

## Hintergrundinformation: Hochbegabung

2,3% der Bevölkerung sind hochbegabt – viele wissen aber nicht, dass sie dieses relativ stabile Persönlichkeitsmerkmal besitzen. Und das Umfeld weiß häufig nicht, wie es mit einem hochbegabten Menschen umgehen soll. Hintergrundinformationen können helfen, die Zusammenarbeit besser zu gestalten und – aus Sicht der Studierenden – einen erfolgreichen Studienabschluss zu schaffen. Solche Informationen möchte Ihnen die **Psychologische Beratung der Humboldt-Universität** hiermit zur Verfügung stellen.

### Überblick

Man spricht von Hochbegabung bei einem IQ von mindestens 130. Dieser befindet sich vom Durchschnitt der Bevölkerung ebenso weit entfernt wie der IQ von Menschen mit einer Intelligenzminderung.

Die meisten hochbegabten Erwachsenen wissen gar nichts von ihrer Fähigkeit, die sich nur unter günstigen, fördernden Bedingungen entfalten kann. Lediglich eine Intelligenzdiagnostik kann hier Klarheit verschaffen. Diese intellektuelle Fähigkeit kann sich in hohen Leistungen zeigen. Doch Hochbegabte haben nicht automatisch einen hohen Bildungsgrad oder sind beruflich gesehen immer erfolgreich.

Und für die meisten Hochbegabten selbst bringt die Andersartigkeit zahlreiche persönliche Herausforderungen mit sich. So neigen sie häufiger zu sozialem Rückzug, Selbstkritik und Perfektionismus.

Zu den berühmtesten, hochbegabten Menschen gehören Alexander von Humboldt, Voltaire, Bill Gates, Madonna und Arnold Schwarzenegger.

### Merkmale hochbegabter Menschen

Man kann einige Merkmale in Bezug auf Verhaltensweisen und Gefühle beobachten. Diese sind durchaus häufig, kommen aber nicht bei allen Menschen mit einer Hochbegabung vor:

#### Denken

Hochbegabten Menschen gelingt es ohne große Anstrengung, viele Aspekte und Ebenen gleichzeitig einzubeziehen. Und dies nicht nur bei wenigen, ausgewählten Themen: Vieles muss intensiv durchdacht werden, Parallelen und Transfer gelingen leichter.

#### Wissen

Schon in der Kindheit fällt der unstillbare Wissensdurst auf: Internet und Bücher werden nicht zum Spielen, sondern als unendliche Informationsquelle genutzt. Hochbegabte Erwachsene suchen die intellektuelle Herausforderung und Abwechslung. Strukturen, Abläufe und Arbeitsprozesse wollen verändert und optimiert werden (Gestaltungsmotivation).

### **Umgang mit Normen und Autoritäten**

Eltern, Lehrer\*innen und Professor\*innen kommen schnell an die Grenzen ihres pädagogischen Wissens, wenn das selbständige und vielschichtige Denken die Vorgehensweisen, Haltungen und Meinungen der Autoritäten als widersprüchlich, wenig zielführend oder unlogisch aufdeckt. Der hochbegabte Mensch will selber denken und entwickeln, statt Aussagen angepasst und unkritisch zu übernehmen. Eher die Jungen werden fälschlicherweise als verhaltensauffällig, unangepasst und aufmüpfig wahrgenommen, Mädchen ziehen sich häufiger resigniert zurück.

### **Interessen**

Gerade im Vergleich mit Gleichaltrigen – und das bezieht sich schon auf das Kindesalter - fällt auf, dass vor allem komplexe Interessensgebiete die Aufmerksamkeit binden. Hierzu gehören Wissen aus der Astronomie, alles Technische und Logische, wie etwa bei den Computer-Denk-Spielen, aber auch die Beschäftigung mit existentiellen Fragen der Menschheit in der Philosophie. Und schon im Vorschulalter fällt das selbstmotivierte Lernen von Lesen, Schreiben und Rechnen auf. Eine Studien- und Berufswahl wird als enorme Einschränkung der vielfältigen Interessen empfunden.

### **Umgang mit Routine**

Gleichbleibende Aufgaben und Abläufe führen schnell zu Langeweile, da die geistige Herausforderung ausbleibt. So führen einfache Aufgaben aufgrund mangelnder Konzentration schnell zu Fehlern. Im Studium können Vermeidung, Prokrastination und ein Studienabbruch die Folge sein.

### **Mein Umfeld versteht mich nicht**

Small Talk muss einem Hochbegabten oberflächlich erscheinen, umgekehrt empfindet der durchschnittlich intelligente Mensch die Argumentation oder Denkweise eines hochbegabten Menschen zu kompliziert. Daher finden sie nur schwer andere Menschen und Freundschaften, mit denen sie ihre Interessen teilen können. Erschwert wird der Kontakt außerdem durch ein stark ausgeprägtes moralisches Empfinden, welches andere schnell als oberflächlich und egoistisch einordnet. Das schafft eher Feinde als Freunde. Ist die Hochbegabung nicht bekannt, wird die Ursache dieser zwischenmenschlichen Probleme sich selbst zugeschrieben und führt eher zu sozialem Rückzug. Der Eindruck der sozialen Inkompetenz kann bis zum Verdacht einer psychischen Störung führen.

