

für Psychotherapie und psychosomatische Gesundheit

Informationen zur Sendung vom 2. September 2013

Die Kultserie „The Big Bang Theory“ karikiert das Leben des hochbegabten „Sheldon“. Sind Menschen mit hoher Begabung und hoher Intelligenz unweigerlich alle „Nerds“, Außenseiter? Oder bleibt das Potential vieler Menschen schlichtweg unerkannt? Zwei Prozent der Bevölkerung sind hochbegabt! Was bedeutet es jedoch für die Persönlichkeit und Seele eines Hochbegabten, wenn diese unentdeckt bleibt – oder nicht gelebt werden darf? Diese Fragen – und noch viel mehr – hat mir Birgit Zahradnik, hochbegabt, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Mitglied der „Deutschen Gesellschaft für das hochbegabte Kind“ aus Bad Homburg v.d. Höhe, beantwortet. Her(t)zlichen Dank!

Frau Zahradnik, Sie führen eine Praxis für „differenzierte Menschen“. Was bedeutet das?

Zahradnik:

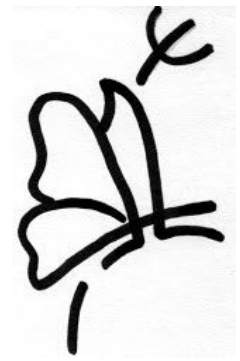
Ja, ich habe nach einem Begriff gesucht, um „Hochbegabung“ oder „hohe Begabung“ zu umgehen. Es ist häufig in unserer Gesellschaft ein Reizthema und – nach langen Recherchen – habe ich mich dann einfach für „differenziert“ entschieden. Also, da kann dann jeder hereininterpretieren, was er möchte. Häufig ruft es ein Schmunzeln hervor, also mir geht es einfach darum auszudrücken, dass es Menschen sind, die anders als der Durchschnitt sind.

Wann gilt man jetzt als „hochbegabt“ oder „differenziert“?

Zahradnik:

In Deutschland gibt es einen Test und, wenn Sie dieses anerkannte Testverfahren durchlaufen, und dort mit einem Durchschnittswert von „130“ abschließen, gelten Sie als „hochbegabt“.

Psyche kompakt – Hannovers Radiomagazin



für Psychotherapie und psychosomatische Gesundheit

Ist denn dieser Intelligenztest abhängig vom „Bildungsgrad“ oder dem „sozialen Umfeld“ der Testperson, oder ist das unabhängig von solchen Kriterien?

Zahradnik:

Es gibt Tests, die die Intelligenz messen, die unabhängig sind. Aber der, auf den ich jetzt Ansprache, das ist der „Hamburg – Wechsler – Intelligenztest“ [HAWIK-IV] - den gibt es sowohl für Erwachsene, als auch für Kinder – und da muss man schon, also, ein gewissen Potential an Bildung einfach haben. Aber, es gibt auch sprachlich ungebundene, gerade, wenn man das mit Kindern macht, die einen Migrationshintergrund haben – da kann man ja gar nicht erwarten, dass sie schon so gut in der deutschen Sprache verankert sind – und da gibt es dann auch spezielle Tests. Die suchen dann – die Psychologen, wenn man das Kind testen lässt – suchen die dann ganz gezielt aus... was gut passen würde.

Sprechen wir über biologische Grundlagen: Ist Hochbegabung genetisch vererbbar?

Zahradnik:

Ja, natürlich. Es gibt zwar kein bestimmtes Gen, auf dem die Hochbegabung jetzt festgelegt ist. Das ist die Summe von mehreren Genen, die zusammen kommen – und die Wissenschaftler streiten sich – aber man sagt, dass Hochbegabung zum Anteil von circa fünfzig Prozent vererbt ist. Der Rest ist dann einfach auch Einfluss der Umwelt.

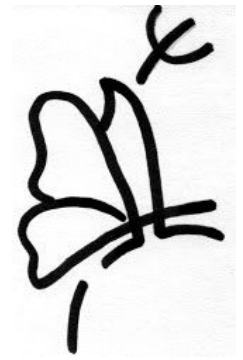
Potenziert sich, das, was in den Eltern vorhanden ist, beim Kind? Also, wenn ich zwei intelligente Eltern habe, dass dann mein Kind womöglich noch intelligenter wird?

Zahradnik:

Also, die Chance, wenn, zwei hochbegabte Menschen sich verlieben und ein Kind haben wollen, dass da wiederum ein hochbegabtes Kind heraus kommt, ist sehr, sehr groß.

Psyche kompakt – Hannovers Radiomagazin

für Psychotherapie und psychosomatische Gesundheit



Was „tickt“ denn in einem Gehirn eines Hochbegabten „anders“?

