

**PSYCHOTHERAPIE
MIT HOCHBEGABTEN ERWACHSENEN**

Schriftliche Arbeit (ehemals Leistungsnachweis)

im Universitätslehrgang Psychotherapie Konzentrierte Bewegungstherapie

von

Mag.^a (FH) Petra Rabl-Peinsipp

Department für Psychotherapie und
Biopsychosoziale Gesundheit

an der Donau-Universität Krems

30.03.2020

EIDESSTATTLICHE ERKLÄRUNG

Ich, Mag.^a (FH) Petra Rabl-Peinsipp erkläre hiermit an Eides statt,

1. dass ich die Schriftliche Arbeit selbständig verfasst, andere als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel nicht benutzt und mich auch sonst keiner unerlaubten Hilfen bedient habe,
2. dass ich die Schriftliche Arbeit bisher weder im In- noch im Ausland in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt habe,
3. dass ich, falls die Arbeit mein Unternehmen betrifft, meinen Arbeitgeber über Titel, Form und Inhalt der Schriftlichen Arbeit unterrichtet und sein Einverständnis eingeholt habe.

30.03.2020

Petra Rabl-Peinsipp

Datum

Unterschrift

INHALTSVERZEICHNIS

1	Einleitung	2
1.1	Was ist Hochbegabung?	2
1.2	Neurobiologische und –psychologische Aspekte der Hochbegabung	4
2	Kognition – Perzeption - Affektivität	5
2.1	Kognition – Mehr denken	6
2.2	Perzeption - Mehr wahrnehmen	8
2.3	Affektivität – Mehr fühlen	9
3	Beziehung und Entwicklung	10
3.1	Asynchrone Entwicklung	11
3.2	Unzureichende Spiegelung	13
3.3	Späterkannte Hochbegabte	14
4	Blockierte und traumatisierte Begabung nach Schmidbauer	15
5	Einfluss auf den therapeutischen Prozess und die therapeutische Beziehung	17

1 Einleitung

„Leider existiert das Thema „Hochbegabung“ in der psychoanalytischen Literatur und Diskussion nahezu nicht; (...) Die Frage erhebt sich also, ob solchen Menschen dann adäquat geholfen wird“ (Scheidt, 2004, S. 21). Hochbegabte Klienten und Klientinnen berichten, dass ihre Therapeutinnen und Therapeuten nicht über das Thema Hochbegabung sprechen wollen und dieses abblocken. „Tja, dann hat er einfach gesagt, das sei nicht mein Problem. Dass in der Therapie meine wirklichen Probleme bearbeitet werden Na ja, binnen weniger Wochen ist dann jedenfalls genau das passiert, wovor ich Angst hatte: Ich hatte das Gefühl, dass ein ganzer Teil meiner Persönlichkeit außen vor gelassen wurde. Und dass mein Therapeut nur einen Bruchteil von mir verstand und ihn der Rest auch gar nicht interessierte,“ zitiert die französische Psychotherapeutin, Psychologin und Expertin auf dem Gebiet der Hochbegabungsforschung Siaud-Facchin (2017, S. 132) einen ihrer hochbegabten Klienten. Das Beispiel ist keine Ausnahme. Sehr viele hochbegabte Erwachsene schildern ähnliche Erfahrungen und in weiterer Folge ein Ausbleiben des gewünschten Therapieerfolgs. Was wiederum zu häufigen Therapieabbrüchen führt. Die Psychologin und Therapeutin Christina Heil (Psychotherapeutenjournal 3/2018) schreibt, dass es für diese Personengruppe schwer ist, eine geeignete Psychotherapeutin oder einen geeigneten Psychotherapeuten zu finden, wo sie sich in ihrem Anliegen verstanden und aufgrund ihrer Andersartigkeit zur Durchschnittsbevölkerung nicht abgelehnt fühlen. Sie erhalten mit hoher Wahrscheinlichkeit Fehldiagnosen und folglich eine inadäquate Behandlung, da Hochbegabungsmerkmale mit Symptomen psychischer Störungen verwechselt und fehlgedeutet werden.

1.1 Was ist Hochbegabung?

Wer kennt sie nicht, die idealisierten Bilder und Berichte von Wunderkindern, die bereits mit 10 Jahren zur Universität gehen und in den Medien klischeehaft als typisch hochbegabt dargestellt werden. Doch diese Lebenswege sind die Ausnahme. Menschen mit Hochbegabung haben meist recht durchschnittliche schulische

Laufbahnen und manche von ihnen – die sogenannten Underachiever - schreiben über Jahre hinweg schlechte Noten in der Schule. Somit ist das medienwirksame Wunderkind, das Klassen überspringt und außergewöhnliche schulische Leistung erbringt, kein adäquates diagnostisches Merkmal. Aber was ist Hochbegabung und wie wird sie definiert?

Es gibt verschiedene Arten von Begabung. Von Hochbegabung spricht man bei einer ausgeprägten intellektuellen Begabung. Ab einem IQ von 130 gilt man in Österreich und Deutschland als hochbegabt - so Brackmann (2017), Schmidbauer (2018), Heil (Psychotherapeutenjournal 3/2018). Die Abkürzung IQ steht für Intelligenzquotient. Ermittelt wird der IQ anhand von Intelligenztests. Es gibt unterschiedliche Test, die sich jeweils in Verhältnis auf die durchschnittliche Norm beziehen und regelmäßig aktualisiert werden, um aussagekräftig zu sein. Die Intelligenz entwickelt sich entlang eines Kontinuums. Der fixierte Grenzwert mit 130 zur Hochbegabung ist willkürlich. Aber mit einem IQ-Wert von 130 überschreitet man zweimal die Standardabweichung, welche 15 beträgt. Diese zweimalige Überschreitung der Standardabweichung, trägt zur statistischen Exaktheit bei. Der Durchschnitts-IQ ist mit 100 festgelegt, von diesem Wert aus wird der Vergleich gezogen. Der Bereich der normalen Intelligenz liegt zwischen einem IQ von 85 bis 115. Das betrifft 68 % der Bevölkerung und somit die große Mehrheit in der Gesellschaft. Von überdurchschnittlich intelligent, das sind 14 % der Menschen, spricht man bei einem IQ von 115 bis 130.

