

Merkmale, die mit einem hohen IQ einhergehen	Mögliche Herausforderungen
<p>Schnelles und komplexes Denken</p>	<p>Der HB ist oft nicht ausreichend angeregt und es kommt zu Langeweile und Unterforderung. Hierbei ist wichtig zu wissen, dass Unterforderung physiologisch den gleichen Stress hervorruft wie Überforderung.</p>
<p>Hohe logisch-analytische Fähigkeiten</p>	<p>Sachverhalte werden verkompliziert, Unlogisches wird nicht akzeptiert.</p>
<p>Visuell-räumlicher Denk- und Lernstil</p>	<p>Hierdurch erschließen sich HB Themen oft mosaikhaft: Sie springen von einer Information zur anderen und stellen währenddessen Beziehungen und Relationen her. Sie sind so lange aktiviert, bis alle Informationen in ein stimmiges System gebracht sind. Dies führt dazu, dass Sie sich oft sehr tief in Themen einarbeiten, wie „besessen“ sein können und/oder erst wieder ruhig werden und das Interesse verlieren, sobald alle Relationen stimmen. Hierdurch wird das Thema in der Tiefe erfasst, aber der Prozess ist von außen schwer nachzuvollziehen und kann chaotisch wirken. Wenn dem HB innere Strukturierungsmöglichkeiten fehlen, gelingt es ihm evtl. nicht mehr, die Informationen zusammenzuführen. Dann besteht eine Nähe zur ADHS-Symptomatik.</p>
<p>Intensive Konzentrationsfähigkeit, lange Aufmerksamkeitsspanne, Ausdauer</p>	<p>Der HB ist teils so vertieft, dass er auf Außenreize nicht mehr reagiert und abwesend und verträumt wirkt. Weiterhin kann es sein, dass er sich sehr auf ein Thema fixiert.</p>
<p>Imaginationsneigung und Synästhesien</p>	<p>Durch die außergewöhnliche hohe Vernetzung im Gehirn werden Reize vielfältig verknüpft und es entstehen vermehrt innere Bilder. Etliche Hochbegabte berichten Synästhesien. Bei Synästhesien verschmelzen Reizqualitäten. Zahlen sind z.B. mit Farben oder Tönen verknüpft. Diese Phänomene werden manchmal mit pathologischen Symptomen wie z.B. Wahnvorstellungen oder einem aus einem Mangel entstandenen psychischen Bedürfnis nach einem imaginären Freund verwechselt und der HB wird pathologisiert.</p>

Suche nach Mustern und Abstraktionsfähigkeit	Hiermit können Phänomene wie Zwanghaftigkeit, Rechthaberei oder Prinzipienreiterei einhergehen.
Divergentes Denken/Kreativität	Hierdurch wird der HB evtl. nicht verstanden oder, wenn die Ideen zu ungewöhnlich oder weitreichend sind, abgelehnt.
Sehr gutes Gedächtnis	Kann mit Ungeduld und einer Ablehnung von Routine einhergehen.
Benötigt wenig Übung	Hierdurch eignet sich der HB Grundfertigkeiten und Lernstrategien evtl. nur mangelhaft an.
Hohe sprachliche Fähigkeiten	Der HB wirkt evtl. besserwisserisch und kann sich in Diskussionen sehr gut durchsetzen und dominieren. Dadurch macht er sich unbeliebt und wird gemieden. Auch wird er z.B. von Gleichaltrigen oft nicht verstanden oder versteht Aussagen viel differenzierter, was zu Mißverständnissen führt. Die teils sehr differenzierten Witze und der Humor werden manchmal ebenfalls nicht verstanden und der HB fühlt sich außen vor.
Kritisches Denken	Dies kann zu übermäßig häufigem und für andere unangenehmem oder bloßstellendem Hinterfragen führen. Auch „entzaubern“ manche HB dadurch nett gemeinte Situationen und Interaktionen, kritisieren außergewöhnlich oft oder sind vermehrt unzufrieden. Dies kann für das Gegenüber frustrierend sein. Weiterhin kann das kritische Denken zu existentiellen Sinnfragen führen. Selbst für Ältere sind diese manchmal schwer zu lösen und können mit depressiven Entwicklungen einhergehen. Manchmal stoßen schon sehr junge hochbegabte Kinder auf diese Fragen und entwickeln teils intensive Ängste.
Wissbegierig, breit gefächerte Interessen	Es droht die Gefahr, dass der HB sich und andere überfordert.
Intrinsische Motivation	Das ureigene Interesse an intellektuellem Durchdringen kann im Perfektionismus enden.
Offenheit und Unabhängigkeit	Die Wissbegierde und das schnelle und logische Denken überschreiten oft den Rahmen der Konvention. Der HB fällt seine Urteile oft unabhängig und wenig beeinflusst

