

Schlauer schlau

COACHING VON HOCHBEGABTEN

Am 18. September 2010 ist der Tag der Intelligenz. Deutschlandweit veranstaltet der Hochbegabten-Verein Mensa Veranstaltungen, zum Beispiel IQ-Tests. Viele der Mensa-Mitglieder teilen nicht nur ihre Leidenschaft für Komplexes, sondern haben auch im Job wie im Privaten ähnliche Hürden zu überwinden. Dabei werden sie von Coachs unterstützt, die sich auf die Arbeit mit den klügsten Köpfen spezialisiert haben. Ein Einblick in ein außergewöhnliches Feld der Beratungsarbeit.



Foto: imagesource

Preview: ► Zu schnell gesagt, zu viel gemacht: Warum Hochbegabte im Unternehmen oft anecken
 ► Intuition schlägt Verstand: Warum Hochbegabte oft erst lernen müssen, auf ihre Emotionen zu hören
 ► Die Grechtenfrage: Können Nichthochbegabte Hochbegabte coachen?
 ► Mehr wahrnehmen: Das Hochbegabten-Phänomen der Hypersensibilität
 ► Paradoxe Interventionen: Welche Coaching-Methoden Erfolg versprechen und welche nicht

■ Auf vertraute Gesichter stößt Ursel Etzel überall. Da ist der Kollege, den sie vor sieben Jahren auf einer juristischen Fortbildungsveranstaltung kennengelernt hatte. Dort der Smalltalkpartner eines Empfangs vor zwei Jahren. Und da der Verkäufer, der ihr vergangene Woche zu der neuen Jacke geraten hatte. Doch ihre Wiedersehensfreude wird oft nicht erwidert: „Sie sehen durch mich hindurch, grüßen nur zögerlich zurück. Sie

erinnern sich einfach nicht an mich“, erzählt die Hamburger Juristin. Daran hatte sie früher ziemlich zu knabbern. Denn sie glaubte: „Die Menschen finden mich nicht interessant, ich bin langweilig, deshalb bleibe ich ihnen nicht im Gedächtnis.“

Mittlerweile weiß sie es besser. 2007, mit 46 Jahren, machte sie einen speziellen Intelligenztest. Ein Freund brachte sie darauf. Dessen Sohn wurde als hochbegabt diagnostiziert, und er, mit den Symptomen für außergewöhnliche Intelligenz nun bestens vertraut, diagnostizierte eine Hochbegabung bei seiner Freundin Uschi. Er sollte Recht behalten. Etzels Testergebnis bescheinigte ihr einen IQ von über 130, was die Grenze ist, die die Wissenschaft zwischen klugen Köpfen und besonders klugen Köpfen, den Hochbegabten, gezogen hat. In allen abgeklöpften Intelligenzbereichen erzielte Etzel

hohe Werte, in dreien das Maximum, darunter: Merkfähigkeit. „Damit hatte ich eine neue, plausible Erklärung, warum ich mich sehr genau an Personen erinnere, diese sich aber nicht an mich“, sagt Etzel. „Das war eine große Erleichterung.“

Etzel ist eine von rund 1,8 Millionen Hochbegabten in Deutschland. Die Zahl ergibt sich aus der Grundannahme der Intelligenzforschung, dass Intelligenz normalverteilt ist, sich also an den Verlauf der berühmten Gauß'schen Glocke hält. Demnach kommt die durchschnittliche Begabung – also ein IQ-Wert von 100 – am häufigsten vor, nach links und rechts fällt die Häufigkeitskurve stetig ab. Fast ganz rechts am Rand finden sich die etwas über zwei Prozent Hochbegabten, daneben nur noch die Höchstbegabten mit einem IQ von über 145, die Einsteins, Freuds, Hawkins, zu denen –



Den Beitrag gibt es auch zum Hören. Er kann unter www.managerSeminare.de/podcast als Audiodatei heruntergeladen werden.

Selbsttest: Bin ich hochbegabt?

Intelligenz-Tests, mit denen Hochbegabung nachgewiesen werden kann, sind recht komplex und dauern in der Regel ein bis zwei Stunden. Mit der folgenden Merkmalsabfrage lässt sich die Intelligenz zwar nicht bestimmen, gleichsam ist sie aber ein recht guter Seismograph dafür, ob eine Hochbegabung vorliegt oder nicht. Kreuzen Sie bitte die Aussagen an, die auf Sie zutreffen.