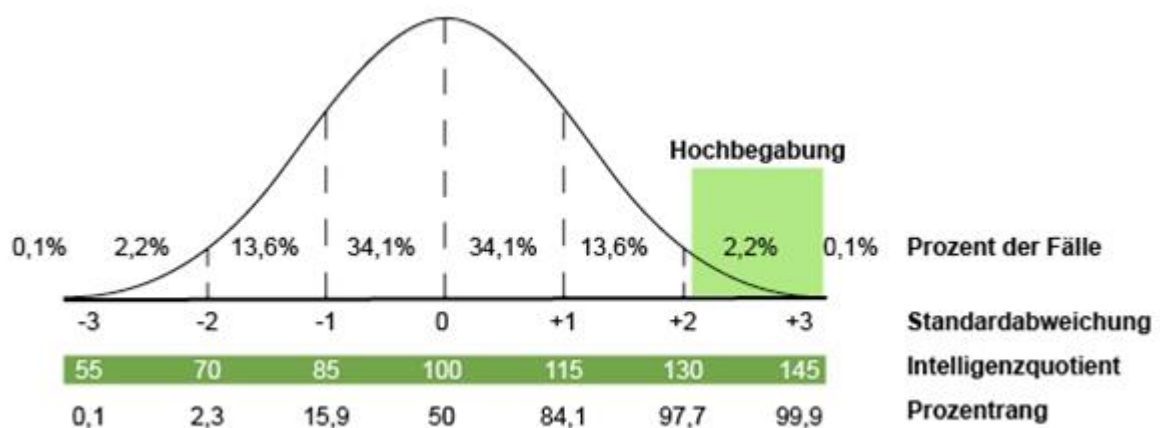


Abb.1: Intelligenzkurve, Können macht Spaß – Portal für Hoch- und Höchstbegabung

Und ab einem IQ-Wert von 130 gilt man als hochbegabt. Das sind 2 % der Bevölkerung. Umgerechnet auf Österreich sind das rund 175.000 Menschen. In der Steiermark fast 25.000 Personen. Der IQ wird immer in Relation zur durchschnittlichen Intelligenz der jeweiligen Altersgruppe gemessen, regelmäßig überprüft und genormt.

Die IQ-Werte können wissenschaftlich gut gemessen werden. Bei mehreren Testungen gilt der höhere Wert, da der IQ immer ein kognitives Potential anzeigt, das möglich ist und nicht einen gewissen Grad an Kompetenz an sich. Das Testergebnis selbst kann von der jeweiligen Tagesverfassung, wie zum Beispiel müde oder kränklich sein, negativ beeinflusst werden. Der IQ ist eine Zahl, die Hinweise zur intellektuellen Intelligenz gibt und aufzeigt, dass das Gehirn und das Nervensystem dieser Menschen abweichend zur Durchschnittsbevölkerung funktioniert. So berichten zahlreiche Autorinnen und Autoren, dass hochbegabte Menschen nicht nur mehr und intensiver denken, sondern auch mehr wahrnehmen und fühlen. Sie postulieren eine höhere Sensitivität (Siaud-Facchin 2017, Brackmann 2017 und Webb, Gore, Amend, DeVries, Hornung 2017).

1.2 Neurobiologische und –psychologische Aspekte der Hochbegabung

Neurobiologische Forschungsergebnisse von der Professorin Teuchert-Noodt zeigen, dass sich Hochbegabte beim chemischen Verhältnis an den Synapsen zu Normalbegabten unterscheiden. Der Hippocampus - NMDA-Rezeptoren in der postsynaptischen Membran - ist günstiger eingestellt. Der Hippocampus gehört zum limbischen System und steht im Zusammenhang mit dem Bewusstwerden neuer Erfahrungen, Lernen und Erinnerung. „Auf Synapsenebene heißt das, dass die Rezeptionsmöglichkeit für elektrische Signale aufgrund bestimmter chemischer Verhältnisse länger offen bleibt. Auf der Verhaltensebene bedeutet das eine höhere Wachheit (Sensitivierung und raschere Hemmung/Habituierung). Diese chemischen Verhältnisse sind angelegt“ (Eckerle, 2018, www.hochbegabtenhilfe.de/neurobiologische-forschung-zur-hochbegabung/).

Für die Gehirntätigkeit ist nicht nur die Menge der Nervenzellen entscheidend, sondern die Anzahl der Verknüpfungen der Nervenzellen untereinander. Nach Siaud-Facchin (2017) ist die Übertragungsgeschwindigkeit zwischen den Verknüpfungen im Gehirn bei Hochbegabten signifikant höher und zwar geht man von 0,05 zusätzlichen Metern pro Sekunde je zusätzlichen IQ-Punkt aus. Somit steigt und sinkt die Übertragungsgeschwindigkeit der Nervenzellen mit dem Ausmaß der intellektuellen Begabung. Dies würde nach Ansicht der Autorin dieser Arbeit erklären, warum die große Mehrheit der Bevölkerung Hochbegabte oft als (zu) schnell wahrnimmt oder ihren komplexen und vorausseilenden Gedankengängen nicht folgen kann. In der Diagnostik und Therapie kann dieses ganz normale Phänomen bei intellektuell besonders Begabten zu psychischen Fehldiagnosen führen oder als Abwehr fehlinterpretiert werden.

Diese Menschen weichen in vielen Aspekten des Denkens, Wahrnehmens und Fühlens von der durchschnittlichen Norm stark ab. So sieht Siaud-Facchin (2017) die Hochbegabungsmerkmale und -facetten eines Menschen als Komponente seiner gesunden Persönlichkeit. Das Gehirn von hochbegabten Menschen ist demzufolge in einer ständigen Hyperaktivität, die Verknüpfungen leiten Informationen unterschiedlichster Art in Hochgeschwindigkeit netzwerkartig weiter, das wiederum gleichzeitig in sämtlichen Gehirnregionen. Folglich steigert sich die Denkfähigkeit an sich, aber gleichzeitig steigt für das Individuum der Schwierigkeitsgrad die Vielzahl an Reizen zu regulieren und die Intensität des hohen inneren Aktivitätslevel zu senken. Psychische Probleme und Krankheiten wiederum erhalten durch die Komponente der Hochbegabung ebenfalls eine gewisse Färbung.

