

Heimlich begnadet

Nicht jeder Hochbegabte ist ein herausragendes Mathegenie oder klavierspielendes Wunderkind. Manche Menschen wissen jahrzehntelang nichts von ihren außergewöhnlichen geistigen Fähigkeiten. Ohne Förderung ecken sie beruflich und privat immer wieder an – und entdecken erst als Erwachsene, warum

TEXT: Constanze Löffler FOTOS: Michael Hudler

Man merkt mir meine Hochbegabung nicht an. Denn ich kritzele keine komplizierten Formelschlangen auf meine Serviette. Ich könnte es auch gar nicht. Ich weiß nicht mehr als andere Leute, ich denke nur anders. Und doch muss ich jeden Tag mit den Marotten zurechtkommen, die von meinen besonderen Fähigkeiten rühren: Ich fühle mich unzulänglich, weil ich in meinen Augen alles ein bisschen, aber nichts richtig kann. Ich reagiere oft gereizt auf laute Gespräche, Musik oder Straßenverkehr – was andere für normal halten, ist für mich ohrenbetäubender Lärm. Und oft fallen mir vor lauter Grübelei die einfachsten Lösungen nicht ein. Wenn zum Beispiel die Stiele der Kaffeelöffel immer durch die Maschen des Besteckkastens in der Spülmaschine fallen, tüftele ich nächtelang an einem ganz neuen System – anstatt die Löffel einfach umzudrehen.*

Britta Fleischmann-Weber ist eine von etwa drei Millionen hochbegabten Erwachsenen in Deutschland. Sie denken schneller und fühlen intensiver als der Durchschnittsbürger. Doch im Gegensatz zu vielen talentierten Kindern, die heutzutage von klein auf in speziellen Schulen und Sonderklassen, mit Nachmittagsprogrammen und Wissensolympiaden gefördert werden, wusste die 49-Jährige bis vor zwei Jahren nichts von ihren besonderen geistigen Fähigkeiten. Und damit ist sie nicht die Einzige.

Rund 1,5 Millionen Hochbegabte in Deutschland wurden noch gar nicht als solche erkannt. Weil sie nicht durch besondere schulische Leistungen aufgefallen sind und nicht

*Alle kursiv gedruckten Zitate stammen von der Hochbegabten Britta Fleischmann-Weber. Sie wurden teilweise dem Buch „Ganz normal hochbegabt. Leben als hochbegabter Erwachsener“ von Andrea Brackmann entnommen (Klett-Cotta, 12,90 Euro)

mit speziellem Wissen oder besonderen Fähigkeiten glänzen. Trotzdem haben viele das Gefühl, „irgendwie anders“ zu sein: Sie lieben es, ihren sprudelnden Gedanken freien Lauf zu lassen, in stundenlangen Diskussionen sprunghaft zwischen Politik, Philosophie und allen möglichen gesellschaftlichen Themen hin- und herzuwechseln – was auf andere nur konfus und abgehoben wirkt. Sie speichern alles, was sie hören und sehen, und gelten deshalb unter Kollegen und Freunden oft als Streber oder Besserwisser. Sie sind auf eine diffuse Art unzufrieden und rastlos im Job oder im Privatleben, ohne zu wissen, dass dahinter Unterforderung steckt. Und selbst wer ahnt, dass er hochbegabt sein könnte, vermeidet einen Intelligenztest oder verschweigt das Ergebnis. Weil er die Reaktionen von Familie, Freunden und Kollegen fürchtet. „Als überdurchschnittlich intelligenter Mensch weicht man von der Norm ab, will entweder nicht den Neid der anderen wecken oder nicht als überheblich und arrogant gelten“, sagt Andrea Brackmann, Diplompsychologin und Verhaltenstherapeutin, spezialisiert auf Hochbegabung bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Sie spricht aus eigener Erfahrung, denn auch ihre Hochbegabung wurde erst spät erkannt (siehe Interview auf Seite 88). „Musikalische oder sportliche Höchstleistungen werden fast immer bewundert, aber herausragende Intelligenz macht vielen Angst.“

