

Andrea Brackmann

Jenseits der Norm – hochbegabt und hoch sensibel?

Die seelischen und sozialen Aspekte
der Hochbegabung bei Kindern und
Erwachsenen



ZU DIESEM BUCH

Etwa zwei Millionen Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Deutschland gelten als hochbegabt. Sie können nicht nur intellektuelle Höchstleistungen in verschiedenen Bereichen erbringen, sondern sind in der Regel auch auf emotionaler und sensorischer Ebene überdurchschnittlich empfindsam.

Fallbeispiele und Hintergrundinformationen geben Einblick in die Besonderheiten des emotionalen Erlebens, der Sinneswahrnehmung, der sozialen Beziehungen und der Bewältigung des Alltags. Gefühle des Andersseins, emotionale und sensorische Überempfindlichkeit können bei hochbegabten Kindern und auch bei Erwachsenen Probleme verursachen, die das soziale Miteinander erheblich erschweren. Nicht selten wird das Faktum der Hochbegabung verdeckt durch eine übersensible Persönlichkeitsstruktur, die oft auch als Störung diagnostiziert wird. Diese Aspekte transparent zu machen, typische Persönlichkeitsmerkmale bei Hochbegabten herauszuarbeiten und förderliche Umgangsweisen aufzuzeigen ist das Ziel der Autorin. Sie will Psychologen, Therapeuten, Ärzten und Pädagogen ein differenziertes Verständnis für hochbegabte Menschen vermitteln und auch Betroffenen helfen, sich selbst besser zu verstehen.

Andrea Brackmann, Diplom-Psychologin und Verhaltenstherapeutin, arbeitet in freier Praxis in Frankfurt am Main. Sie befasst sich im Rahmen ihrer therapeutischen und diagnostischen Tätigkeit mit hochbegabten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. In Zusammenarbeit mit der »Deutschen Gesellschaft für das hochbegabte Kind« (DGhK) hält sie Vorträge auf Informationsveranstaltungen, in Schulen und an Institutionen für Hochbegabte. In der Reihe Klett-Cotta *Leben!* ist von Andrea Brackmann das Buch erschienen: »Ganz normal hochbegabt«.

Alle Bücher aus der Reihe »Leben Lernen«
finden sich unter www.klett-cotta.de/lebenlernen

Andrea Brackmann

Jenseits der Norm – hochbegabt und hoch sensibel?

Die seelischen und sozialen Aspekte
der Hochbegabung
bei Kindern und Erwachsenen

Klett-Cotta

Leben Lernen 180

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2013 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Printausgabe: ISBN 978-3-608-89014-3

E-Book: ISBN 978-3-608-10381-6

PDF-E-Book: ISBN 978-3-608-20014-0

Dieses E-Book basiert auf der 6. Auflage 2010 der Printauflage.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

Vorwort	11
I. Einleitung	15
<i>Hochbegabung – ein Mode-Thema?</i>	17
<i>Definition und Diagnostik von Hochbegabung</i>	18
II. Typische hochbegabte Kinder und Jugendliche	24
<i>Der sensible Träumer</i>	25
<i>Daniel Düsentrieb</i>	26
<i>Die Künstlerin</i>	27
<i>Die Rebellin</i>	28
<i>Der »Besserwisser«</i>	30
<i>Der Verweigerer</i>	32
<i>Die Anführerin / Das Multitalent</i>	33
<i>Der Unbeirrbar</i>	34
III. Erhöhte Erregbarkeit des Nervensystems?	37
<i>Geistige Überaktivität</i>	38
<i>Sozialverhalten und geistige Überaktivität</i>	43
<i>Emotionale Hypersensibilität</i>	46
<i>Sensorische Überempfindlichkeit</i>	50
IV. Die soziale und emotionale Entwicklung Hochbegabter	56
<i>Allgemeines</i>	56
1. Die ersten drei Jahre	57
2. Die Kindergartenzeit	60
3. Die Grundschule	63

4. Die weiterführende Schule	67
5. Die Pubertät	73
6. Die Studienzeit	76
V. Das Erwachsenenalter	80
<i>Allgemeines</i>	80
1. Typische hochbegabte Erwachsene	81
<i>Der zerstreute Professor</i>	81
<i>Die Grenzgängerin</i>	82
<i>Die späte Künstlerin</i>	83
<i>Die Asketin</i>	85
<i>Die Schillernde</i>	86
<i>Der Zweifler</i>	87
<i>Der Perfektionist</i>	88
<i>Die Intellektuelle</i>	89
<i>Der Nonkonformist</i>	90
2. Der Alltag hochbegabter Erwachsener	91
<i>Öffentliches Leben</i>	91
<i>Beruf</i>	93
<i>Liebe und Partnerschaft</i>	94
<i>Freundschaften</i>	97
<i>Religion und Philosophie</i>	99
<i>Extreme Erfahrungen</i>	99
<i>Humor</i>	101
<i>Ordnung und Strukturen</i>	101
VI. Seelische Störungen und Hochbegabung	103
<i>Forschungsstand</i>	103
<i>Zu meiner Arbeitsweise</i>	104
1. Psychotherapie mit hochbegabten Kindern und Jugendlichen	107
<i>Elternberatung</i>	107
<i>Beziehungsgestaltung</i>	112