2 Kognition – Perzeption - Affektivität

Immer mehr Autorinnen und Autoren, die sich mit dem Thema Hochbegabung befassen, zeigen auf, dass die hohe Intelligenz nur ein Teilaspekt vom Phänomen Hochbegabung ist. Die Psychologin und Psychotherapeutin Brackmann (2017) geht davon aus, dass hinter diesem Phänomen ein komplexes Persönlichkeitsgefüge liegt.

Ebenso wie ein geistiger „Input“ ist auch ein emotionaler Input ein Reiz, der im Nervensystem einer Person bestimmte Reaktionen verursacht. Das neuronale System leitet Reize jeder Art über elektrische Impulse an das Gehirn weiter. Geht man nun von einer besonders schnellen und komplexen Reizweiterleitung aus, ist es nur folgerichtig, dass auch emotionale Reize in einem besonders aufnahmefähigen und leicht erregbaren Nervensystem „intensiv“ und komplex verarbeitet werden (Brackmann, 2017, S. 47).

Der polnische Psychiater und Psychologe Kazimierz Dabrowski (1902 – 1980) entwickelte eine Theorie, die unser Verständnis von hochbegabten Kindern und Erwachsenen sehr stark beeinflusst hat (z.B. Kitano, 1990; Lind, 2001; Piechowski und Colangelo, 1984; Tucker und Hafenstein, 1997). Teil dieser Theorie ist das Konzept der „overexcitabilities“, der erhöhten Sensitivität. Damit ist die gesteigerte Reaktion auf Reize gemeint. Dieses Konzept gibt Aufschluss über die Intensität und Sensibilität, die Personen mit ungewöhnlich hohen mentalen Fähigkeiten so häufig aufweisen Schon Neugeborene werden instinktiv von bestimmten Reizen angezogen. Mit wenigen Wochen beobachten sie Lichter, sind fasziniert von Gesichtern und Dingen, die sich bewegen. Später folgen sie dem inneren Drang, die Dinge zu berühren, zu schmecken und zu riechen. Was sie in ihrer Umwelt entdecken, ist für sie in hohem Maße anregend (Webb, Amend, Webb, Goerss, Hornung 2015, S. 54).

Genau diese Intensität und Leidenschaft führe laut Webb et al. (2015) dazu, dass die Wahrnehmung, die Affekte und die Reaktionen von Hochbegabten weit über das übliche Maß hinausgehen und sie daher auf diese spezifische Art und Weise auf Reize reagieren.

2.1 Kognition – Mehr denken

Hochbegabte denken pausenlos. Ohne Unterlass. Sie analysieren, sie assoziieren, sie antizipieren erläutert Siaud-Facchin (2017). Sie stellen sich verschiedenste Szenarien

vor, rücken verschiedenste Möglichkeiten in unterschiedliche Perspektiven und denken auch darüber wieder nach. Wenn sie das tun, dann tun sie das mit allen Sinnen, mit hoher Intensität und nahezu rund um die Uhr.

Denn die Gedanken hochbegabter Menschen breiten sich netzwerkartig aus. Sie denken gleichzeitig auf mehreren Achsen. Das führt wiederum zu einer komplexen Fähigkeit ihre Aufmerksamkeit zu verteilen. „Sie schwenken von zweidimensionalen zu dreidimensionalen Gedanken, ihr Erleben, die vordergründige Handlung, wird in eine andere Perspektive gerückt und aus der Vogelperspektive beobachtet“ (Siaud-Facchin, 2017, S. 218). Brackmann (2016) listet typische kognitive Facetten auf:

- das einfache Erfassen von komplexen Zusammenhängen unter Berücksichtigung zahlreicher Aspekte
- eigenständiges Denken mit neuen Ideen und Gedanken sowie weitreichender Überlegungen
- schnelleres Denken und vorausseilendes Denken
- Finden von vielfältigen Lösungswegen unter Berücksichtigung zahlreicher Aspekte
- Schwierigkeiten bei der Bildung der eigenen Meinung und Finden einer Entscheidung
- Langeweile, Ungeduld und überhöhtes Streben nach Perfektion

Webb et al. (2015) bezeichnen dies als erhöhte intellektuelle Sensitivität: Individuen die geistig enorm rege sind. Es gibt einen intensiven Wunsch sich Wissen anzueignen, den tieferen Sinn von etwas zu erfassen, tiefes Verständnis zu erlangen und Probleme zu lösen. Mit dem verbunden ist eine große Portion Neugierde sowie das Stellen von untersuchenden, testenden und kritischen Fragen. Menschen mit Hochbegabung tun sich hingegen schwer bei einfachen Aufgaben und bei Alltagsroutine. Sie hinterfragen sämtliche Gewohnheiten und Gegebenheiten. Dies kann in verschiedensten

Beziehungen – Familie, Arbeit, Freunde – zu Problemen führen. Ihr Denken ist so schnell, dass ihre Gedanken schon viel weiter voraus sind als die von anderen. Oft müssen sie daher lange warten, langsamer tun und sind geistig unterfordert, was zu Ungeduld und Langeweile führt. Diese Langeweile ist kein kreativer Zustand sondern ein bohrendes Gefühl, das die eigene Energie absaugt. Immer zu warten, nicht das eigene Tempo gehen zu können führt unter anderem zu Entfremdungsgefühlen und zu Aggressionen. Denn es ist ein ständiger Anpassungsakt, der von Hochbegabten geleistet wird, wenn sie versuchen dem „Normalen“ in unserer Gesellschaft zu entsprechen. Und viele von ihnen – vor allem Frauen – versuchen sich von klein auf anzupassen, um dem, von der Umwelt erwarteten Normalen, zu entsprechen.