Als mich vor zwei Jahren eine Psychologin zu einem Intelligenztest überredete, habe ich das Ergebnis erst mal nicht glauben können. Nur zwei bis drei Prozent der Bevölkerung sollen einen ähnlich hohen Intelligenzquotienten haben wie ich? Dieses Erkenntnis war extrem merkwürdig: unfassbar, fantastisch, surreal. Wie nach einem Schwangerschaftstest bin ich durch die Straßen gelaufen und habe immer wieder vor mich hingeflüstert:



„Bei langweiligen Alltagsaufgaben bin ich mit meinen Gedanken oft woanders“, sagt die hochbegabte Britta Fleischmann-Weber. „Beim Einkaufen kann es passieren, dass ich mich mit der Optimierung des Rentensystems beschäftige oder meine eigene Schulreform durchspiele“

Ich bin hochbegabt... Sieht man mir das an? Warum wussten meine Eltern nichts davon? Warum hat es niemand bemerkt? Was war mit den Lehrern los? Wie anders hätte meine Biografie aussehen können? Was wäre gewesen, wenn?

Bislang gibt es kaum Langzeitstudien und wenig systematische Forschung über hochbegabte Erwachsene. In Deutschland beschäftigt sich nur eine Handvoll Wissenschaftler überhaupt mit dem Thema, spezielle Beratungs- oder Förderangebote gibt es kaum. Der Grund dafür ist wohl typisch deutsch: „Hierzulande geht man mit besonderen intellektuellen Fähigkeiten eher zurückhaltend und bescheiden um, um ja nicht eine Elite über den Rest der Gesellschaft zu stellen“, so Andrea Brackmann. „In den USA, der Schweiz, Frankreich oder England ist der Umgang mit herausragenden Leistungen viel selbstverständlicher.“ So werden Menschen wie der britische Physiker Stephen Hawking, Microsoft-Gründer Bill Gates oder die Schauspielerinnen Jodie Foster und Sharon Stone gefeiert wie Popstars. In Deutschland sind Hochbegabte hingegen weitgehend auf die Initiativen von Einzelpersonen, auf Netzwerke im Internet oder spezielle Vereine angewiesen, um sich austauschen zu können und gegenseitig zu fördern. Schon 1946 wurde im britischen Cambridge beispielsweise ein Verein für besonders intelligente Menschen gegründet: „Mensa“. Heute agiert er weltweit und der deutsche Ableger hat bereits über 6000 Mitglieder. „Wir wollen allerdings keine Selbsthilfegruppe sein“, so Matthias Möhl, Pressesprecher von „Mensa in Deutschland e.V.“ Der Verein funktioniert vielmehr wie ein Golf-Club: „Hier begegnen sich Leute mit ähnlichen Interessen in lockerer Runde.“ Einziges Aufnahmekriterium: ein Intelligenzquotient von mindestens 130. Das heißt, man muss in einem Intelligenztest besser abschneiden, als es 98 Prozent der Bevölkerung tun würden.



„Manchmal denken wir Hochbegabten zu komplex. So habe ich lange an einem System getüftelt, damit die Kaffeelöffelstiele nicht durch den Besteckkasten der Spülmaschine fallen – statt sie umzudrehen“

Ich bin nach zwei Jahren von der Realschule geflogen. Es hieß immer: „Britta könnte ja viel besser sein, wenn sie nur wollte.“ Aber ich bin in der Schule einfach nicht klargekommen. Schon das Einmaleins auswendig zu lernen, war für mich stupide Quälerei. Wenn die Lehrerin in Erdkunde vom Bruttosozialprodukt gesprochen hat, habe ich gar nicht zugehört – weil mich viel mehr interessiert hat, wie die Menschen in den verschiedenen Ländern eigentlich leben. Ob Afrikaner zum Beispiel unter der Hitze leiden. So hatte ich zunächst nur einen Hauptschulabschluss, machte dann eine Ausbildung zur Krankenschwester. Mein Abitur habe ich erst an der Abendschule nachgeholt, da war ich 30. An die Uni traute ich mich danach trotzdem nicht.