Zahradnik:

Naja, „ticken“ würde ich es nicht nennen. Ich würde mal eher sagen, da „klingelt ununterbrochen ein Wecker“ und – da „geht richtig was ab“ in dem Gehirn – die sind permanent am Denken, am Entdecken, am Kombinieren, am Machen und am Tun. Also, das ist eine ganz „lustvolle“ Geschichte, die da im Gehirn abläuft und die den Leuten, in der Regel, sehr, sehr viel Freude macht.

Ich hatte ja hier schon in meiner Sendung einen Gast, der „hochsensibel“ war und über die „Hochsensitivität“ gesprochen hat. Geht Hochbegabung automatisch mit einer hohen Sensibilität einher?

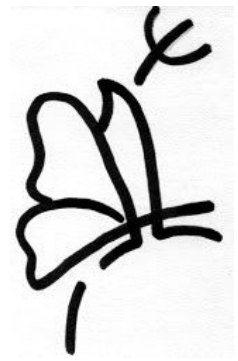
Zahradnik:

Automatisch nicht. Aber es ist häufig eine Kombination. Also, im Kindesalter ist es sehr häufig noch zu sehen, dass die Kinder sehr, sehr sensibel sind, sehr feinfühlig sind. Dadurch, dass sie gut beobachten, nehmen sie auch sehr viel wahr, was ein „normal“ intelligentes Kind, das so „in seiner Art und Weise durch die ...ja, durch die Gegend läuft“ – nicht unbedingt mitbekommt, weil das Interesse ist einfach ganz anders. Und die „Antennen“ – sie haben ganz, ganz feine Antennen, das ist schon richtig. Aber, ob man das jetzt als „hochsensibel“ oder „übersensibel“ bezeichnet und, dass es ist immer in Verbindung mit einer Hochbegabung ist, das möchte ich ausschließen.

Wenn Hochbegabung unentdeckt bleibt spricht man vom sogenannten „Underachievement“. Was ist damit gemeint?

Zahradnik:

Ja, das kann man so pauschal gar nicht so sagen. Also, nicht jede unentdeckte Hochbegabung führt in ein „Underachievement“. Häufig suchen sich die Hochbegabten dann andere Nischen, in denen sie das dann irgendwie ausleben. Wenn es ganz übel läuft entwickeln sie sich quasi zu „Underachievern“, also zu „Minderleistern“.

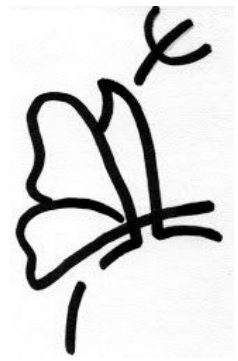


Zahradnik:

Das heißt, sie haben im Alter von fünf, sechs – es kommt in der Regel ein halbes bis ein Jahr nach der Einschulung – schlichtweg die Motivation verloren, sehen keinen Sinn mehr in ihrem Tun, was angeboten wird und sie schalten einfach ab, sie machen nichts mehr, also es sagt ja auch schon das Wort, „Minderleistung“, sie machen nichts mehr. Und damit beginnt ein ganz, ganz ungesunder Kreislauf, den es wirklich dringendst gilt zu unterbrechen. Die Wissenschaftler streiten sich auch hier wieder, wie hoch der Prozentsatz der Hochbegabten ist, man geht so zwischen fünfzehn und zwanzig Prozent der Hochbegabten aus, die sich in Richtung „Underachievement“ entwickeln.

Unter Umständen kann es zu psychischen Störungen kommen, also Depressionen können sich daraus entwickeln. Wir haben auch in der DGHK [*Deutschen Gesellschaft für das hochbegabte Kind e.V.*] einige Kinder, die schon im Alter von sieben, acht Jahren über Suizid nachdenken – das ist einfach so – also, die fühlen sich so hilflos in der Schule ausgeliefert und sind so traurig und empfinden ihr Leben als so sinn- und auch wertlos, dass sie sich fragen, ob sie überhaupt noch am Leben bleiben sollen. Und das ist eine ganz individuelle Geschichte, wie jeder Mensch damit dann umgeht. Das kann man nicht Pauschalisieren. Also, der Eine fängt vielleicht an, der macht Sport, „wie verrückt“. Der nächste „hängt sich“ halt an den Computer... und, dass sich unter Umständen auch Süchte entwickeln können, ist eine Möglichkeit. Also, von daher, gerade das Computer- das Internetzeitalter bietet ja heute vielen Menschen, die sich anderweitig beschäftigen wollen, eine Möglichkeit sich das zu suchen, was sie haben möchten. Und das Problem ist nur, dass wir in Deutschland die Schulpflicht haben, dass wir unsere Kinder in die Schule schicken müssen, selbst wenn sie dort nicht adäquat gefördert werden, das ist das eigentliche Problem. Die Kinder wissen in der Regel sehr gut, was sie brauchen und was sie gerne hätten und was gut für sie ist. Aber der Zwang, sich in einen teilweise schlecht gemachten Unterricht zu setzen, das ist halt häufig ungut und führt zu schlechten Entwicklungen.