### **Überhöhte Erwartungen**

Da gute Schulleistungen ohne nennenswerte Anstrengungen erreicht wurden und mit dem Wissen, hochbegabt zu sein, setzen sich Hochbegabte selbst eher unter Druck: Sie erwarten im Vergleich mit anderen sehr gute Leistungen in kürzerer Zeit. Gelingt dies nicht auf Anhieb, sind sie schneller enttäuscht und reagieren mit starker Selbstkritik.

## **Herausforderungen im Umfeld Hochschule, denen sich Studierende mit einer Hochbegabung gegenübersehen und wie ihre Umgebung sie unterstützen kann**

### **Nachteilsausgleich**

In unseren Hintergrundinformationen zu anderen Themen gehen wir an dieser Stelle immer auch auf die Möglichkeiten des Nachteilsausgleichs ein. Bei Hochbegabung kann natürlich kein Nachteilsausgleich gewährt werden, da keine länger andauernde gesundheitliche Beeinträchtigung vorliegt.

Aber wenn Sie helfen wollen, dass hochbegabte Studierende ihre Potenziale entfalten können, dann kann diese Hintergrundinformation Sie dabei unterstützen, die mit einer Hochbegabung zusammenhängenden Verhaltensweisen zu verstehen und angemessen darauf zu reagieren. Legen Sie grundsätzlich den Fokus auf die Stärken, welche die Student\*innen einbringen können, statt auf die Defizite der Hochbegabung.

Für alle Beschreibungen gilt: Natürlich kann man argumentieren, dass viele dieser Herausforderungen für alle Student\*innen gelten und bewältigt werden müssen. Für Student\*innen mit einer Hochbegabung gilt jedoch, dass solche Herausforderungen zu Perfektionismus, Selbstwertproblemen, Depression und schließlich zum Studienabbruch führen können.

Mit der folgenden Aufstellung soll erläutert werden, auf welche Hochbegabungsphänomene in Bezug auf Studium, insbesondere auch Prüfungsleistungen, auf welche Weise eingegangen werden könnte. Dazu stellen wir den Herausforderungen direkte Anpassungen gegenüber, so dass Sie überlegen können, was davon in Ihrer Lernumgebung und bei Prüfungen umsetzbar ist.

Die dem Umfeld eher unbekannteren, besonderen Herausforderungen von hochbegabten Studierenden sind mit einem (?) und die Unterstützungsmöglichkeiten mit einem (+) dargestellt.

### **Wahrnehmung**

- (?) Höhere Sensibilität aller Sinne, z.B. für Lärm, Geruch, aber auch Stimmungen
- (+) Ruhige Umgebung

### **Denken**

- (?) Die Beobachtungen und Bemerkungen anderer, sowie Abläufe werden permanent analysiert und optimiert
- (+) Mehr Pausen und Erholungsphasen

### **Prokrastination und verfrühter Studienabbruch**

- (?) Unterforderung und Langeweile statt falscher Studienwahl
- (+) Vermeidung von Redundanz und Routine
- (+) Doppelstudium

### **Perfektionismus**

- (?) Zu hohe Erwartungen und Ansprüche an sich selbst
- (+) Nennen Sie klare Kriterien, welche Anforderungen tatsächlich „nur“ gestellt werden.

## **Prüfungen**

- (?) Falsche Selbsteinschätzung, geringes Selbstwertgefühl
- (+) Schaffen Sie eine positive Prüfungsatmosphäre.

## **Betroffene Student\*innen können sich auch wenden an:**

### **MinD – Mensa in Deutschland e.V.**

- > IQ-Diagnostik
- > „Mensa-Youth“ (regelmäßige Treffen 18-30jähriger Hochbegabter)

### **Leuchtfener – Zentrum für Begabungs- und Leistungsentwicklung Landsberger Allee 2, 10405 Berlin-Prenzlauer Berg**

- > IQ-Diagnostik
- > Studien- und Berufswahl

### **Weitere Informationen:**

- > IQ-Selbsttest: <https://open-mind-akademie.de/online-tests/>  
(nur nach Registrierung)

## **Literatur**

Andrea Brackmann: Jenseits der Norm – hochbegabt und hochsensibel? Die seelischen und sozialen Aspekte der Hochbegabung bei Kindern und Erwachsenen. Stuttgart: Klett-Cotta 2017

Dr. Maike Gattermann-Kasper: Nachteilsausgleich für Studierende mit Beeinträchtigungen. Berlin: Deutsches Studentenwerk (Hrsg.) 2018

Christina Heil: Psychotherapie mit hochbegabten Erwachsenen. Psychotherapeutenjournal 3/2018, S. 218-224

Stand: März 2021