	<p>von der Norm und ist dadurch unkonventionell und non-konformistisch. Dies kann mit Integrationsschwierigkeiten einhergehen.</p>
Inputbedarf	<p>Da Reize schneller verarbeitet werden und Synapsen teils schneller habituieren haben HB oft einen großen „Reizhunger“ und fühlen sich nur bei ausreichendem Input entspannt und wohl. Es kann eine Herausforderung sein, die Reizvielfalt und -intensität richtig zu dosieren. Für die Interaktionspartner kann es schwer sein, den Reizhunger ausreichend zu befriedigen.</p>
Hohe Energie	<p>Die starken Vernetzungen betreffen vermutlich auch die aktivierenden Hirnzentren. Viele HB zeigen ein sehr hohes Aktivitätsniveau und benötigen wenig Schlaf. Hierdurch können die Interaktionspartner, die ein niedrigeres Aktivitätsniveau haben, überfordert sein.</p>
Hohe Sensibilität	<p>Viele HB berichten Phänomene der Hochsensibilität. Ich vermute, dass die besondere vielfältige Vernetzung zu Besonderheiten in der Reizverarbeitung führt und viele Reize deshalb intensiver wahrgenommen und verarbeitet werden. Das Phänomen wird gerade von der Forschung entdeckt und ich hoffe, dass es bald ein belastbares und umfassendes Konzept gibt. Für Hochsensible ist die Reizdosierung eine sehr starke Herausforderung und beißt sich zum Teil mit dem Inputbedarf. Manche sind mit den einhergehenden Reizen von Menschengruppen, der Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln u.ä. überfordert. Reize, die von anderen nicht oder nur gering wahrgenommen werden (z.B. leise Geräusche, Gerüche, Schmerzen, die Wirkung von Koffein) können als sehr unangenehm empfunden werden. Dies führt bei anderen häufig zu Unglauben, Fehlinterpretationen („Der spinnt, stellt sich an....“) und Konflikten.</p>
Intensive Emotionalität	<p>Dies geht meiner Erfahrung nach in vielen Fällen mit den hochsensiblen Phänomenen einher und ist evtl. ein Teil davon. Vermutlich ist auch die Amygdala, das für Emotionen zuständige Hirnareal, stärker vernetzt. Daraus können sehr intensive Gefühle und</p>