1. Informationen aufnehmen

- Ich habe bereits vor dem Schuleintritt lesen gelernt.
- Ich bin extrem neugierig.
- Ich habe schon immer Computer und Internet intensiv genutzt.
- In fremden Umgebungen stechen mir viele Details ins Auge, an die ich mich auch gut erinnern kann.
- Mich interessieren sehr viele Themen, ich habe mehrere Hobbys.
- Ich beobachte gerne andere Personen und interpretiere ihr Verhalten.

2. Informationen verarbeiten

- Ich habe ein gutes Gespür für Gefühle, nehme mir aber vieles oft zu sehr zu Herzen.
- Ich bin dafür bekannt, um die Ecke zu denken und ungewohnte Wege zu gehen.
- Ich hatte im Vergleich zu anderen meiner Altersgruppe immer einen deutlich größeren Wortschatz.
- Zusammenhänge werden mir oft schneller deutlich als anderen.
- Schon als Kind habe ich mir oft ein eigenes Urteil gebildet.
- Ich konnte schon immer gut abstrahieren und Analogien bilden.
- Schon als Kind interessierte ich mich für typische Erwachsenenthemen wie Religion, Politik, Gerechtigkeit und Philosophie.
- Ich ordne und sortiere gerne Dinge.
- Ich neige zu Perfektionismus.
- Mir fällt es leicht, Sprachen zu erlernen.
- Konzentrationsfähigkeit gehört zu meinen Stärken.

Als Kind habe ich immer gerne gerechnet und mich schon sehr früh für Zahlen interessiert.

Ich bin ein kreativer Mensch.

3. Informationen speichern

- Ich kann mir Dinge gut merken.
- Ich erinnere mich an weit zurückliegende Ereignisse, sogar an einige aus meinem dritten Lebensjahr.
- Ich lerne schnell.

4. Informationen abgeben

- Ich habe früh Sprechen gelernt.
- Ich hatte in der Grundschule sehr gute Noten
- Ich bin als Kind/Jugendlicher aus eigener Initiative Vereinen beigetreten.
- Ich bin extrem entscheidungsfreudig.
- Selbstironie ist mir nicht fremd.
- Ich treibe meine berufliche Karriere mit Umsicht und Zielstrebigkeit voran.
- Ich bin sehr ehrgeizig.
- Als Kind/Jugendlicher habe ich Tagebuch geführt oder Gedichte geschrieben.
- Schon als Kind fiel es mir leicht, Kompromisse auszuhandeln.
- Ich hatte als Kind oft ältere Freunde.
- Ich bin ungeduldig.



Der Testentwickler: Dr. Jürgen vom Scheidt forscht seit 15 Jahren zum Thema Hochbegabung. Eine Praxis als klinischer Psychologe führt er seit 1971. Dort unterstützt er u.a. hochbegabte Menschen darin, verborgene Talente und Leidenschaften zu entdecken und zu entwickeln. Kontakt: jvs@hyperwriting.de

Auswertung

Addieren Sie bitte Ihre Kreuze.

► 8 bis 11 Punkte:

Es deutet einiges darauf hin, dass Sie hochbegabt sind.

► 12 bis 22 Punkte:

Es gibt eine Fülle von Hinweisen darauf, dass Sie einen IQ von mehr als 130 haben.

► 23 bis 33 Punkte:

Sie sind mit sehr großer Wahrscheinlichkeit hochbegabt.

zumindest rechnerisch – 13 Promille der Bevölkerung zählen.

Dass ihr Hirn auf Hochtouren den Hoch- und Höchstbegabten in vielen Jobs viele Vorteile bringt, liegt auf der Hand. Manchmal kann es aber auch zum Hindernis werden, tatsächlich ecken die überdurchschnittlich Begabten sogar überdurchschnittlich oft an. Die Beratung von Hochbegabten scheint mithin ein lohnendes Geschäft, auf das sich in Deutschland allerdings erst gut ein Dutzend Coachs spezialisiert hat. Zu diesen gehört auch der Bremer Heinz-Detlef Scheer. Der Psychologe berichtet von einer Klientin, die trotz beziehungsweise gerade wegen ihrer überdurchschnittlichen Intelligenz immer wieder in die gleiche Falle tappte. In eine der typischen, wie Scheer sagt, Hochbegabten-Fallen.