„Die meisten Hochbegabten haben sich in der Schulzeit vieles logisch erschlossen und mitunter gar nicht gelernt, Dinge auch im klassischen Sinne zu pauken, auswendig zu lernen“, sagt Dr. Jürgen vom Scheidt, Münchener Psychologe mit Schwerpunkt Hochbegabung. Ein Teil der betroffenen Menschen hat deshalb nicht mal Abitur, geschweige denn ein Hochschulstudium. „Die Umwelt ist ein ganz entscheidender Einflussfaktor, der entweder bremsen oder beschleunigen kann“, so vom Scheidt. „Das Erbgut bestimmt die intellektuellen Fähigkeiten nur zur Hälfte.“

Hochbegabung ist also nur ein Potenzial. Dieses können Lehrer, Eltern und letztlich die Begabten selbst formen und fördern. Um sich zu entfalten, müssen die Talente allerdings erst einmal erkannt werden.

Ich denke wahnsinnig viel nach, über das Rentensystem, den Börsencrash, die Schulreform – doch an die Öffentlichkeit gehe ich mit meinen Überlegungen nie. Dafür habe ich viel zu hohe Ansprüche an mich selbst. Wenn ich etwas nicht 150-prozentig durchdacht habe, verlässt die Idee nicht meinen Kopf oder Schreibtisch. Außerdem knickt mein Selbstbewusstsein meist ein. Dann denke ich: „Also so toll ist das auch wieder nicht, was ich mir da überlegt habe, darauf sind bestimmt schon zehn andere gekommen!“

Viele Erwachsene stoßen trotz einer vagen Ahnung erst durch ihre hochbegabten Kinder auf das eigene Potenzial. „Wenn Eltern mit ihren Sprösslingen in meine Praxis kommen und ich nachhake, wie es mit der eigenen Begabung aussieht, wehren die meisten erst mal ab“, erzählt Psychologe vom Scheidt. „Wieso fragen Sie mich das? Ich bin doch wegen meines Kindes hier!“, lautet dann häufig die Antwort. Für manchen kann es hart sein, erst im Alter von 30, 40 oder 50 Jahren festzustellen, dass die Natur es besonders gut mit ihm gemeint hat. Und man vielleicht deutlich mehr aus den eigenen Talenten hätte machen können. Doch sowohl Andrea Brackmann als auch alle anderen Experten beruhigen: „Für einen neuen Anfang und ein intellektuelles Coming-out ist es nie zu spät!“

Ich habe meinen eigenen Fähigkeiten lange Zeit nicht getraut. Wenn ich zum Beispiel in einem Vortrag saß, dessen Thema mich besonders interessierte und mit dem ich mich intensiv beschäftigt hatte, irritierte mich oft der Ablauf. Nach einer Weile fragte ich mich regelmäßig, wann der Redner endlich etwas Neues präsentieren würde. Aber es kam nur allgemeines, teilweise sogar banales Gerede. Alle haben interessiert zugehört – nur ich fand es langweilig. Aber das war doch ein hoch dotierter Professor! Und ich nur eine einfache Krankenschwester! Ich habe jedes Mal an mir selbst gezweifelt: Hatte ich vielleicht nicht richtig zugehört oder das Thema überhaupt nicht verstanden?

Um überdurchschnittliche Intelligenz und Fähigkeiten auch als solche zu erkennen, sollte man sich und sein Leben gezielt nach bestimmten Auffälligkeiten durchsuchen. Erste Hinweise kann ein Blick auf die eigene Biografie liefern (siehe auch Selbsttest auf Seite 88): Haben Sie bereits früh und viel gelesen, sich das Gitarrespielen selbst beigebracht oder haben Sie sich besonders oft mit dem Computer beschäftigt? Haben Sie als Gerechtigkeitsfanatiker und Besserwisser Ihre Freunde und Kollegen genervt? Haben

Sie sich in Seminaren oder Veranstaltungen gewundert, warum die anderen Teilnehmer so blöde Fragen stellen, wo doch alles so klar auf der Hand lag?

Offizielle Gewissheit verschafft ein Intelligenztest. Allerdings geht Hochbegabung nach dem heutigen Verständnis über die rein intellektuellen Fähigkeiten hinaus: Auch musische, sportliche oder künstlerische Fertigkeiten können

ein überdurchschnittliches Talent ausmachen, werden durch einen Intelligenztest aber überhaupt nicht erfasst. Außerdem kann sich eine Genialität sowohl nur auf einen speziellen Bereich als auch auf mehrere Bereiche gleichzeitig erstrecken. Deshalb ist es ratsam, bei einem spezialisierten Psychologen ein individuelles Begabungsprofil erstellen zu lassen, um seine Fähigkeiten gezielt fördern zu können.

