

Hochbegabte Erwachsene in therapeutischer Behandlung



Obwohl Hochbegabung keine Krankheitsdiagnose ist, berichten viele hochbegabte Erwachsene in therapeutischer Betreuung über psychologische Probleme, die mit ihrer Hochbegabung verbunden sind. Wie man solchen Problemen begegnet, ist noch nicht Teil der Ausbildung in psychologischen Berufen. Hochbegabung und damit verbundene Probleme werden übersehen, und typische Verhaltensweisen wird nicht erkannt und verstanden. Dies kann falsche oder teilweise falsche Diagnosen, Missverständnisse, frustrierte Klienten und Fachleute und Therapieabbrüche. Das Ziel dieser Broschüre ist es, Informationen über Problemfelder zu geben, zu denen eventuell hochbegabte Personen Fragen haben könnten. Es kann im Rahmen einer Erstuntersuchung genutzt werden und vielleicht helfen, die Basis für eine effektive Behandlung zu bilden.

Was ist Hochbegabung?

Ziemlich oft wird angenommen, Hochbegabung sei hauptsächlich eine Frage des hohen IQ (z. B. ein IQ-Wert über 130). Das Problem mit dieser Definition ist, dass sie keinen Einblick in die spezifischen Wesenszüge von Hochbegabten gibt. Was heißt es, so intelligent zu sein? Forschung und klinische Studien haben gezeigt, dass eine neue Definition nötig ist. Bei der Stiftung für hochbegabte Erwachsene benutzen wir eine breite Beschreibung, die von einem Gremium von 20 niederländischen Experten 2008 entworfen wurde: Ein schneller und kluger Denker, der sich gern mit komplexen Themen beschäftigt. Autonom, leidenschaftlich und wissbegierig. Ein empfindsames und emotional reiches und lebhaftes Individuum. Er oder sie liebt es, kreativ zu sein. *Kooijman-van Thiel, M. (red.), 2008*

Die spezifischen Wesenszüge von hochbegabten Menschen haben den Nachteil, dass sie sich stark vom Durchschnitt unterscheiden. Dies bedingt eine größere Anpassungsfähigkeit, und kann daher die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass dabei etwas falsch läuft. Auf der anderen Seite gehen die spezifischen Wesenszüge einher mit spezifischem Entwicklungsbedarf, für den im Allgemeinen nicht genug getan wird. Das erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass die Entwicklung schief läuft. Das Folgende ist gedacht als eine Hilfestellung bei der Erstuntersuchung, um Verhaltensweisen zu erkennen, die Hochbegabung anzeigen könnten.

Anzeichen, die auf einen hochbegabten Erwachsenen schließen lassen könnten

- Abstrakte und sehr nachdenkliche Sprechweise.
- Hohe Werte, starker Gerechtigkeitsinn.
- Unkonventionelle Lebensentscheidungen.
- Sehr spezielle Interessen und Hobbys.
- Schnelles und assoziatives Denken; verursacht Verwirrung durch übersprungene Gedankenschritte und wird oft nicht verstanden.
- Hochempfindlich in psychomotorischen, sensorischen, intellektuellen, imaginativen und/oder emotionalen Bereichen.
- Viele Wechsel von Schulen/Berufen, Unterbrechungen.
- Hohe Bildungsabschlüsse ohne große Anstrengung, oder bemerkenswert niedrige Bildung oder nicht beendete Ausbildungen.
- Sehr starkes Bedürfnis nach Autonomie, mit dem Nachteil, dass Regeln nicht akzeptiert werden können.
- Ein rationaler Zugang zu Problemen (aber die Emotionen sind im Hintergrund vorhanden).

Der Klient übernimmt die Rolle des Therapeuten.

Zusätzliche Untersuchungen

Ein Intelligenztest kann den IQ-Wert bestimmen, aber sollte behutsam betrachtet werden. Ein Wert von z. B. 128 bedeutet nicht, dass der Klient nicht hochbegabt ist. Klienten können niedrigere Werte erzielen wegen Versagensängsten, Erfahrungen mit nicht ausgeschöpftem Potenzial, geringe Bildung, hintergründige Probleme in der Entwicklung, abweichende Muttersprache, Legasthenie und Probleme, deretwe-

gen der Klient Hilfe suchte. Einen zu hohen Wert zu erzielen, ist nicht möglich. Die Entscheidung, einen Intelligenz- oder Persönlichkeits-test zu machen, wird gemeinsam vom Therapeuten und Klienten getroffen. Der Therapeut erklärt gründlich die Tests, ihre Aussagekraft im Untersuchungsablauf und überlegt zusammen mit dem Klienten, ob das Testen zu belastend oder stressig wäre. In der Praxis ist bekannt, dass andere Diagnosen neben der Hochbegabung bestehen können: Stimmungstiefs, Angststörungen, Beziehungsprobleme und Probleme in Bezug auf Arbeit und Lernen. Andere psychologische Probleme können zusätzlich bestehen. Allergien sind häufig. Das Verhalten von Hochbegabten kann an AD(H)S, Asperger-Spektrum-Störungen und/oder Persönlichkeitsstörungen erinnern. *(Webb et al, 2005).*

Probleme von hochbegabten Erwachsenen, die therapeutische Hilfe suchen

Häufige intrapersonelle Probleme

- Existenzielle Einsamkeit und Depression
- Versagensangst und Unsicherheit über die eigenen Fähigkeiten (vielleicht in Kombination mit dem fehlendem Bewusstsein über die eigenen Talente)
- Anpassungsprobleme / das Gefühl, nicht dazu zu gehören, anders zu sein als andere.
- Grübelei, fliegende Gedanken und Ideen
- Reiche Gefühls- und Erlebniswelt, Achterbahn der Gefühle

Häufige interpersonelle Probleme

- Als zu ernst bezeichnet, zu empfindlich, ungeduldig, stur, zu sehr von den eigenen Interessen abgelenkt, Besserwisser, zu idealistisch.
- Passen sich zu sehr an die (realen oder angenommenen) Erwartungen anderer an.
- Beziehungsprobleme: fühlen sich nicht verstanden, sind enttäuscht sein von anderen, finden keine Tiefe und Intimität in Beziehungen.
- Probleme an der Arbeitsstelle: z. B. Konflikte mit Vorgesetzten, fühlen keine Verbundenheit mit den Kollegen, landen oft in der Rolle des Sündenbocks oder Denunzianten.

Häufige Funktions-Probleme

- Probleme in Exekutiv-Funktionen: Planen, Organisation und Konzentration.
- Spezifische Lernunfähigkeiten als Folge von z. B. Legasthenie und Dyskalkulie.

Referenzen

- IHBV (2013): „Hochbegabt und mehr“ (Broschüre auf der IHBV-Homepage erhältlich: <https://www.ihbv.nl/international/deutsch/>)
- Kooijman-van Thiel (red.) (2008): „Hoogbegaafd, dat zie je zó!“ Ede, OYA productions (Buch in Niederländisch; keine Übersetzung erhältlich).
- Webb, J. T. u.a. (2015). Doppeldiagnosen und Fehldiagnosen bei Hochbegabung. Bern: Verlag Hans Huber .