

Zwanzig Gründe für die Belastung des Selbstgefühls durch die Hochbegabung

Von Wolfgang Schmidbauer

(Es handelt sich um die Zusammenfassung eines unveröffentlichten Textes: "Kassandra. Traumatisierte Begabungen.")

Es schneiden die Englein

Die Flügel sich ab (Volkslied)

1. Die Hochbegabte ist isoliert. Sie kann sich nicht in dem geborgen fühlen, dass sie so ist, wie die meisten anderen auch. Sie ist so scharfsinnig, die Ursache bei sich selbst zu suchen. Ihr mangelt der Schutz geistiger Trägheit.
2. Wer hochbegabt ist, bewältigt seine Aufgaben erheblich schneller als andere. So bleibt ihm viel Zeit, Sinnfragen zu stellen, Verbesserungen anzubringen, die nichts mit der Aufgabe zu tun haben, das Gewonnene kritisch zu vernichten.
3. Für die Hochbegabten gibt es keine normale Zeitstruktur. Wenn sie nicht in ihrer Besonderheit erkannt und gefördert werden, glauben sie oft, es sei Zufall, ja Betrug oder Hochstapelei, wenn ihnen so schnell etwas gelinge, worauf andere soviel mehr Anstrengung verwenden.
4. Da den Hochbegabten soviel so schnell gelingt, entwickeln sie oft die Gewohnheit, Aufgaben nicht ernst zu nehmen und ihre Zeit nicht zu planen. Sie leben geistig aus der Hand in den Mund. So kommen sie in Durchschnittssituationen so gut zurecht wie andere auch und fallen nicht unangenehm in ihrer Hochbegabung auf. Beispielsweise haben sie nie den Wortschatz der Fremdsprache systematisch gelernt, kommen aber dank ihrer Virtuosität im Erraten und Erfassen von Zusammenhängen doch auf eine durchschnittliche Note.
5. Hochbegabte verlieren oft jede innere Beziehung zu dem Verhältnis von Anstrengung und Ergebnis. Sie arbeiten nicht, sie zocken. Entsprechend unsicher, auf Erfolg angewiesen ist ihr Selbstgefühl.
6. Wer anders ist als die anderen, verbindet das spontan mit Gefühlen von Scham, Angst und Minderwertigkeit. Die Hochbegabung macht hier keine Ausnahme. Viele sozial lebende Tiere zeigen Aggressionen gegen Artgenossen, die anders sind als der Durchschnitt. Hühner hacken nach dem Albino. Der Mensch ist ein soziales Tier. In menschlichen Gruppen lässt sich die Aggression gegen Abweichler vielfach nachweisen. Die Scham der Hochbegabten nimmt solche Reaktionen vorweg.
7. Eine optimistische Sicht auf die Hochbegabung legt nahe, dass die Selbstgefühlsprobleme durch Kränkungen (Beschämung, Entwertung, Strafe) von seiten der Bezugspersonen entstehen. Realistisch scheint es mir aber, davon auszugehen, dass diese Probleme immer auftreten, wenn Hochbegabte unter Normalbegabten aufwachsen und "normal" sein müssen.

8. Die Hochbegabung erleichtert die Bewältigung der äusseren Realität, aber sie verwirrt das Selbstgefühl, weil sie die Identifizierungsmöglichkeiten mit anderen Personen einschränkt und die Kluft zwischen dem Ich und den Trieben vertieft. Es ist ganz sicher kein Zufall, dass die psychoanalytische Theorie, welche auf dem unversöhnlichen Gegensatz zwischen Es und Ich basiert, von einem Hochbegabten entwickelt wurde.

9. Die Hochbegabte kann sich nicht selbst normal finden. Sie braucht eine fördernde Umwelt, um dieses Gefühl zu entwickeln und sich sicher zwischen ihren Mitmenschen zu bewegen. Diese Förderung kann bewusst und gezielt vorgenommen werden, oder aber sie geschieht nebenbei, etwa durch eine Tradition von Hochbegabungen in der Familie, in der besonders begabte Kinder "normal" sind, durch ein besonders interessiertes Elternteil, das die Begabung fördert und fordert und so einen Realitätsbezug herstellt, der durch die Begabung gefestigt und nicht gefährdet wird.