Sind diese erst einmal ans Licht gebracht, brauchen Hochbegabte vor allem eins: Geduld. „Wer jahrzehntelang seine Talente brachliegen ließ, wird nicht innerhalb von drei Wochen zum Genie“, mahnt Psychologe vom Scheidt. Hilfreich könne am Anfang zum Beispiel ein Mentor sein. „Es gibt genug Menschen, die sich freuen, ihr Wissen weiterzugeben und zu diskutieren.“ So bringen zum Beispiel spezielle Mentoring-

Programme an den Universitäten motivierte und begabte Menschen in Kontakt mit führenden Personen aus Wissenschaft und Wirtschaft. „Hochbegabung ist ein Abenteuer, das man anpacken muss“, ermutigt vom Scheidt. „Und jeder Tag lohnt sich!“

Endlich eine Erklärung zu haben, warum ich mir all die Jahre so „anders“ vorkam, tut unheimlich gut. Ich habe nach langer Zeit wieder das Gefühl zu wissen, wer ich bin und was ich will. Mittlerweile habe ich ein Büro für Mediation und Schulberatung gegründet. Vielleicht schreibe ich eines Tages ein Buch oder eröffne eine eigene Schule. Ich bin auf jeden Fall gespannt, was das Leben noch alles für mich bereit hält!



Britta Fleischmann-Weber ist extrem selbstkritisch: „Wenn ich etwas nicht vollkommen durchdacht habe, verlässt es auch nicht meinen Kopf. Und selbst dann glaube ich, dass diesen Einfall schon zig andere hatten“

»Die hält sich wohl für was Besonderes!«



Diplompsychologin Andrea Brackmann arbeitet seit 15 Jahren als Diagnostikerin und Therapeutin von hochbegabten Kindern und Erwachsenen. Sie kennt ihre Probleme aus eigener Erfahrung – denn sie ist selbst eine spät erkannte Hochbegabte

Wann haben Sie von Ihrer eigenen Hochbegabung erfahren?

Jahrzehntlang habe ich nichts davon gewusst. Während meiner Arbeit mit überdurchschnittlich intelligenten Menschen habe ich aber immer wieder Parallelen zu mir und meinem Lebensweg entdeckt. Eines Tages habe ich meinen Mut zusammen genommen und einen Test gemacht. Das überdurchschnittliche Ergebnis hat mich damals richtig schockiert!

Wem haben Sie davon erzählt?

Ich habe das Testergebnis beruflich und privat vier Jahre lang geheim gehalten. Besonders vor der Reaktion der Kollegen habe ich mich lange gefürchtet. Würden sie jetzt denken: „Die hält sich wohl für was Besonderes“? Ich konnte mir einfach nicht vorstellen, dass ich zu diesen drei Prozent gehören soll, die besondere intellektuelle Fähigkeiten haben. Ich habe dem Testergebnis lange misstraut. Manchmal zweifle ich noch heute daran.

Und wie waren die Reaktionen tatsächlich?

Eigentlich gar nicht so schlimm. Freunde und Familie hatten sich schon so etwas gedacht. Einige Kollegen wahren nun eine respektvolle Distanz, die mir ein bisschen unangenehm ist. Anderen wiederum war meine Hochbegabung lange vor mir klar.

Was hat sich seit der Diagnose für Sie verändert?

Ich habe mehr Selbstvertrauen. Ich kann mir bestimmte Charakterzüge, die für Hochbegabte typisch sind, besser erklären – wie meine ausgeprägte Sensibilität, die überhöhten Ansprüche an mich selbst oder die Neigung zu Selbstzweifeln. Und ich kann diese Eigenschaften auch besser akzeptieren.

Was würden Sie jemandem raten, der zwar vermutet, hochbegabt zu sein, sich aber nicht so sicher ist?

Erste Anhaltspunkte können etwa Diskussionsforen im Internet oder entsprechende Literatur liefern. Wer es genau wissen will, sollte einen Test bei der Hochbegabtenvereinigung „Mensa“ oder einem Psychologen machen. In meiner Praxis erstelle ich immer auch ein Fähigkeitsprofil mit den verschiedenen Begabungsschwerpunkten – die können nämlich sehr unterschiedlich ausfallen. Wer seine Potenziale ganz gezielt nutzen will, dem kann ein spezielles Coaching-Seminar weiterhelfen.