2.2 Perzeption - Mehr wahrnehmen

Die Wahrnehmung bei Menschen mit Hochbegabung ist umfassender. „Eine sichere Einschätzung, die sich aus der messerscharfen und sekundenschnellen Analyse multipler Parameter ergibt, die blitzschnell und mit intensivster emotionaler Feinfühligkeit kondensiert und zu ihrem eigentlichen Sinn kristallisiert werden“ (Siaud-Facchin, 2017, S. 195). Nach Siaud-Facchin (2017) handelt es sich um eine übersteigerte Sinneswahrnehmung, die von einem ständigen Erfassen und Analysieren geprägt ist. Eine glasklare Wahrnehmung von sich, anderen und der Umwelt. All das passiert mehr oder weniger gleichzeitig und unaufhörlich.

Die meisten Hochbegabten nehmen Sinneseindrücke wie Gerüche, Licht, Geräusche und Berührung intensiver wahr als andere. Nach Brackmann (2016) besitzen sie eine hohe sensorische Auffassungsgabe, eine gute Detailwahrnehmung und eine erhöhte visuelle Wahrnehmung. Neben vielen positiven Auswirkungen wie zum Beispiel besondere gestalterische Fähigkeiten aufgrund ausgeprägter visueller Wahrnehmung führt dies auch zu zahlreichen negativen Effekten:

- Lärm-, Licht-, und Berührungsempfindlichkeit
- Rasche Reizüberflutung

- Ablenkbarkeit aufgrund zu viel auf einmal erfassen
- Herabgesetzte Schmerzgrenze
- Vermeiden von Körperkontakt

2.3 Affektivität – Mehr fühlen

Ein häufiges Klischee von hochbegabten Erwachsenen ist jenes eines unterkühlten Menschen, der rein rational denkt und handelt. Wer kennt sie nicht, die Figuren aus bekannten Serien, welche dieses Klischee bedienen. Zum Beispiel der hochintelligente Physiker aber sozial komplett inkompetente Sheldon Cooper in „The Big Bang Theory“ oder „Young Sheldon“. Doch dieses Vorurteil führt den öffentlichen Blick auf hochbegabte Menschen in die Irre. Siaud-Facchin (2017) bezeichnet Hochbegabte als sehr affektive Menschen, die zuerst mit ihren Gefühlen denken und erst dann mit ihrem Kopf. Diese hohe Affektivität ist vielleicht ihre zentralste Eigenschaft. Sie sind sensibel und feinfühlig.

Gemäß Brackmann (2017) haben sie ein reiches und intensives Gefühlsleben mit starken Emotionen. Viele besitzen eine sehr ausgeprägte Empathiefähigkeit und ein hohes Maß an Mitgefühl. Des Weiteren nehmen sie zwischenmenschliche Stimmungen und Unausgesprochenes oft haarscharf wahr und erleben diese meist stärker als andere. Es kommt zur Überempfindlichkeit, Stimmungsschwankungen und vor allem bei Kindern zu heftigen Gefühlsausbrüchen. Häufig besitzen sie einen stark ausgeprägten Gerechtigkeitssinn.

Komplexe und intensive Emotionen fallen nach Webb et al. (2015) den Eltern bei ihren hochbegabten Kindern sehr früh auf. Sie sind hochbesorgt und machen sich viele Gedanken zu ihrer Umwelt und ihren Mitmenschen und reagieren intensiver auf sie. Sie können eine sehr starke Verbundenheit mit Menschen, Dingen und Orten

entwickeln, die weit über das übliche Maß hinausgehen. Als Erwachsene entwickeln sie ein ausgeprägtes soziales Engagement und aufgrund des eigenen Idealismus setzen sie sich für Umwelt und Menschen ein bzw. helfen gerne.

3 Beziehung und Entwicklung

Viele Experten übersehen laut Webb et al. (2015) den Teil der entstehenden Beziehungsprobleme, die durch die Phänomene der Hochbegabung an sich bedingt sind – und sie übersehen das Lösungspotential, welches in den Facetten der Hochbegabung beinhaltet ist.

Hochbegabte und talentierte Menschen gehören im Allgemeinen zu den intelligentesten drei bis fünf Prozent der Bevölkerung, außerordentlich hochbegabte Individuen sogar zu den obersten 0,5 bis 1 Prozent. Angesichts dieser Zahlen bekommt man eine Vorstellung davon, wie schwierig es sein kann, jemanden zu finden, der ungefähr die gleichen intellektuellen Fähigkeiten besitzt. Etwa 80 Prozent der Allgemeinbevölkerung würden der hochbegabten Person nicht genügend intellektuelle Anreize bieten und hätten auch nicht die gleichen Interessen – zumindest würden sie den Interessen der hochbegabten Person nicht annähernd so viel Aufmerksamkeit entgegenbringen, wie das in einer Langzeitbeziehung erforderlich wäre“ (Webb et al. 2015, S. 265).

So kann es nach Webb et al. (2015) zu Problemen in den Beziehungen kommen und zwar aufgrund der typischen Merkmale, die eine Hochbegabung mit sich bringt:

- Hohe Intensität, Konzentration und Ausdauer
- Erhöhte Sensitivität
- Ausgeprägter Gerechtigkeitssinn
- Hohe moralische Ansprüche
- Bestreben, stets in Einklang mit den eigenen Werten zu leben

- Fähigkeit außergewöhnliche Zusammenhänge zu erkennen
- Unkonventionelle Ideen und Lösungen entwickeln
- Ausgefallene Interessen
- Ungewöhnlicher Sinn für Humor

3.1 Asynchrone Entwicklung

Nach Webb et al. (2017) erreichen Menschen mit einer Hochbegabung sowohl im Kindes- als auch im Erwachsenenalter Entwicklungsstadien früher und erleben diese in größerer Intensität. Das chronologische Alter ist bei hochbegabten Kindern in der Regel jünger als ihr „intellektuelles Alter“. Dies führt zu einer asynchronen Entwicklung. So kann zum Beispiel ihre Urteilsfähigkeit oder ihre emotionale Reife ihrem tatsächlichen Alter entsprechen, wohingegen sie in ihrer kognitiven Entwicklung bereits einige Jahre voraus sind. „Ein achtjähriges hochbegabtes Kind kann auf intellektueller Ebene wie ein 12-, 13- oder sogar 16-Jähriger wirken, aber sein Urteilsvermögen, etwa wenn es Entscheidungen über sein Verhalten trifft, liegt eher auf dem Niveau eines Achtjährigen.“, erläutern Webb et al. (2017, S. 206). Dieses Ungleichgewicht führt zu Stress: In der geistigen Entwicklung viel älter zu sein, vieles zu verstehen, aber dies nicht im gleichen Ausmaß einordnen zu können oder emotional verarbeiten zu können.