<i>Therapeutisches Vorgehen: Anfangsphase – Aufbauphase – Interventionsphase</i>	115
<i>Schulische Probleme und Lernschwierigkeiten</i>	117
<i>Introversion, Selbstunsicherheit und depressive Entwicklungen</i>	122
<i>Schwierigkeiten in sozialen Kontakten</i>	125
<i>Andere Störungsbilder</i>	128
<i>Therapie mit hochbegabten Jugendlichen</i>	129
<i>Drei besondere Fälle</i>	132
2. Autistische Störungen	137
<i>Definition</i>	138
<i>Falldarstellungen verschiedener Autoren</i>	139
<i>Eigene Beobachtungen</i>	143
<i>Intelligenzmessung bei Hochbegabten mit autistischen Zügen</i>	144
<i>Zur Beziehungsgestaltung mit autistischen Kindern</i>	148
<i>Autisten mit besonderen Begabungen</i>	149
<i>Gewagte Hypothesen</i>	151
<i>Schlussfolgerungen</i>	156
3. Psychotherapie mit hochbegabten Erwachsenen	161
<i>Vorkenntnisse des Therapeuten</i>	163
<i>Beziehungsgestaltung</i>	163
<i>Die Persönlichkeit des Therapeuten</i>	168
<i>Intelligenzdiagnostik bei hochbegabten Erwachsenen</i>	170
<i>Depressionen, Angsterkrankungen und Leistungsstörungen</i>	172
<i>Fallbeispiel: Depressionsbehandlung</i>	173
<i>Fallbeispiel: Behandlung von Arbeitsstörungen und Prüfungsangst</i>	177
<i>Fallbeispiel: Behandlung von Sprechangst und sozialer Phobie</i>	180
<i>Brauchen Hochbegabte eine besondere Behandlung?</i>	184
<i>Schwer wiegende seelische Erkrankungen bei Hochbegabten</i>	186

4. Borderline-Persönlichkeiten	187
<i>Definition</i>	187
<i>Forschungsstand und eigene Beobachtungen</i>	190
<i>Drei Fallbeispiele</i>	193
<i>Die Verarbeitung traumatischer Erfahrungen</i>	199
<i>Trauma, Begabung und Kreativität</i>	201
<i>Verarbeitung belastender Erfahrungen bei Hochbegabten</i>	205
<i>Weitere Borderline-Strategien</i>	206
<i>Beziehungsgestaltung in der Therapie mit Borderlinern</i>	209
<i>Schlussfolgerungen</i>	213
<i>Psychotherapie traumatischer Erfahrungen</i>	216
<i>Die Angst des Therapeuten</i>	221
VII. Ausblick - einige tröstliche Worte	225
Literatur	230
Kontaktadressen	236

Meinem wagemutigen Sohn Aaron in Liebe gewidmet

Vorwort

Zweifel und Unsicherheit sind unerlässliche Komponenten eines vollständigen Lebens. C. G. Jung

Ein Grundsatz meines therapeutischen Arbeitens besteht darin, meine Klienten als gleichberechtigte Gegenüber zu betrachten und ihre Wahrnehmungen und Anschauungen, so fremdartig sie auch erscheinen mögen, ebenso zu respektieren wie meine eigenen. Statt einzig aufgrund theoretischen Fachwissens Ratschläge zu erteilen, versuche ich *gemeinsam mit dem Klienten* Lösungen zu finden, die seinen individuellen Bedürfnissen gerecht werden. Mich *mit* meinen Klienten zu unterhalten ist mir daher mindestens ebenso wichtig, wie mich mit Fachkollegen *über* meine Klienten zu unterhalten.

Wenngleich es sich im vorliegenden Buch um eine Fachpublikation für Psychotherapeuten handelt, kann ich nicht umhin, meinem Grundsatz auch hier treu zu bleiben. Der Inhalt meines Buches richtet sich daher gleichermaßen an Fachkollegen, also Psychologen, Ärzte und Pädagogen, wie an die Betroffenen selbst: hochbegabte Erwachsene, Jugendliche und Eltern hochbegabter Kinder.

Ich vertrete die Auffassung, dass auch in wissenschaftlichen Publikationen, insbesondere wenn es um die menschliche Psyche geht, der *Mensch* im Mittelpunkt stehen und auch die Betroffenen selbst Gelegenheit haben sollten, psychologische Theorien und Forschungsergebnisse nachzuvollziehen und für sich fruchtbar zu machen.