SELBST-TEST:

BIN ICH ETWA HOCHBEGABT?

Das zuverlässigste Mittel, um eine Hochbegabung festzustellen, ist ein Intelligenztest, durchgeführt von einem Psychologen. Wenn Sie zum Beispiel im HAWIE (Hamburg Wechsler Intelligenztest für Erwachsene) einen IQ von 130 erreichen, dürfen Sie sich als hochbegabt betrachten. Allerdings haben derartige Tests einen Haken: Sie messen vor allem intellektuelle Fähigkeiten, wie sie in akademischen Berufen (und vorher in Schule und Studium) gefragt sind. Und sie sind nicht unabhängig vom Bildungsgrad. Das heißt: Ein Erfinder, der tolle Automotoren bastelt, jedoch früh von der Schule abging, um seine Familie finanziell zu unterstützen, könnte durchaus mit einem relativ niedrigen IQ-Wert abschneiden – und dennoch ein hochbegabter Tüftler im praktischen Bereich sein.

Der folgende Selbsttest geht die Sache anders an: Er fragt bestimmte Merkmale ab, die fast alle Hochbegabten aufweisen – weil ihr Gehirn schneller und komplexer arbeitet als das von anderen. Der Test bezieht sich nur auf eine kleine Auswahl von etwa 100 aussagekräftigen Kennzeichen, aber er kann zumindest erste Hinweise auf eine Hochbegabung geben. Nicht alle Hochbegabten haben eine steile berufliche Karriere vorzuweisen. Viele von ihnen scheitern schon in der Schule oder haben sehr „krumme“ Lebensläufe. Deshalb lohnt es sich, den Blick auch auf die allerersten Kindheitsjahre und den Schulbeginn zu richten. Entsprechend beziehen sich alle folgenden Aussagen – sofern nicht eindeutig anders formuliert – sowohl auf Ihre Kindheit als auch auf Ihr heutiges Leben. Kreuzen Sie einfach an, welche Merkmale auf Sie nach eigener Einschätzung entweder früher zutrafen oder heute zutreffen.

1. INFORMATIONSAUFNAHME

- Ich habe schon Lesen gelernt, bevor ich in die Schule kam.
- Ich bin sehr neugierig und wissbegierig. Mit meiner Fragerei gehe ich anderen manchmal ganz schön auf die Nerven.
- Ich habe schon früh oft und intensiv den Computer und das Internet benutzt, zum Beispiel für umfangreiche Recherchen.
- Ich habe eine sehr sensible Wahrnehmung – ich bemerke zum Beispiel viele Details meiner Umgebung und kann mir diese auch sehr gut merken.
- Ich interessiere mich für die verschiedensten Themen, die für Außenstehende oft keinen Zusammenhang ergeben – zum Beispiel Raumfahrt und ägyptische Hieroglyphen.

2. INFORMATIONSVARBEITUNG

- Ich habe eine sehr schnelle Auffassungsgabe – in Lernsituationen ebenso wie in Diskussionen mit anderen.
- Geräusche, Gerüche oder auch zwischenmenschliche Spannungen nehme ich besonders intensiv wahr – und fühle mich deshalb oft gereizt oder überlastet.
- Ich bin ein Querdenker: Ich denk gerne „um die Ecke“ und mache mir unkonventionelle Gedanken. Deshalb werde ich von Altersgenossen oft nicht verstanden.
- Ich hatte schon als Kind Interesse an typischen „Erwachsenenthemen“ wie Religion, Politik und Philosophie. Ich grübele viel im Sinne von „Was wäre, wenn...“
- Ich neige zu Perfektionismus.
- Ich habe schon vor Schuleintritt – aus eigenem Antrieb und in raschem Tempo – Freude am Umgang mit Zahlen gehabt (zum Beispiel bis tausend gezählt oder Fragen nach dem höchsten Gebäude und dem tiefsten See der Welt gestellt).