In diesem Beispiel liegt die Altersdifferenz bei bis zu 8 Jahren. Dies ist enorm in der kindlichen Entwicklung. Denke man nur an die unterschiedlichen Entwicklungsaufgaben gemäß der Entwicklungspsychologie, mit denen Kinder konfrontiert sind. So kann sich von Anbeginn an bei hochbegabten Kindern eine enorme Diskrepanz zwischen kognitiver, perceptiver und emotionaler Entwicklung ergeben.

Laut Webb et al. (2017) betrifft die Asynchronie auch die intellektuelle Entwicklung an sich. Mentale Fähigkeiten entwickeln sich unterschiedlich und Begabungen sind verschieden stark ausgeprägt. Umso intelligenter, umso höher ist das Risiko einer ungleichmäßigen Entwicklung. Als Beispiel können Sie sich ein Kind vorstellen, das sich etwas ganz genau vorstellen kann, wie etwas sein könnte. Aber die feinmotorischen Fähigkeiten dieses Kindes sind zu diesem Zeitpunkt noch nicht ausreichend ausgebildet, um diese Vorstellungen in die Tat umzusetzen. So kann es zum Beispiel eine mathematische Aufgabe im Kopf lösen, aber es kann noch nicht schreiben, um seine Gedanken und Lösungswege niederzuschreiben. Oder es denkt sich im Spiel eine komplexe Darstellung einer Stadt mit Legosteinen aus, aber es ist nicht in der Lage dieses vielschichtige Gedankengebäude mit Bauklötzen der Fantasie gemäß nachzubauen. Häufig führt dies zur Frustration und in der weiteren Entwicklung zu Defiziten im Selbstwertgefühl. Die eigenen Begabungen werden als trivial eingestuft, weil sie so selbstverständlich und leicht von der Hand gehen. Es wird vom Hochbegabten davon ausgegangen, dass jeder das kann – weil es ja so leicht für ihn ist. Das Wissen darum, dass diese Fähigkeiten außergewöhnlich sind und dem Durchschnitt der Bevölkerung nicht zur Verfügung stehen, ist oftmals nicht vorhanden. Stattdessen werden nur die eigenen Mängel gesehen, anhand dessen es sich beurteilt, die sich in Folge einer solchen asynchronen Entwicklung naturgemäß ergeben. Die Selbstwertproblematik kann sich im Laufe der Jahre und mit der Wiederholung dieser Art von Erfahrungen zu einer Depression entwickeln.

Saud-Facchin (2017) zeigt die Schwierigkeit in der Identifikation mit Gleichaltrigen in der Pubertät als weiteres Merkmal in der asynchronen Entwicklung auf. Hochbegabte Jugendliche interessieren sich meist nicht für die Themen, die andere Jugendliche in ihrem Alter intensiv beschäftigen. Da sie in ihrer mentalen Entwicklung schon erwachsener sind, entsteht hier eine Diskrepanz. Das ist leicht vorzustellen, wenn man an einen Erwachsenen denkt, der mit fünf Jugendlichen einen 14-tägigen Urlaub verbringt. Dieser Erwachsene wird viele seiner Bedürfnisse im Kontakt mit den Jugendlichen nicht befriedigen können. Da er jedoch erwachsen ist und folglich älter, kann er damit umgehen und weiß Bescheid, woran sein Unbehagen liegt. Die Situation ist beim hochbegabten Jugendlichen ähnlich, jedoch ohne dass dieser weiß woran

sein Unwohlsein begründet ist. Auch seine Bedürfnisse und Interessenslagen kommen zu kurz und sind unbefriedigt. Er ist mental bereits erwachsen. Aber der hochbegabte Jugendliche ist vom Alter noch jugendlich. Er sieht quasi gleich aus in seiner körperlichen Entwicklung. Aber er ist unbefriedigt in der Beziehung zu Gleichaltrigen. Die Folge sind Fremdheitsgefühle, das Gefühl anders zu sein, sich anpassen zu müssen oder sich von den anderen zu distanzieren. Wieder andere denken, dass sie verrückt sind, weil es ihnen nicht gelingt trotz intensiver Bemühungen sich in der gleichaltrigen Clique zu integrieren. All dies führt zu hohem Leidensdruck bei hochbegabten Jugendlichen.

3.2 Unzureichende Spiegelung

Wir alle sind soziale Wesen unabhängig irgendwelcher Begabungen. Wir entwickeln uns in Interaktion von klein auf. Wenn ein kleines Kind sich freut und voller Begeisterung ist, freuen sich die Eltern mit ihnen und sind ebenso voller Begeisterung. Ein anderes Beispiel: Die Mundwinkel ziehen sich nach unten, die Tränen kullern. Das kleine Kind ist hingefallen und blutet am Knie. Auch jetzt spiegeln Erwachsene indem sie ebenfalls traurig schauen und vielleicht sagen „Oh, du Arme. Jetzt hast du dir wehgetan.“ Dieses Spiegeln ist unbedingt notwendig, um im Laufe der Jahre sich selbst und die Umwelt gut zu verstehen und einordnen zu können. Es entwickelt sich in einem eine innere Gewissheit. Zum Beispiel: Wenn ich traurig bin, zeigt mein Gegenüber Anteilnahme. Ich kann weinen und erzählen, werde in den Arm genommen. Das Gefühl der Traurigkeit verflüchtigt sich wieder.

