen Begriffen orkidbarne und maskrosbarne entlehnten.

In ihrer einflussreichen akademischen Arbeit schlugen sie vor, dass Kinder, die weniger sensibel und daher widerstandsfähiger und robuster sind, ein bisschen wie "Löwenzahn" sind, der in den meisten Situationen gut gedeiht.

Kategorien

Beziehungen
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/beziehungen/>)

Erziehung
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/erziehung/>)

Gehirn
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/gehirn/>)

Genetik
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/genetik/>)

Körperliche Gesundheit
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/korperliche-gesundheit/>)

Lehren
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/>)

Hochsensible Kinder hingegen können eher als "Orchideen" betrachtet werden, die eine fürsorgliche und nährenden Umgebung benötigen, um gut zu gedeihen. Wichtig ist, dass Orchideen eine besondere Zartheit und Schönheit entwickeln können, wenn sie unter den richtigen Bedingungen aufwachsen.

Die Orchideen-Löwenzahn-Metapher verstärkte die vorherrschende Ansicht, dass die meisten Menschen entweder als hochsensibel oder als nicht sensibel eingestuft werden können. Doch obwohl die Blumenmetapher plausibel und sehr leicht zu verstehen ist, gab es eigentlich keine Forschungsergebnisse, die die Existenz dieser beiden unterschiedlichen Gruppen bestätigten. In den meisten Untersuchungen wurde die Sensibilität auf einem Kontinuum von niedrig bis hoch gemessen, anstatt von zwei Sensibilitätsgruppen auszugehen.

Test für mehrere Sensibilitätsgruppen

Zu Beginn meiner eigenen Forschungen stellte ich fest, dass die meisten von mir verwendeten Sensibilitätsmaße, ob es sich nun um das kindliche Temperament, Sensibilitätsskalen oder genetische Informationen auf der Grundlage mehrerer Gene handelte, eine Normalverteilung (d. h. eine glockenförmige Kurve) widerzuspiegeln schienen.

Das bedeutet, dass die meisten Menschen eine mittlere Sensibilität haben und nur wenige eine besonders niedrige oder hohe Sensibilität aufweisen. Die meisten menschlichen Eigenschaften, wie Extraversion oder Gewissenhaftigkeit, sind ähnlich verteilt. Keine der Daten, auf die ich Zugriff hatte, schien also auf die Existenz von zwei unterschiedlichen Sensibilitätsgruppen hinzuweisen.

Wichtig ist, dass diese Beobachtung nur auf gezeichneten Verteilungskurven beruhte. Um das Vorhandensein von Sensibilitätsgruppen gründlich zu prüfen, sind fortgeschrittenere statistische Verfahren erforderlich. Gemeinsam mit meinen Kollegen haben wir einen Ansatz namens "Latent Class Analysis" auf mehrere unserer großen Datensätze von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen angewandt, die alle die Skalen Hochsensibles Kind oder Hochsensible Person ausgefüllt haben.

Die "Latent Class Analysis" ist ein datengesteuerter

/lehren/)

Lernen
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/lehren/>)

Persönlichkeit
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/personlichkeit/>)

Tierstudien
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/tierversuche/>)

Unkategorisiert
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/unkategorisiert/>)

Ursprünge der hohen Empfindlichkeit
(<https://sensitivityresearch.com/de/category/ursprunge-der-hohen-empfindlichkeit/>)

Archiv

December 2023
(<https://sensitivityresearch.com/de/2023/12/>)

October 2023
(<https://sensitivityresearch.com>)

statistischer Ansatz, der die individuellen Profile der Antworten von Personen auf alle Fragen der Skala für Hochsensibilität vergleicht, um zu prüfen, ob verschiedene Personen innerhalb einer Stichprobe in eine, zwei oder mehrere Gruppen mit ähnlichen Antwortprofilen innerhalb jeder Gruppe fallen.