	<p>Schwierigkeiten hinsichtlich der Emotionsregulation resultieren. Auch besteht in jungen Jahren eine Reifungsdiskrepanz zwischen kognitions- und emotionsassoziierten Hirnarealen. Ein häufiger Beratungsgrund sind intensive Wutanfälle, existenzielle Ängste oder ein so ausgeprägtes Mitgefühl, dass man sich nicht ausreichend abgrenzen kann. Hierdurch können sozialen Schwierigkeiten entstehen.</p>
Starker Gerechtigkeitssinn	<p>Ich vermute einen Zusammenhang zur intensiven Emotionalität und der Neigung Muster zu suchen und die Dinge auf einer abstrakten Ebene abzutragen. HB haben dadurch manchmal Schwierigkeiten, Dinge pragmatisch anzugehen und „Fünfe mal gerade sein“ zu lassen. Auch dies geht mit einem Risiko für soziale Probleme einher.</p>
Gefühl des Anderseins	<p>Die bewußt und unbewußt wahrgenommene Unterschiedlichkeit führt bei vielen HB zu dem für sie oft unerklärbaren Gefühl „irgendwie anders zu sein“. Wenn dieses Gefühl weitere negative Facetten wie z.B. nicht zu passen, die anderen bzw. die Welt in Ihrer Funktionsweise nicht zu verstehen o.ä. beinhaltet, kann es sich zum sog. „Wrong-Planet-Syndrom“ ausweiten: man fühlt sich wie auf einem fremden Planeten.</p> <p>Nicht selten geht das Gefühl des Anderseins mit dem Erleben von Einsamkeit, Hilflosigkeit und Leidensdruck einher.</p>
<p>Weiterhin gibt es vielfältige Hinweise auf physiologische Korrelate. Hier finden Sie eine Auswahl:</p>	
Körperliche Unterschiede	<p>Studien verweisen auf körperliche Unterschiede wie z.B. Körpergröße, höhere Lebenserwartung, größerer Körpersymmetrie, vermehrte Kurzsichtigkeit u.ä. (vgl. z.B. Jensen, 1998; Brand, 1987; Deary et al. 2008).</p>
Erkrankungen	<p>Es gibt Hinweise auf Korrelationen zu Erkrankungen, z.B. Asperger, Schizophrenie, Allergien, Autoimmunerkrankungen, Asthma, Sprachfehler, Ticks... (vgl. z.B. Geshwin u. Galaburda, 1987; Silvermann, 2002). All diesen Erkrankungen liegen ein überschießendes Nervensystem oder Besonderheiten der Informationsverarbeitung zugrunde. Die HB</p>

	<p>sind gehäuft selbst betroffen und/oder überdurchschnittlich oft mit einem hieran erkrankten Elternteil aufgewachsen (Intelligenz wird zu 50 – 80% vererbt).</p>
<p>Autismusspektrum</p>	<p>Es bestehen Zusammenhänge zwischen Autismus und Hochbegabung. Ca. jeder dritte Aspergerpatient ist hochbegabt und bei etlichen Hochbegabten lassen sich leicht ausgeprägte Autismusphänomene beobachten. Z.B. Schwierigkeiten hinsichtlich der Reizverarbeitung (vgl. Hochsensibilität), ein starker Hang zur Logik sowie Zwänge und Defizite in der Emotionserkennung. Autismus wird in der neueren Forschung als Spektrum beschrieben. Da sich viele Phänomene decken, ist meine Hypothese, dass sich einige HBler evtl. am Anfang des Spektrums befinden und manche Schwierigkeiten auf gering ausgeprägte und nicht pathologische autistische Besonderheiten zurückzuführen sind.</p>
<p>Neurophysiologische Unterschiede</p>	<p>Hier sind z.B. eine verzögerte Kortexreduktion (vgl. u.a. Shaw 2006), Reifungsdiskrepanzen zwischen kognitions- und emotionsassoziierten Hirnarealen (vgl. u.a. Geake 2008), chemische Veränderung an den Synapsen, die mit erhöhter Wachheit, Sensitivierung, Habituation und Infoverarbeitung einhergehen (vgl. Teuchert-Nood) zu nennen. Dies erklärt ebenfalls Phänomene wie Emotionsregulationsschwierigkeiten, Langeweile und ADHS.</p>
<p>Hormonelle Unterschiede</p>	<p>In der Forschung hat man u.a. Hinweise auf einen vorgeburtlich androgynen Testosteronspiegel gefunden (vgl. Geschwind und Gaburda, 1987). In meiner Praxis hatte ich mittlerweile mehrere HB die asexuell waren oder eine Geschlechtsumwandlung anstreben oder haben vornehmen lassen. Ich habe den Eindruck, dass viele Hochbegabte sehr weiche Gesichtszüge haben und deutlich jünger aussehen, als sie sind. Evtl. ist auch dies in hormonellen Unterschieden begründet.</p>