Im Rausch des Ratio: Klassische Hochbegabten-Fallen

Die Ärztin hatte gerade den vierten Job in fünf Jahren angetreten. Und auch der stand bereits auf der Kippe. Denn während der Visite war es ihr schon wieder passiert. Der Chefarzt diagnostizierte, ihr fiel ein Fehler auf, die Berichtigung platzte sofort aus ihr heraus. „Dass sie ihren Vorgesetzten damit vor versammelter Mannschaft bloßstellte, war ihr natürlich bewusst“, erzählt Scheer, „leider fiel ihr das immer erst die berühmte Sekunde zu spät ein.“ Im Coaching-Gespräch entschloss sich die Ärztin, die Flucht nach vorne anzutreten. Sie suchte das Gespräch mit dem Chefarzt, erzählte von ihrer Hochbegabung, davon, dass ihr Wissen immer einmal wieder zu unpassender Zeit unkontrolliert aus ihr herausprudelt, und bat ihn um Unterstützung: „Damit hatte sie ihn nicht nur besänftigt, sondern sogar als Unterstützer gewonnen“, schildert Scheer.



„Auch auf ihre Gefühle und nicht nur auf ihren Verstand zu hören, fällt vielen Hochbegabten schwer.“

Anne Piegsda, Hochbegabten-Coach in Frankfurt.
Kontakt: ap@hochbegabte-erwachsene.com

Überhaupt ist es nach Erfahrung des Coachs ratsam, mit der eigenen Hochbegabung nicht hinterm Berg zu halten. Andernfalls ziehen die Kollegen und Vorgesetzten leicht falsche Schlüsse. „Hochbegabte sind häufig hochmotiviert – und zwar intrinsisch“, sagt Psychologe Scheer. Sie analysieren Abläufe, perfektionieren Prozesse und knacken die komplexesten Nüsse – weil es ihnen Freude macht. Wissen Kollegen und Vorgesetzte nichts von der geistigen Besonderheit des Betroffenen, vermuteten sie schnell extremen Ehrgeiz hinter dem Elan, fühlen sich bedroht und legen dem vermeintlichen Konkurrenten Steine in den Weg. „Ich kenne Fälle, in denen Kollegen dem Hochbegabten gefälschte Daten zugeschoben, Dateien auf seinem Rechner gelöscht oder ihm Akten geklaut haben“, erzählt Coach Scheer.

Aber nicht immer stößt das Bekenntnis zur Hochbegabung auf Verständnis. Denn das Attribut Arroganz haftet den besonders Klugen ebenso an wie den besonders Schönen. Wie jedes Vorurteil resultiert auch dieses vor allem aus Unwissenheit. Lange Zeit wurde das Thema von der Psychologie nahezu gar nicht behandelt, erst seit den 80er

Jahren rückt es langsam in den Fokus der Forschung. Bis es im allgemeinen Alltagsverständnis angekommen ist, wird es aber wohl noch dauern.

Einen kleinen Beitrag, um diesen Prozess zu beschleunigen, leistet Anne Piegsda. Die hochbegabte Coachfrau hat eine pragmatische Sicht auf das Thema Hochbegabung, die sie auch ihren Klienten vermittelt. „Mit einer deutlich überdurchschnittlichen Begabung verhält es sich genau so wie mit einer deutlich überdurchschnittlichen Körpergröße“, sagt sie. „Wer über über zwei Meter groß ist, braucht zwar keine Leiter, wenn er ein Buch aus dem obersten Regal nimmt, dafür aber einen anderen Autositz, andere Kleidung und ein anderes Bett.“ Und was Hochbegabte ihrer Meinung nach unbedingt brauchen: ein etwas anders ausgerichtetes Coaching.

Der Verstand ist eine Hure

Anne Piegsda erwischt ihre Klienten gerne auf dem falschen Fuß. Wenn sie deren Lebens- und Umfeldsituation abklopft, fragt sie nämlich nicht nach Fakten, sondern nach

Gefühlen. Und wenn über Kollegen des Coachees gesprochen wird, fragt sie nicht nach deren Funktion im Organigramm, sondern nach deren Stimme, Gang, Wirkung. Sie spricht die Intuition und nicht den Intellekt an. Letzteren nutzen ihre Klienten ohnehin zumeist über Gebühr. „Das ist wie bei einem Handwerker, der ein besonders gutes Werkzeug hat“, sagt die Coachfrau, „er wendet es ständig an und verlernt dabei den Umgang mit seinen anderen Werkzeugen.“ Nach Meinung Piegdsas ist die Intuition aber – das will sie ihren Coachees vermitteln – die viel verlässlichere Beurteilungsinstanz. Die deutliche wie deftige Metapher, die sie gerne nutzt: „Das Gefühl lässt sich nicht betrügen und betrügt auch nicht. Der Verstand hingegen ist eine Hure, er legt sich mit jedem Gedanken ins Bett.“