„Die menschliche Psyche ist auf Spiegelung angewiesen, um sich zu entwickeln. Während ein großer Spiegel auch eine kleine Gestalt gut abbilden kann, gelingt das einem kleinen Spiegel mit einer großen Gestalt nicht. Er muss diese entweder verkleinern, wobei sie notgedrungen verzerrt wird. Oder aber er muss sie fragmentieren, wodurch ihre Ganzheit verloren geht.“, erläutert Schmidbauer (2018, S. 78) das Problem einer häufig unzureichenden Spiegelung bei besonders begabten

Menschen. Hochbegabte haben im Laufe ihres Lebens oftmals Abwehrstrategien gegen solche Fragmentierungen und Verzerrungen ihres Ichs durch die soziale Umwelt entwickelt. Sie wirken in solchen Situationen auf andere abweisend, verschlossen, irgendwie komisch oder arrogant. Sie werden falsch eingeschätzt. Das Umfeld ahnt nicht, welch intensiver Gefühlsreichtum hinter der Schutzmauer des Abweisens sich versteckt.

3.3 Späterkannte Hochbegabte

Da das Thema Hochbegabung erst in den letzten Jahren mehr Aufmerksamkeit in der Öffentlichkeit erlangt, wissen viele Erwachsene nichts von ihrer Begabung. Daher entdecken einige erst im Erwachsenenalter ihre Hochbegabung oder vermuten, dass sie es sein könnten. Nach Heil (Psychotherapeutenjournal 3/2018) ist die Kenntnis über eine späterkannte Hochbegabung nicht nur für die Gegenwart relevant. Es geht auch darum das eigene Leben – die Biografie des betroffenen Menschen - aus dem Blickwinkel der Hochbegabung zu betrachten. Gemachte Erfahrungen können aus der neuen Perspektive neu bewertet werden. Dies betrifft Verhaltensweisen, Reaktionen und Gefühle der eigenen Eltern, Lehrer und Lehrerinnen, Geschwister und Mitschülerinnen und Mitschüler. Hochbegabte Kinder werden nach Webb et al. (2017) oftmals als anstrengend von der älteren Generation erlebt und es kommt rasch zu Machtkämpfen. Diese Kinder werden häufig aufgrund ihres kognitiven Potentials mit den Bedürfnissen und emotionalen Belangen der Eltern zu stark konfrontiert und damit überfordert. Es kommt zur Parentifizierung und/oder sie bekommen zu früh zu viel Macht in der Familie – die fürsorgliche Grenzziehung gelingt nicht. Teilweise werden diese Kinder von Gleichaltrigen aufgrund ihrer intellektuellen Begabung und ihrer anderswertigen Interessen ausgeschlossen. Sie werden belächelt, verspottet und gemobbt. Vor allem hochbegabte Frauen denken im Kindes- und Jugendalter gehäuft von sich, dass sie dumm sind. Ihre Begabung findet im Umfeld keine positive Beachtung.

Ein wesentlicher Bestandteil im Therapieprozess ist laut Autorin dieser Arbeit, die ressourcenvolle Integration der Persönlichkeitsfacetten, die eine Hochbegabung für die individuelle Person mit sich bringt, in die eigene Identität. Es geht darum, Kompetenzen und Fähigkeiten als ersten Schritt wahrnehmen zu lernen. Wahrzunehmen und zu entdecken, in welchen Bereichen besondere Stärken und

Ressourcen vorhanden sind. Und als weiteren Schritt zu erkennen, dass individuelle Begabungsmerkmale etwas Besonderes sind und da sie sehr selten vorkommen, nicht davon automatisch ausgegangen werden darf, dass alle anderen Mitmenschen, diese Fähigkeiten auch besitzen. Die eigenen Fähigkeiten müssen als solche erkannt und akzeptiert werden, ansonsten werden mittels Projektion eigene Begabungsanteile in andere Menschen projiziert. Der andere wird zum außerordentlich Begabten stilisiert, was wiederum zur gefürchteten Bestätigung der eigenen Dummheit oder Unbegabtheit wird. Das ist ein schrittweiser und ressourcenorientierter Prozess, der Zeit benötigt.

4 Blockierte und traumatisierte Begabung nach Schmidbauer

Wer schneller ist als andere, mehr leistet, originellere Einfälle hat, muss damit rechnen, dass er beschämt und entwertet wird, wenn er nicht sorgfältig darauf achtet, in welchen Machtstrukturen er sich bewegt. Jede Intelligenz, die nicht in der von einem Erzieher gewünschten Richtung wirkt, weckt den Impuls, ihren Träger zurechtzustutzen, ihn kleiner zu machen und zu beschämen (Schmidbauer, 2018, S. 153).

Wer seinen Mitmenschen gegenüber geistig überlegen ist so Schmidbauer (2018), kommt in eine potentiell gefährliche Situation. Dies betrifft bereits das hochbegabte Kind. Denn viele Eltern verspotten und beschimpfen sie, weil sie klüger sind als sie und selbst dadurch gekränkt sind. Eltern wollen zwar, dass ihre Kinder sie übertreffen und es in ihrem Leben besser haben. Aber das narzisstische Paradox dieser Eltern liegt darin, dass die Kinder sich genau jener eigenen Vorstellungen und Idealbilder sich entwickeln sollen. Je ausgeprägter und beharrender diese Idealbilder sind, umso heftigere Ängste entwickeln die hochbegabten Kinder. Sie spüren, dass ihnen das nicht genügt, was ihnen die Eltern anbieten.

Schmidbauer sieht in der Ausbildung eines Werkzeug-Ichs mitsamt „multiplen Persönlichkeiten“ ein Symptom der blockierten und der traumatisierten Begabung. Unterschiedliche Werkzeug-Ichs werden ausgebildet, um sich aus der traumatischen Entwicklungshemmung zu befreien. Das Ich versucht sich in extremer Not zu retten

und nimmt die Beobachterposition ein. Es wandert aus dem Körper hinaus und bleibt unbeeinträchtigt von der Zerstörung, welche die bestehende Harmonie mit der Umwelt vernichten würde. Stattdessen wird ein Werkzeug-Ich ausgebildet, welches Teilfunktionen übernimmt und statt dem Ich in den Kampf zieht und Leistungen vollbringt. Erst danach erfolgt die Entscheidung, ob die erzielten Leistungen eigene und tatsächliche sind oder eben nicht. „Wer aus Angst vor Einsamkeit angesichts drohender Entwertung durch seine frühen Bezugspersonen ein Werkzeug-Ich ausgebildet hat, wird später unter dem Gefühl leiden, nicht ‚er selbst‘ zu sein“ (Schmidbauer, 2018, S. 122).