Psyche kompakt – Hannovers Radiomagazin



für Psychotherapie und psychosomatische Gesundheit

Ich habe in meinem Bekanntenkreis eine Lehrerin, mit der habe ich schon vielfach diskutiert, und sie hat die Behauptung aufgestellt, dass in Deutschland nur das „Mittelmaß“ gut durch die Schule kommt. Dass, wer darüber liegt häufig durch die Maschen fällt und wer darunter liegt. Sehen Sie das auch so?

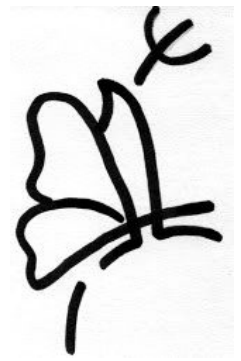
Zahradnik:

Ja, das kann ich gut bestätigen. Ja, da hat sie völlig Recht. Es ist auch im Grunde nicht unbedingt eine Frage der Intelligenz.... Ich meine, auf dem Gymnasium brauchen Sie schon ein gewisses Potential, aber das ist häufig auch eine Sache der Disziplin und des „Sich-Durchmogelns“. Aber es ist nicht unbedingt eine Leistungsgeschichte, hier in Deutschland gut durch die Schule zu kommen. Also, allein dass die Länder schon nicht schaffen, sich auf ein Niveau zu einigen – sehen Sie ja auch – also, es ist einfach traurig, was hier passiert.

Ich gehe mal davon aus, dass „Hochintelligenz“ im Grunde genommen kein Problem ist. Es ist also die Gesellschaft, die den hochintelligenten Menschen, die ihre Begabung nicht Leben können, ein Problem schafft? Sie werden ja Menschen in Ihrer Praxis haben, bei denen Probleme auftauchen... ...die kommen ja nicht einfach so.

Zahradnik:

Ja, nur... Ja, man hat ja keinen Bedarf zu mir zu kommen, wenn es gut läuft. Also, ganz im Gegenteil. Zu mir finden in der Regel nur Menschen, bei denen es irgendwo „hakelt“. Ja, die sich fragen: *Was ist mit Ihnen? Was ist so „falsch“ an Ihnen, dass sie im Leben nicht zurecht kommen?* Und da hilft häufig nur ein Perspektivwechsel, also sie sind schon irgendwo die „Außen-Stehenden“. Wir sind ja nur zwei Prozent von achtzig Millionen. Und das ganze System, in dem wir Leben, ist ja auf den „Durchschnitt“ ausgerichtet und verständlich machen kann man das immer ganz gut, wenn Sie... Also, „100“ ist ja der „Durchschnitts-IQ“. Und dem gehören ungefähr vierundsechzig Prozent unserer Gesellschaft an. Dann geht es in den „debilen“ Bereich, also: Richtung siebzig, sechzig, fünfzig und auf der anderen Seite geht es dann hoch bis in die Hochbegabung bis „130“ im IQ. Und jetzt müssen Sie sich vorstellen, wenn Sie jetzt von den „100“ einfach mal „30“ oder „40“ abziehen, sind Sie im „debilen Bereich“.



für Psychotherapie und psychosomatische Gesundheit

Zahradnik:

Wie verhält sich ein „normal intelligenter Mensch“, zu einem „debilen Menschen“? Und genauso ist es in die andere Richtung: Wie ist der Unterschied von einem „normal intelligenten Menschen“ – also mit... sprich mit einem IQ von „100“ – zu einem Hochbegabten – mit „130“ oder „135“ oder „140“. ? Die haben in der Regel keine Gemeinsamkeit. Was wieder sehr gut funktioniert: „die Hochbegabten zu den Debilien“. Da kommen wir dann wieder auf dieses Thema, was wir letztes Mal angesprochen haben, mit der „Feinfühligkeit“. Da können sich die Hochbegabten sehr gut darauf einstellen. Aber, einfach mal nur um diesen Unterschied ein bisschen deutlicher zu machen: „hochbegabt zu debil ... geht gut, „hochbegabt zu normal“... kann gut gehen...muss nicht..., „normal zu debil“... ist auch schwierig. Und, von daher, wenn man sich das mal vor Augen führt, wird es vielleicht ein bisschen deutlicher, wie der Unterschied ist von „normal“ zu „hochbegabt“ und „hochbegabt“ zu „normal intelligent“... oder „durchschnittlich intelligent“.