Diesem Gedanken trägt auch die Konzeption und sprachliche Gestaltung meines Buches Rechnung. In der Hoffnung, ein möglichst breites Spektrum von Fachleuten und Betroffenen anzusprechen, versuche ich eine mitunter schwierige Gratwanderung zwischen wissenschaftlicher Erörterung und dem Bemühen um Anschaulichkeit, Farbigkeit und Verständlichkeit.

Ich schulde meinen Klienten schon allein deshalb hohen Respekt, weil sie auch bei mir fortwährend Lernprozesse anregen und mei-

ne persönliche Entwicklung bereichern und vorantreiben. Dies betrifft im Übrigen nicht nur meine hochbegabte Klientel.

Dass ein Mensch unter einer seelischen Erkrankung leidet, bedeutet nicht zwangsläufig, dass er weniger bei Verstand wäre als der Therapeut.

Umgekehrt ist ein Therapeut nicht notwendigerweise klüger, lebenserfahrener oder seelisch gesünder als sein Klient. Was geschieht, wenn ein Klient intelligenter ist als sein Therapeut? Wenn ein Klient emotionale, geistige und soziale Erfahrungen gemacht hat, die weit über das hinausreichen, was der Therapeut kennt?

Je unvoreingenommener und neugieriger ich meinem Klienten gegenüber trete, umso mehr kann ich mit ihm lernen und umso mehr Freude macht die Zusammenarbeit. Den Klienten als ebenbürtigen Mitarbeiter bei der Therapie seiner Beschwerden zu respektieren, bewirkt ein Arbeitsklima, das sowohl für den Therapeuten als auch für den Klienten einen großen Gewinn darstellen kann.

Bruno Bettelheim erzielte etwa bei der Behandlung autistischer Kinder beispiellose Erfolge, für welche weniger eine Methode als vielmehr eine Haltung verantwortlich war: »*Der Leidende ist nicht anders als wir.*« (Bettelheim, 1983)

Auch ich selbst kenne seelische Nöte, Lebenskrisen, Ängste und Zweifel an meinen Fähigkeiten. Beim Schreiben dieses Buches etwa waren meine stetigen Selbstzweifel sowohl hilfreich als auch hemmend. In manchen Phasen meinte ich, über mich selbst hinauszuwachsen, in anderen war ich unsicher und fürchtete, niemals fertig zu werden. Auch machte ich immer neue Beobachtungen und stellte neue Überlegungen an. Während des Schreibens und meiner Beschäftigung mit hochbegabten Menschen mehrten sich zum Beispiel die Anzeichen dafür, dass hohe Intelligenz kennzeichnend sein könnte für die *Abwesenheit* von etwas, das ich zunächst nicht näher bestimmen konnte. Neuere hirnelektrische Untersuchungen zeigen, dass der *Ausfall* spezieller Hirnareale (etwa bei Demenzen oder Hirnverletzungen) Potenziale, wie zum Beispiel herausragende künstlerische oder mathematische Fähigkeiten, freisetzt. Hochbegabung könnte also ebenso durch das *Vorhandensein* besonderer Fähigkeiten determiniert sein wie durch die *Freiheit* von Beschränkungen, Denkgewohnheiten, Blockaden, Ängsten und

Konventionen. Diese Annahme stellt vieles, was ich in diesem Buch geschrieben habe, in Frage und rückt es in ein neues Licht. Dennoch möchte ich diese Gedanken nicht unerwähnt lassen und den Leser ermuntern, sich bei der Lektüre die Freiheit zu nehmen, seinerseits zu zweifeln, zu hinterfragen und weiterzudenken.

Dank

Mein besonderer Dank gilt der Wiener Pianistin Doritt Hanke, die mir mit ihrem leidenschaftlichen Forscherdrang, ihrer genauen Beobachtungsgabe, ihrem Mut zu ungewöhnlichen Betrachtungsweisen und ihrer unerschütterlichen Menschenliebe viele wertvolle Hinweise, insbesondere zum Verständnis autistischer Menschen, gegeben hat. Ich danke Jens Christoph Ginkel, der mir sowohl als Prachtexemplar eines Hochbegabten viele Einblicke in seine Gefühls- und Gedankenwelt erlaubte als auch bei der Literatur-Recherche mit Rat und Tat zur Seite stand. Und ich danke meinem Freund und Gefährten Olaf für seinen Starrsinn, seine Liebe zum Detail, für seine Ermutigungen bei meinem Bemühen, dies Buch so ehrlich als möglich zu schreiben, und nicht zuletzt für sein Bonmot: »Das Leben ist eine trotzige Irrfahrt, eine vollkommen verrückte Veranstaltung!« Zu danken habe ich auch den Mitgliedern der Deutschen Gesellschaft für das hochbegabte Kind (DGhK) und selbstverständlich allen Hochbegabten und Eltern hochbegabter Kinder für ihr Vertrauen und die fruchtbare, erhellende und bereichernde Zusammenarbeit.

Frankfurt, im Dezember 2004
Andrea Brackmann