Das gesunde Selbstgefühl beruht in wichtigen Teilen auf der Funktionslust, mit der das keimende Ich des Kindes erobert, was es als sein „Selbst“ erlebt: den eigenen Körper und seine vielfältigen Möglichkeiten, mit der Umwelt in Austausch zu treten. Die Intelligenz lässt sich als die funktionelle Harmonie und damit Gesamtleistung dieser Funktionsluste verstehen, in der ständig positive und negative Rückkoppelungen ablaufen. Das „Grausen“ (Freud), welches im Kind entsteht ..., spiegelt ein anderes Erschrecken: das des intellektuell überlegenen Kindes angesichts von Fähigkeiten, die es mit sozialer Isolation bedrohen, wenn sie von den geliebt-gebrauchten Menschen in seiner Umgebung nicht aufgenommen und gespiegelt werden. Dieses Kind bemerkt, dass es „anders“ ist. Es erlebt sein Anderssein als Gefahr. Es fürchtet, lebenswichtige Kontakte einzubüßen, wenn es sich zu weit von ihnen entfernt, zu früh erkennt, wie wenig beispielsweise die Eltern in der Lage sind, ihren Alltag geistig zu durchdringen und primitive Fehler zu vermeiden. Durch seine ausgeprägte Intelligenz erscheinen dem Kind seine Sicherheit und Orientierung in seiner Umwelt als gefährdet (Schmidbauer, 2018, S. 26-27).

Blockierte Begabungen hemmen nach Schmidbauer (2018) exhibitionistische Bedürfnisse indem sie mit Angst und Scham verknüpft sind. Eltern deren Kinder ihnen geistig überlegen sind, bewerten die Ideen, Vorschläge und Erkenntnisse ihrer Kinder

häufig als lächerlich sowie entwerten und beschimpfen sie dafür. In einer tiefenpsychologischen Psychotherapie wird ebenso diese frühe Beziehung wiederbelebt, die zur künstlichen Dummheit des Begabten führte.

5 Einfluss auf den therapeutischen Prozess und die therapeutische Beziehung

Ein interessantes Faktum ist, dass es genauso viele Menschen mit Hochbegabung (oberes Ende der Intelligenzkurve) gibt, wie Menschen mit geistiger Behinderung (unteres Ende der Intelligenzkurve). Beide Gruppen weichen im selben Ausmaß von der durchschnittlichen Intelligenz der Bevölkerung ab. Es scheint vollkommen selbstverständlich, dass Menschen mit Behinderung eine angepasste psychotherapeutische Behandlung benötigen, die an ihre geistigen Fähigkeiten orientiert ist und ihre Besonderheiten berücksichtigt. Eine spannende Frage ist, warum dies für Menschen mit Hochbegabung nicht genauso selbstverständlich ist? Oder anders ausgedrückt: Warum wird eine Hochbegabung in der Psychotherapie meist ignoriert bzw. warum wird ihr keine Bedeutung zu geschrieben?

Der Analytiker Wolfgang Schmidbauer (2018) vermutet, dass die narzisstische Dimension der Begabungsunterschiede wenig beachtet wurde und dass der Aspekt der Hochbegabung in psychotherapeutischen Fallgeschichten ignoriert wird. Seiner Ansicht nach, kann die Geschichte der psychoanalytischen Bewegung nur verstanden werden, wenn die Hochbegabung des Gründers Freud miteinbezogen wird.

Für die therapeutische Beziehungsgestaltung und einen gelingenden Vertrauensaufbau ist nach Heil (Psychotherapeutenjournal 3/2018) essentiell, dass der Psychotherapeut bzw. die Psychotherapeutin sich als Person authentisch verhält und vor allem Unwissenheit nicht zu überspielen versucht oder den Fragen des Klienten bzw. der Klientin ausweicht, da er ansonsten nicht als glaubwürdig und vertrauensvoll angenommen werden kann. Denn Menschen mit Hochbegabung stellen zahlreiche kritische Fragen und hinterfragen vieles sehr genau. Dies ist ihre Art sich mit

verschiedensten Themen intensiv auseinanderzusetzen und es zeigt ihr Interesse und ihre Motivation. Genau dieses kritische Hinterfragen kann dazu führen, dass sich Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen in ihrer Kompetenz angegriffen fühlen. Die Begabungskomponente kann einen wesentlichen Einfluss auf das sich entwickelnde Beziehungserleben in der Therapie haben, auch in Bezug auf die Gegenübertragung beim Psychotherapeuten bzw. der Psychotherapeutin. Entstehende Emotionen gilt es wahrzunehmen, zu reflektieren und somit für sich aufzulösen, um dem hochbegabten Patienten bzw. der Patientin offen und wertschätzend begegnen zu können. Es ist für die Betroffenen heilsam, dass das enorme intellektuelle Potential als solches anerkannt wird und schon gar nicht in der Therapie in irgendeiner Art und Weise bekämpft wird. Denn die Begegnung mit einem hochbegabten Menschen, verdeutlicht im Gegenüber die eigenen kognitiven Grenzen. Im Falle der intellektuellen Begabung kann dies zu Gefühlen von Bedrohung und Neid führen. Im Gegensatz zu musikalisch oder sportlich außergewöhnlich begabten Menschen, die für ihr außerordentliches Können und das Abrufen ihres Leistungspotentials von der Gesellschaft geschätzt und zum Teil gefeiert werden. Hingegen macht der intellektuell Hochbegabte wiederholt die Erfahrung von seinen Mitmenschen distanziert bewundert oder verspottet und entwertet zu werden. Dies sind häufige Abwehrreaktionen, die den Gefühlen von Bedrohung und Neid entgegengesetzt werden. Es gibt zwei Tendenzen – entweder werden die Schwächen des Hochbegabten überbetont oder dessen Stärken. Ersteres führt zur Entwertung und Demütigung. Die Überbetonung der Kompetenzen mündet in einer Haltung, dass der hochbegabte Mensch sehr gut alleine zurechtkommt und keine Unterstützung oder Förderung benötigt und somit unbeachtet bleibt und trotz bestehenden Leid weiterhin auf sich alleine gestellt ist. Dabei ist zu betonen, dass nichthochbegabte genauso wertvoll sind wie hochbegabte Menschen und umgekehrt. Es geht nicht um eine Reihenfolge oder um ein besser oder schlechter. Sie haben nicht weniger Probleme als Nichthochbegabte. Aber die Probleme, die sie haben, sind eher andere Probleme.