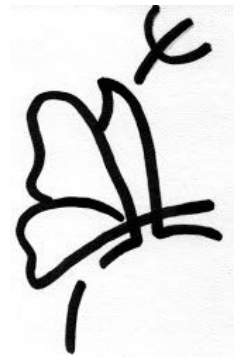
Welche Möglichkeiten bieten Sie Menschen mit Hochbegabung bei seelischen Schwierigkeiten in Ihrer Praxis?

Zahradnik:

Ich gehe da ganz differenziert heran, weil Hochbegabte auch ganz individuell sind und, was auf den Einen passt, passt auf den Anderen nicht. In der Hochbegabung finden sich sehr häufig ein mangelndes Selbstbewusstsein und sehr, sehr viele Ängste. Da kann man mit unterschiedlichen Techniken heran gehen. Ich arbeite ja auch mit „EMDR-Technik“, das kommt aus der Traumatherapie. Ich arbeite mit Hypnose. Ich arbeite mit Gesprächen. Häufig kombiniere ich vieles miteinander und ich schaue dann einfach, „was passt“ und, was der Klient auch annimmt.

Psyche kompakt – Hannovers Radiomagazin

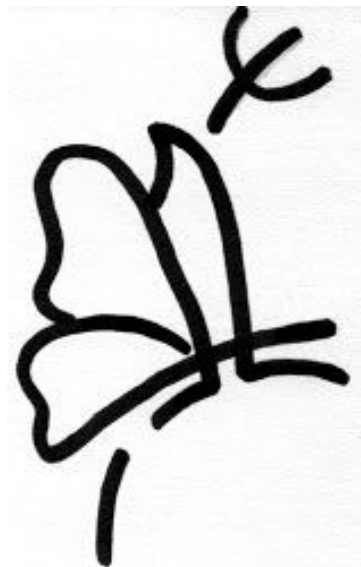
für Psychotherapie und psychosomatische Gesundheit



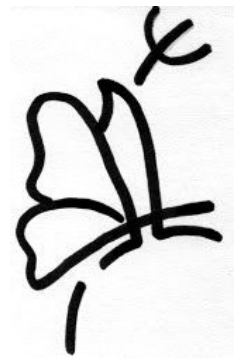
Auf Ihrer Homepage schreiben Sie auch, Sie setzen sich für das „ABITURnonlinear“ ein. Was ist das?

Zahradnik:

„ABITURnonlinear“ ist ein Projekt, das ich zusammen mit einer Kollegin initiieren möchte. Das richtet sich an hochbegabte Schüler und auch Jugendliche, die einfach die „Anpassungsleistung“ an die Schule nicht mehr geschafft haben und ihren eigenen Weg zum Abitur suchen möchten. Das heißt, wir bieten psychologische und pädagogische Unterstützung und es gibt einen Vertrag, den die Kinder oder Jugendlichen mit einer Fernschule schließen und machen dann auf dem Weg, in ihrem eigenen Tempo ihr Abitur.



Psyche kompakt – Hannovers Radiomagazin



für Psychotherapie und psychosomatische Gesundheit

Buchtipp:

„Jenseits der Norm – hochbegabt und hoch sensibel?“,
Andrea-Brackmann, „Leben lernen“, Klett-Cotta-Verlag

Gast:

Birgit Zahradnik
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Im Langenfeld 9 a

61350 Bad Homburg v.d.H.

Tel.: 0175 – 16 99 88 1

Fax: 06172 – 99 76 020

<mailto:info@pdm-frankfurt.de>

<http://www.pdm-frankfurt.de/>

Moderatorin:

Sonja Kohn

Heilpraktikerin/Dozentin/Freie Redakteurin/Ein Mitglied der AG Haut.

Peiner Str. 29, 31319 Sehnde, Tel.: 05138 - 61 57 52

www.naturheilpraxis-kohn.de/

<http://sonjakohn.blogspot.de/>

<http://psyche-kompakt.blogspot.de/>

Jeden 1. Montag im Monat auf Radio Leinehertz 106.5, 17:05 Uhr.

Radio Leinehertz 106.5: <http://www.leinehertz.net/>

Ein rechtlich wichtiger Hinweis: Die Tipps der Sendung „Psyche kompakt“ dienen Ihrer Information und sind zur Selbsthilfe gedacht! Sie ersetzen keine Psycho- oder psychosomatische Therapie durch speziell ausgebildete Fachleute - und sind nicht oder nur teilweise wissenschaftlich durch Studien belegt.