10. Hochbegabte sind in ihrem Selbstgefühl immer gefährdet, aber Frauen sind erheblich stärker gefährdet als Männer. In ihren Phantasien spielen enge, verschmelzende Beziehungen eine viel grössere Rolle; schliesslich bereitet sich das Mädchen auf die Mutterschaft vor und muss daher die Fähigkeit üben, sich eine solche enge Beziehung vorzustellen. Viele dieser Phantasien sind vorbewusst, aber sie steigern doch die Ängste erheblich, sich von anderen zu unterscheiden.

11. Die sichtbare Hochbegabung gefährdet das Selbstgefühl weit weniger als die unsichtbare. Wer besonders gut singen oder tanzen kann, wer ein besserer Läufer ist als die meisten oder schneller schwimmt, wird in seiner Besonderheit gut wahrgenommen. Er kann sich selbst einordnen und eingeordnet werden. Die geistige Begabung stört pädagogische Routine und ist entsprechend unerwünscht. Die Begabte stellt kritische Fragen und langweilt sich angesichts unbefriedigender Antworten. Das weckt keine Sympathie und wird in der Regel nicht als Ausdruck einer überlegenen Fähigkeit anerkannt, wie das z.B. bei einer sportlichen Höchstleistung der Fall ist.

12. Die Hochbegabte kann sehr viel intensivere und aussagekräftigere Phantasien entwickeln. In einem sexualfeindlichen Erziehungsklima werden ihre Belastungen immens. Da die Begabung der Sexualität entgegenkommt und viele Lustmöglichkeiten in der Phantasie durchspielen kann, wachsen auch die Ängste vor Isolation und Beziehungsverlust durch Hingabe an eine von der Umwelt tabuisierte Erotik. Die Hochbegabte muss ihre Anstrengungen zur Sexualabwehr steigern. Die Folge sind die mit Diagnosen wie "Hysterie", "histrionische Persönlichkeit", "multiple Persönlichkeit" verknüpften Krankheitsbilder. Die Tragödie der hochbegabten Frau wurzelt häufig in der Projektion ihrer Überlegenheit in einen idealisierten Mann, in der Regel einen Sexualpartner. Sie überschätzt ihn, indem sie ihm ihre Fähigkeiten zur Verfügung stellt und ihm zubilligt, über diese souverän zu verfügen. Sie erklärt sein langsames Tempo für den Ausdruck einer Gewichtigkeit, die sie nicht versteht. Sie macht seine Einfältigkeiten zu Tugenden, mindestens zu liebenswerten männlichen Eigenarten. Wo sie ihn überflügeln könnte, verdrängt sie ihre Denkfähigkeit; durch diese Selbstblockade wird sie zum dummen Weibchen, das er belehren kann (Ibsen schildert das in "Nora. Ein Puppenheim".) So wird Kassandras Tragödie zu einer inneren Blockade: während die mythische Gestalt weiter sah als die Männer um sie, ihr aber keiner glaubte, glaubt sich die moderne Cassandra selbst nicht, dass sie jemals weiter sehen könnte als ihr Partner.

13. Durch die gesteigerten Möglichkeiten der Phantasietätigkeit ist auch die Fähigkeit der Hochbegabten beeinträchtigt, sich einen Kinderwunsch zu erfüllen. Die durchschnittlich Begabte

wird schwanger werden, weil das einfach zum Leben gehört und das alle Frauen tun. Sie wird die entstehenden Probleme nacheinander anpacken - die Geburtsvorbereitung, das Stillen, die Beziehung mit einem zögernden Partner, die Erziehung des Kindes. Die Hochbegabte hingegen stellt sich das ganze Leben ihres Kindes vor, imaginiert die möglichen Probleme, die ihr Partner mit ihr und sie mit ihrem Partner haben wird - und verzagt vor den sich auftürmenden Schwierigkeiten. Sie findet keinen Partner, der bereit ist, sie in diese komplexe innere Anforderungswelt zu begleiten und sie zu entlasten. Ist sie schwanger, fürchtet sie sich vor ihren Phantasien, was da alles auf sie zu kommt und zu tun ist, so sehr, dass sie sich zu einem Abbruch entscheidet. Die hochbegabte Frau drangsaliert einen unentschlossenen Partner so lange, bis er sich gegen das Kind entscheidet, während die Durchschnittsfrau daran glauben kann, dass er sich über das Baby freuen wird, wenn es erst einmal da ist, weil das schliesslich normal ist.