Orchideen, Löwenzahn und Tulpen

Ausgehend von meiner früheren Beobachtung, dass Sensibilität höchstwahrscheinlich eine kontinuierliche Dimension widerspiegelt, die von niedrig bis hoch reicht, ging ich davon aus, dass wir keine Unterstützung für die Existenz verschiedener Sensibilitätsgruppen finden würden.

Zu meiner Überraschung fanden wir jedoch in den meisten unserer Stichproben, egal ob es sich um Kinder, Jugendliche oder Erwachsene handelte, dass die Menschen offenbar in verschiedene Sensibilitätsgruppen fallen. Aber statt zwei Gruppen wiesen alle unsere Analysen auf die Existenz von drei Gruppen hin (siehe Abbildung 1).

In allen Studien stellten wir fest, dass etwa 30% der Stichprobenpopulation eine besonders hohe Sensibilität aufwiesen. Diese Gruppe stellt somit die "Orchideen" dar. Wir haben auch eine Gruppe mit relativ geringer Sensibilität identifiziert, die "Löwenzähne", die weitere 30% der Population ausmachen. Interessanterweise wiesen die verbleibenden 40% und damit die größte Gruppe aller drei Gruppen ein mittleres Sensibilitätsniveau auf, das irgendwo zwischen Orchideen und Löwenzahn liegt. In Anlehnung an die Blumenmetapher nannten wir diese Gruppe "Tulpen", da sie nicht so robust wie Löwenzahn, aber auch nicht so zart wie Orchideen sind.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass unsere Untersuchungen über die Existenz von Sensibilitätsgruppen darauf hindeuten, dass die meisten Menschen in eine der drei Sensibilitätsgruppen fallen: niedrig, mittel und hoch. Dies bedeutet auch, dass die meisten Menschen relativ empfindlich sind, da die Gruppen mit mittlerer und hoher Sensibilität zusammen 70 % der Bevölkerung ausmachen.

Es ist wichtig zu erwähnen, dass, obwohl es starke Beweise für die Existenz dieser drei Sensibilitätsgruppen gibt, noch nicht klar ist, wie und in welchem Umfang sich diese Gruppen

/de/2023/10/)

August 2023
(<https://sensitivityresearch.com/de/2023/08/>)

July 2023
(<https://sensitivityresearch.com/de/2023/07/>)

June 2023
(<https://sensitivityresearch.com/de/2023/06/>)

April 2023
(<https://sensitivityresearch.com/de/2023/04/>)

February 2023
(<https://sensitivityresearch.com/de/2023/02/>)

January 2023
(<https://sensitivityresearch.com/de/2023/01/>)

December 2022
(<https://sensitivityresearch.com/de/2022/12/>)

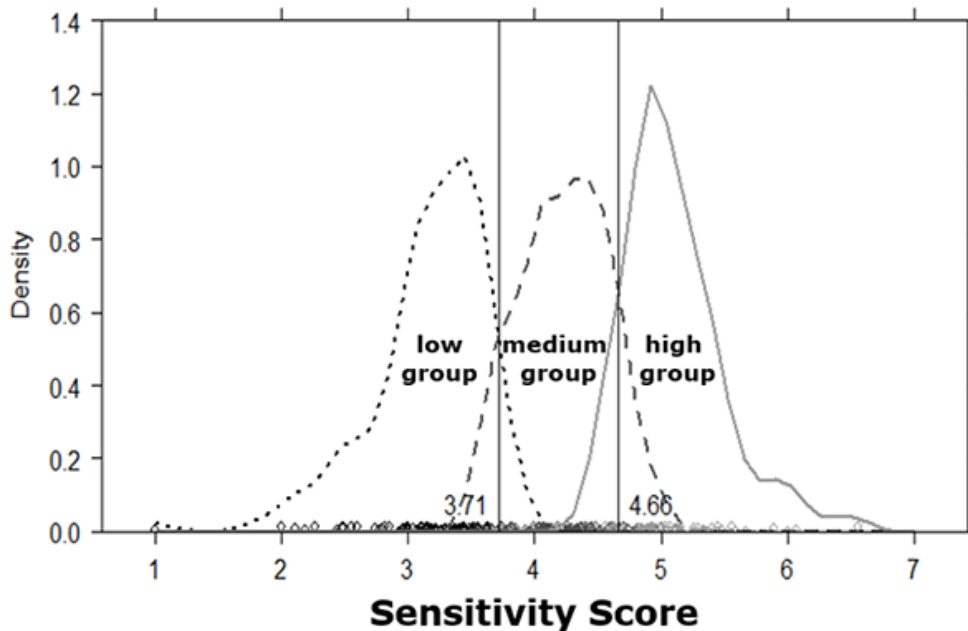
October 2022
(<https://sensitivityresearch.com/de/2022/10/>)