Nach Webb et al. (2017) leiden hochbegabte Menschen genauso häufig an psychischen Erkrankungen wie der Rest der Gesellschaft. Oftmals haben psychische Erkrankungen andere Ursachen als bei Nichthochbegabten, wie zum Beispiel die

asynchrone Entwicklung, die erhöhte Sensitivität, die widersprüchlichen Botschaften aus dem sozialen Umfeld, Ausgrenzungserfahrungen und soziale Isolation sowie eine ausgeprägte Fokussierung auf Leistungsexzellenz, Überengagement, die enorme Antizipation von Gefahren und das Fehlen von positiven kognitiven Herausforderungen. Die starke Suche nach dem Sinn im Leben, die viele Hochbegabte umtreibt, mündet bei einigen in eine existenzielle Depression mit großer Verzweiflung.

Werden die psychodynamischen Eigenheiten bedingt durch die Hochbegabung in der Psychotherapie nicht beachtet, bestehen laut Siaud-Facchin (2017) Gefahren zur Fehldiagnose und zum Misslingen der Therapie. Brackmann (2017) beobachtete in der therapeutischen Behandlung von rund 800 Hochbegabten im Laufe ihrer Praxistätigkeit folgende Auffälligkeiten:

- Die Gestaltung und der Verlauf der therapeutischen Beziehung unterliegen charakteristischen Merkmalen bei diesen Personen.
- Die größere Anzahl der Menschen mit Hochbegabung, die unter einer psychischen Krankheit leiden, hat bereits eine oder mehrere erfolglose Therapieversuche hinter sich.
- Hochbegabte fühlen sich anders und befürchten eine Störung zu haben aufgrund ihrer Besonderheiten im Denken, Empfinden und sozialem Wahrnehmen.

Heil (2018) führt näher aus:

Des Weiteren sollten Psychotherapeuten bei jeder Intervention überprüfen, inwiefern sie zu den spezifischen Besonderheiten des hochbegabten Menschen passt und sollten sie gegebenenfalls entsprechend modifizieren. Keinesfalls sollte versucht werden, Hochbegabungsmerkmale weg zu therapieren, um den

Menschen besser an die Mehrheit anzupassen. Die Charakteristika der Hochbegabung sind als Teil der gesunden Persönlichkeit zu verstehen, und diese Menschen sollten darin unterstützt werden, in ihrer Individualität ein glückliches Leben zu führen. (Psychotherapeutenjournal 3/2018, S. 221)

Die Autorinnen und Autoren plädieren dafür die Facetten rund um die Hochbegabung in die therapeutische Behandlung einfließen zu lassen und zu berücksichtigen. Dies betrifft die Diagnostik, den Beziehungsaufbau und den Therapieprozess. Heil (Psychotherapeutenjournal 3/2018) zeigt in ihrem Artikel auf, dass es deshalb in der USA bereits 1981 zur Gründung der „Organisation Supporting the Emotional Needs of the Gifted“ gekommen ist. Die Organisation bietet Fortbildung und Austauschmöglichkeiten für Fachpersonen und betroffene Menschen mit Hochbegabung an. In Deutschland hat die Psychologin und Psychotherapeutin Frauke Niehues eine Plattform zur Vernetzung und Fortbildung für Fachpersonen installiert. In Österreich ist der Autorin dieser Arbeit keine entsprechende Organisation oder Plattform bekannt.

LITERATURVERZEICHNIS

Brackmann, A. (2016) *Ganz normal hochbegabt. Leben als hochbegabter Erwachsener*. Stuttgart: Klett-Cotta

Brackmann, A. (2017) *Jenseits der Norm – hochbegabt und hochsensibel? Sie seelischen und sozialen Aspekte der Hochbegabung bei Kindern und Erwachsenen*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Heil, C. (2018) Psychotherapie mit hochbegabten Erwachsenen. *Psychotherapeutenjournal* 3/2018, 218-224.

Eckerle, A. (2018). *Neurobiologische Forschungsergebnisse*. Zugriff am 25.03.2020. Verfügbar unter <https://www.hochbegabtenhilfe.de/neurobiologische-forschung-zur-hochbegabung/>

Scheidt, J. (2004) *Das Drama der Hochbegabten: Zwischen Genie und Leistungsverweigerung*. München: Piper V.

Schmidbauer, W. (2018) *Das Drama der hochbegabten Frau. Kassandras Schleier*. München: Goldmann, Verlagsgruppe Random House GmbH.

Siaud-Facchin, J. (2017) *Zu intelligent um glücklich zu sein? Was es heißt, hochbegabt zu sein.* München: Goldmann Verlag.

Webb, J., Amend, E., Webb, N., Goerss, J., Hornung, C. (2015) *Doppeldiagnosen und Fehldiagnosen bei Hochbegabung. Ein Ratgeber für Fachpersonen und Betroffene.* Bern: Verlag Hans Huber, Hogrefe AG.

Webb, J., Gore, J., Amend, E., DeVries, A., Hornung, C. (2017) *Hochbegabte Kinder. Das große Handbuch für Eltern.* Bern: Hogrefe Verlag.

ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Abb.1: S. 3

Intelligenzkurve, Können macht Spaß – Portal für Hoch- und Höchstbegabung