14. Um den Ängsten vor Isolation zu begegnen, die durch das Gefühl geweckt werden, anders zu sein als die anderen, versteckt die Hochbegabte ihre Begabung. Sie fürchtet sich davor, ihre geistige Überlegenheit exhibitionistisch einzusetzen, sie sich selbst und anderen zu beweisen, sie zu veröffentlichen. Sie malt und versteckt ihre Bilder, sie schreibt einen Aufsatz und ist froh, wenn ihr Chef, der keine Zeile verfasst hat, im Titel vor ihrem Namen steht, sie sucht in ihrer Dissertation bei jedem eigenen Gedanken nach einer Quelle, die ihn tarnen kann. Ähnlich geht sie mit ihrem Platz in einer Hierarchie um. Sie will keine Karriere machen, sie langweilt sich lieber in Konferenzen, statt selbst die Leitung zu übernehmen, sie erkennt genau die Defizite der Professoren, fühlt sich aber ganz und gar nicht in der Lage, selbst ein Seminar zu leiten.

15. Die Hochbegabte gerät in die Zwickmühle der projizierten Kritik. Sie selbst fürchtet sich, aufzufallen. Aber sie erkennt scharfsichtig, wie dreist andere ihre Mangelhaftigkeit aufblasen und Geltung für etwas beanspruchen, was sie selbst längst besser könnte. So sitzt sie hoch kritisch und feindselig im Publikum. Wird ihr nun aber der Platz auf dem Podium angeboten, imaginiert sie sich ein Publikum aus Personen wie sie selbst ist: Extrem kritisch, mit nichts zufrieden. Wenig Wunder, dass sie vor diesem Publikum zittert und fürchtet, zerfleischt zu werden.

16. Wer die Grenze seiner eigenen geistigen Leistungsfähigkeit nicht zu weit ins Ungewisse verschieben kann, hat es viel leichter, ein angemessenes Verhältnis zwischen Arbeit und Erholung zu finden. Er handelt im Einklang mit dem Vorbild seiner Umwelt, er wird nicht schneller fertig und braucht nicht erheblich länger. Deshalb schreibt er sich nach seiner Anstrengung auch ein Recht auf angemessene Entspannung zu. Für die Hochbegabte ist es hingegen nie klar, ob sie sich genügend angestrengt hat. Da sie sich nicht an der Durchschnittsnorm orientieren kann, orientiert sie sich an der Erschöpfung: sie darf erst dann aufhören, wenn sie wirklich nicht mehr kann. In extremen Fällen kann sich die Hochbegabte nur erholen, indem sie psychosomatische Symptome produziert, z.B. einen Migräneanfall, der sie dazu verurteilt, tagelang im abgedunkelten Zimmer zu liegen.

17. Viele Hochbegabte greifen zu künstlichen Mitteln, ihre Ängste vor Kontaktverlust durch eine zu weite Entfernung von ihren Mitmenschen zu konkretisieren und/oder zu betäuben. Wer sich jeden Abend betrinkt, kann nicht nur einen kritischen Geist lähmen, der in alle möglichen Richtungen Phantasien ausschickt und Ängste vor Isolation vertieft, er ist auch endlich nicht mehr klüger als andere, er ist wie sie, er ist geborgen. Durch die narzisstische Einengung z.B. auf das Essen (Anorexie, Bulimie) oder auf Drogen kann endlich die Empfindung, anders zu sein, gestaltet werden: Ich habe eine Essstörung, ich bin ein Junkie, ich weiss endlich, was mir fehlt, um normal zu sein, was mich von den anderen kritisch entfernt und an ihnen langweilt.