September 2022
(<https://sensitivityresearch.com/de/2022/09/>)

June 2022
(<https://sensitivityresearch.com/de/2022/06/>)

voneinander unterscheiden. Daher ist es vielleicht hilfreicher, sich die Sensibilität als ein Spektrum von niedrig bis hoch vorzustellen, auf dem einige Menschen in die Gruppe der niedrig Sensiblen, andere in die Gruppe der mittel Sensiblen und wieder andere in die Gruppe der Hochsensiblen fallen.

Abbildung eins



Literatur

- Boyce, W. T., & Ellis, B. J. (2005). Biologische Empfindlichkeit gegenüber kontext: I. Eine evolutionär-entwicklungsbezogene Theorie der Ursprünge und Funktionen der Stressreaktivität. *Entwicklung und Psychopathologie*, 17(2), 271-301.
- Lionetti, F., Aron, A., Aron, E. N., Burns, G. L., Jagiellowicz, J., & Pluess, M. (2018). Löwenzahn, Tulpen und Orchideen: Beweise für die Existenz von niedrigempfindlichen, mittelempfindlichen und hochempfindlichen Individuen. *Translationale Psychiatrie*, 8(1), doi: 10.1038/s41398-017-0090-6.
- Pluess, M., Assary, E., Lionetti, F., Lester, K. J., Krapohl, E., Aron, E. N., & Aron, A. (2018). Umweltsensibilität bei Kindern: Entwicklung der Highly Sensitive Child Scale und

research.com
/de/2022/06/)

April 2022
(<https://sensitivityresearch.com/de/2022/04/>)

March 2022
(<https://sensitivityresearch.com/de/2022/03/>)

February 2022
(<https://sensitivityresearch.com/de/2022/02/>)

January 2022
(<https://sensitivityresearch.com/de/2022/01/>)

December 2021
(<https://sensitivityresearch.com/de/2021/12/>)

October 2021
(<https://sensitivityresearch.com/de/2021/10/>)

September 2021
(<https://sensitivityresearch.com/de/2021/09/>)

August 2021
(<https://sensitivityresearch.com/de/2021/08/>)

July 2021
(<https://sensitivityresearch.com/de/2021/07/>)

← Die Qualität der elterlichen Erziehung und sensible Kinder (https://sensitivityresearch.com/de/die-elterliche-qualitaet-der-erziehung-und-sensibel-kinder/) Das Gute und das Schlechte der Sensibilität bei Lehrern → (https://sensitivityresearch.com/de/das-gute-und-schlechet-der-sensibilitaet-bei-lehrern/)

Quick links

Home (/de/)
Blogs (https://sensitivityresearch.com/de/blogs-2/)
Über uns (https://sensitivityresearch.com/de/ca-us/)
Kontakt (https://sensitivityresearch.com/contact-us/)
Mache den Test (https://sensitivityresearch.com/de/selbsttests/)

Website Hilfe

Datenschutz (https://sensitivityresearch.com/privacy-policy/)
Login für Mitglieder (https://sensitivityresearch.com/members-login/)
Sitemap (https://sensitivityresearch.com/sitemap/)



(https://www.facebook.com/sensitivityresearch/)



(https://twitter.com/sensitivityres)



(https://www.instagram.com/sensitivityresearch/)