3. INFORMATIONSSPEICHERUNG

- Ich erinnere mich sehr detailliert an fast alles, was ich im alltäglichen Leben lese, höre und erlebe. Manchmal habe ich deshalb auch den Ruf eines Schlaubergers.
- Ich kann mich an viele Dinge meiner Kindheit erinnern, sogar noch aus meinem dritten Lebensjahr.
- Ich lerne Dinge sehr schnell, ohne dass ich sie oft wiederholen oder mich besonders anstrengen muss.
- Als Kind war ich in meinem Wortschatz Gleichaltrigen meist weit voraus und schon früh sehr redegewandt.
- Zu Schulbeginn oder während der gesamten Grundschulzeit hatte ich sehr gute Noten, ohne dass ich viel dafür tun musste. Durch fehlende oder falsche Förderung der Lehrer und Mobbing der Mitschüler sind diese aber immer schlechter geworden.

4. INFORMATIONSSABGABE

- Ich handle gern und meistens schnell. Einerseits bin ich dadurch sehr entscheidungsfreudig, andererseits auch manchmal sehr nervös, hektisch oder ungeduldig.
- Schon als Kind sind oft originelle Ideen aus mir herausgesprudelt – das zeigte sich zum Beispiel in ungewöhnlichen Sprachschöpfungen oder in einem ungewohnten Umgang mit alltäglichen Gegenständen.
- Mir fällt es sehr leicht, mich gewählt schriftlich auszudrücken. Ich habe zum Beispiel schon in der Kindheit und frühen Pubertät aus eigenem Antrieb angefangen, Tagebuch zu führen und Gedichte zu schreiben.
- Ich hatte als Kind auch ältere Freunde und habe mich gern mit Erwachsenen unterhalten. Mit Gleichaltrigen konnte ich meistens nicht so viel anfangen.

Quelle: Dr. Jürgen vom Scheidt (Diagnostiker und selbst hochbegabt), Institut für angewandte Kreativitätspsychologie (IAK), www.iak-talente.de

AUSWERTUNG


Zählen Sie die von Ihnen gemachten Kreuze zusammen. Wie auch immer Ihr Ergebnis ausfällt: Der Test kann nur erste Hinweise geben und ist keine Diagnose. Da Sie sich zudem selbst eingeschätzt haben, hängen Ihre Punktwerte natürlich von Ihrer Ehrlichkeit und Selbstwahrnehmung ab. Deshalb sollten Sie das Ergebnis unbedingt noch einmal überprüfen lassen! Bitten Sie eine Person, die Sie gut kennt, Sie anhand dieser Merkmalsliste einzuschätzen. Vermuten Sie auch dann noch, hochbegabt zu sein, verschaffen Sie sich Gewissheit durch einen offiziellen Intelligenztest, den nur ein Fachpsychologe durchführen kann (Dauer: circa 90 Minuten, Kosten: ab 200 Euro). Auch der Hochbegabtenverein „Mensa“ führt regelmäßig Gruppentests durch (Kosten: circa 50 Euro, siehe Linktipp rechts).

5 bis 10 Punkte: Sie besitzen einige Eigenschaften von Hochbegabten. Lassen Sie die Merkmale noch einmal von einer anderen Person einschätzen.

11 bis 15 Punkte: Es gibt deutliche Hinweise, dass Sie einen IQ von 130 oder mehr haben könnten.

16 bis 20 Punkte: Sie sind mit sehr großer Wahrscheinlichkeit hochbegabt.

 *Aha-Erlebnis mit Folgen: Lesen Sie das Interview mit der Hochbegabten-Trainerin Anne Heintze unter emotion.de/hochbegabte*

 *Buchtipps finden Sie auf Seite 139*

NÜTZLICHE LINKS

- www.mensa.de

Deutsche Homepage des internationalen Hochbegabtenvereins mit Testterminen

- www.hochbegabte-erwachsene.de

Netzwerk für spät erkannte hochbegabte Erwachsene mit Forum und Chat

- www.die-hochbegabung.de

Liste von Psychologen, die sich mit Begabungsdagnostik befassen

- www.hochbegabten-coaching.de

Coaching und Beratung, speziell auch für hochbegabte Frauen

- www.begabungsdagnostik-frankfurt.de

Praxis für Begabungsdagnostik von Diplompsychologin Andrea Brackmann

- www.xing.com/net/forumhochbegabteerwachsene/

Gruppe des Karrierenetzwerks „xing“ zum Thema Hochbegabung im Berufsalltag