Auf jeden Fall ist er aber – um im Bild zu bleiben – ein guter Verführer, wie auch Rechtsanwältin Ursel Etzel erfahren musste. „Wenn Mandanten mit einem Fall kamen, der für mich eine intellektuelle Herausforderung bedeutete, war ich sofort Feuer und Flamme“, erzählt sie. „Ich arbeitete an der Lösung, ohne vorher ein angemessenes Honorar auszuhandeln.“ Am Ende verlangte sie dann meist nur das gesetzliche Mindesthonorar, „weil ich beschämt darüber war, dass ich das Ergebnis nicht von vornherein wusste.“ Irgendwann wurde Etzel dann bewusst, dass sie viel weniger Geld verdiente als ihre Kollegen. Das Problem

„Einfache oder scheinbar platte Methodiken werten Hochbegabte leicht als Zeichen für mangelnde Kompetenz des Coachs.“

Heinz-Detlef Scheer, Hochbegabten-Coach in Bremen. Kontakt: ScheerTraining@t-online.de



Foto: Frank Pusch

bearbeitete sie mit einem Hochbegabten-Coach. Am Ende des Coachings stand – wie so oft bei erfolgreichen Beratungsprozessen – eine effektive, weil einfache Einstellungsänderung. „Meine Arbeit ist für den Mandanten wertvoll, auch wenn sie mir leicht fällt – und erst recht, wenn es um komplexe Fragen geht, für deren Lösung ich recherchieren muss. Deshalb achte ich darauf, dass sie angemessen vergütet wird.“

Bisweilen führt ein extremer Intellekt sogar regelrecht in die Irre. „Hochbegabte neigen dazu, sich gedanklich zu verrennen“, erklärt der Münchner Psychologe und Trainer Dr. Jürgen vom Scheidt, der sich – selbst hochbegabt – ganz der Erforschung und

Förderung von außergewöhnlicher Intelligenz verschrieben hat. Das Problem: Wenn ihnen eine These gefällt, fällt es ihnen recht leicht, sie zu verifizieren. „Selbst für die abwegigsten Thesen gelingt es ihnen, irgendwo Belege und gute Argumente zu finden und sie schlüssig erscheinen zu lassen“, sagt vom Scheidt. Plastisch ausgedrückt: Hochbegabte neigen dazu – manchmal bewusst, meistens unbewusst – sich die Welt so zu konstruieren, wie sie ihnen gefällt.

Wer Hochbegabte coacht, sollte selbst hochbegabt sein

Da selbst ein gut ausgebildeter Coach nicht unbedingt vor den argumentativen Verführungskünsten der klügsten Geister geschützt ist, sind sich die meisten Experten – und wohl alle Hochbegabten-Coachs – einig: Wer Hochbegabte coacht, sollte selbst hochbegabt sein. Auch deshalb, so der allgemeine Tenor, weil manche spezifischen Probleme für Nichthochbegabte nur schwer nachzuvollziehen sind. Zum Beispiel jene, die sich aus der Eigenschaft der Hypersensibilität ergeben, die häufig mit der Hochbegabung einhergeht. „Hochsensible Menschen haben ein Nervensystem, das es ihnen ermöglicht, empfindsamer und feiner wahrzunehmen als die meisten anderen“, erklärt Psychologe vom Scheidt.

Ursel Etzel gehört zu dieser Gruppe der Hochbegabten und Hochsensiblen. „Änderungen in der Mimik, Körpersprache, Tonlage – ich sauge Signale förmlich in mich auf“, sagt sie. Ob sie will oder nicht erhascht sie so oft einen Blick hinter den Vorhang aus Höflichkeit, hinter dem viele ihre eigentlichen Gefühle verbergen. Manche Hypersensible empfinden das als sehr belastend, überdurchschnittlich häufig leiden sie unter psychischen und psychosomatischen Erkrankungen.

Service

Literaturtipps

► **Andrea Brackmann: Jenseits der Norm – hochbegabt und hochsensibel.** Klett-Cotta, 5. Auflage, Stuttgart 2008, 22,90 Euro.

Im Gegensatz zu den meisten Ratgebern über Hochbegabung richtet sich das Buch der Psychologin und Verhaltenstherapeutin nicht an Eltern, die bei ihren Kindern ein besonderes Talent vermuten, sondern an Angehörige helfender Berufe – also auch Coachs –, die bei ihrer Arbeit auf extrem intelligente und empfindsame Menschen treffen. Zum einen wird deren Denken, Fühlen und Handeln erläutert. Zum anderen werden anhand zahlreicher Fälle aus der therapeutischen Praxis Interventionen vorgestellt, die in der Arbeit mit Hochbegabten Erfolg versprechen.

► **Jürgen vom Scheidt: Das Drama der Hochbegabten – Zwischen Genie und Leistungsverweigerung.** Piper, 3. Auflage, München 2008, 9,95 Euro.