18. Die menschliche Psyche ist auf Spiegelung angewiesen, um sich zu entwickeln. Das beste Spiegelbild entsteht, wenn der Spiegel und die in ihm gespiegelte Person ungefähr gleich gross sind. Während ein grosser Spiegel auch eine kleine Gestalt gut abbilden kann, gelingt das einem kleinen Spiegel mit einer grossen Gestalt nicht. Er muss diese entweder verkleinern, wobei sie notgedrungen verzerrt wird. Oder aber er muss sie fragmentieren, wodurch ihre Ganzheit verloren geht. Shakespeare hat in Hamlets Gespräch mit Rosenkranz und Gildenstern diesen Aspekt in die Metapher des Musikinstrumentes gekleidet. Der Prinz bemerkt, dass ihn die geistig ihm weit unterlegenen Höflinge auf ihr eigenes Mass reduzieren wollen. Er fragt einen von ihnen, ob er die Flöte spielen könne, die er einem Musikanten aus der Hand nimmt. Nein, er könne es nicht, er habe diese Kunst nicht gelernt. Wie einfach ist eine solche Flöte, sagt nun Hamlet, verglichen mit dem menschlichen Geist - und wie anmassend der Gedanke, auf ihm spielen zu können. "Ihr könnt mich nur verstimmen, spielen könnt ihr mich nicht" - diese Aussage betrifft einen wichtigen Aspekt des Umweltbezugs der Hochbegabten, aber auch eine wichtige Quelle seiner Verletzungen.

19. Hochbegabte werden sehr oft falsch eingeschätzt, weil sie gegen solche Fragmentierungen oder Verzerrungen ihrer Person Abwehrstrategien entwickelt haben. Das führt ihre Umwelt dazu, sie für verschlossen, abweisend, hochmütig oder schrullig zu halten. Wer es leicht hat, sich in anderen zu spiegeln, hat es auch viel leichter, Charme zu entwickeln und mühelos auf andere zuzugehen, weil er immer wieder erlebt hat, dass diese gerade so sind wie er. Dem Hochbegabten gelingt das oft nicht. Er hat immer wieder andere verletzt oder ist selbst verletzt worden, es gab Missverständnisse, die ihn dazu gebracht haben, eine Maske aufzusetzen, die ihn ebenso beengt wie schützt. Die beschriebenen "multiplen Persönlichkeiten" stehen dieser Strategie ebenso nahe wie die bei modernen Roman- und Comic-Helden beliebte doppelte Identität. Der Hilfslehrer und Ex-Sträfling Karl May kann sich in den Wüsten Arabiens als Kara Ben Nemis entfalten, in den Prärien des wilden Westens als Old Shatterhand; in Europa findet er keinen für sein Selbstgefühl sicheren Platz.

“Jedesmal, wenn ich mit wem zusammenkomme, merke ich, dass der Neue von einem Antrieb, den er gar nicht zu analysieren braucht, zunächst veranlasst wird, mich zu unterschätzen“, schreibt Sigmund Freud in einem Brief an seine Verlobte.¹

20. Die Gefahren der Hochbegabung für das Selbstgefühl wachsen mit der Freisetzung und Individualisierung in einer Gesellschaft, mit den Anforderungen an die Individuen, sich ihre eigenen Werte, ihre eigene Identität aus einem multikulturellen Dschungel zu basteln. Solange eine Tradition, ein Stil, eine Glaubensform dominieren, ist es für den Begabten erheblich leichter, sich einzuordnen und Arbeitsdisziplin zu entwickeln. Das Selbstgefühl eines Hochbegabten, der sich als freier Künstler auf dem Markt durchsetzen soll, ist mehr gefährdet als das eines Hochbegabten, der in einer Werkstatt arbeitet und einen Auftraggeber hat. Die kulturelle Vorstellung, dass alle Begabungen von Gott gegeben sind und als eine solche Gabe auch Respekt verdienen, hat wertvolle, sozial stützende Qualitäten, die heute nicht mehr vorhanden sind. Der Hochbegabte muss mit Unverständnis und Neid rechnen; er ist nicht vor eigenen, unangemessenen Grössenphantasien geschützt.

¹ E.L.Freud, Hrsg., Brautbriefe, Frankfurt 1968, S.122