Der Psychologe und Schreiblehrer Jürgen vom Scheidt beleuchtet das breite Spektrum von Hochbegabung. Angefangen von Wunderkindern über Späterkannte bis hin zu Leistungsverweigerern. Sein besonderes Augenmerk gilt aber den Latenten, deren Talent unter der Oberfläche brodelt und darauf wartet, entdeckt zu werden.

Linktipp

Unter www.mensa.de präsentiert sich die deutsche Sektion des weltweit größten Vereins für hochbegabte Menschen. Mensa bietet einen IQ-Test an, mit dem eine potenzielle Hochbegabung überprüft werden kann. Die Teilnahme kostet 49 Euro, liegt damit deutlich unter den Kosten von Intelligenztests bei Psychologen und Erziehungsberatungsstellen, die sich zumeist in einer Spanne von 200 bis 300 Euro bewegen.

Ein anderer Faktor zerrt an der Psyche von rund zwei Dritteln der Hochbegabten. Auf so groß schätzt nämlich vom Scheidt den Anteil jener, deren besonderes Talent nie ans Licht gekommen ist. „Die Unerkannten sind wie Rennpferde, die in einen Stall gesperrt sind und permanent mit den Hufen scharren“, metaphorisiert der Psychologe. „Die Folge ist eine nagende Unzufriedenheit, die einem das gesamte Leben verhaseln kann.“ Zu Heinz-Detlef Scheer kam einmal eine Klientin, die ihre Hochbegabung erst im Alter von 61 Jahren erkannt hatte. Ihr ebenfalls hochbegabter Enkel hat die pensionierte Lehrerin auf die Idee gebracht, sich testen zu lassen. Extrem hochbegabt, kaum noch messbar, lautete der Befund. Im Beruf hatte sie das Gefühl gehabt, sich permanent am Limit zu bewegen, jetzt war klar, sie bewegte sich immer sehr weit darunter. „Unterforderung ist genauso anstrengend wie Überforderung“, erklärt Scheer.

Coaching-Methodik: Je komplexer, desto besser

Scheer fordert seine Coachees. Seine Methodik ist eine – wie er sagt – konstruktivistisch-systemische. „Mit Wirklichkeiten spielen, Szenarien sezieren, Probleme aus sieben verschiedenen Perspektiven betrachten – auf solch komplexe Interventionen lassen sich Hochbegabte gerne ein.“ Auch Coachfrau Anne Piegsda setzt nicht ausschließlich an der emotionalen Seite ihrer Coachees an, sondern bringt sie – je nach Anliegen – bisweilen dazu, ihren scharfen Verstand zur konstruktiven Problemlösung zu nutzen. Der provokative Ansatz von Frank Farelly ist ihrer Erfahrung nach im Coaching mit Hochbegabten sehr effektiv. Klient: „Das funktioniert so nicht.“ Coach: „Da haben Sie ganz Recht, das kann ja auch gar nicht funktionieren.“ Klient: „Das kann man so nun auch nicht sagen. Was wäre denn, wenn ...“

Interventionen, die Piegsdas Erfahrung nach hingegen gar nicht funktionieren, sind all jene, die mit Schwarz-Weiß-Kategorien arbeiten. „Stärken-Schwächen-Analysen sind ungeeignet“, sagt sie, „denn zu jeder Schwäche fallen dem Coachee sofort vier Gründe ein, warum diese gleichzeitig auch eine Stärke ist – und umgekehrt.“ Heinz-Detlef Scheer sieht darin ein grundsätzliches Muster: „Einfache oder scheinbar platte Methodiken lehnen Hochbegabte zumeist ab, leicht werten sie sie als Zeichen für mangelnde Kompetenz des Coachs.“ Einige der Hochbegabten, die zu ihm kommen, haben vorab schon – wie er es ausdrückt – vier, fünf Coachs verschlissen.

Psychologe Jürgen vom Scheidt rät Hochbegabten ohnehin zum Selbstcoaching. In seinen Seminaren vermittelt er ihnen das seiner Meinung nach dazu beste Handwerkszeug: schriftstellerische Schreibtechnik. „Die Figuren in ihren Geschichten können die Verfasser auf ihre eigene Spur führen. Sie leben ihnen ihre Wünsche und Werte vor“, sagt vom Scheidt, „und zeigen ihnen manchmal auch Möglichkeiten zur Bewältigung aktueller Herausforderungen.“ Ihm wurde von Figuren berichtet, die sich dabei derart einfallsreich zeigten, dass selbst ihre hochbegabten Schöpfer über sie staunten.