

Merkmale der Hochbegabung bei Erwachsenen

Bildung

Äußere Anzeichen für eine Hochbegabung können sein: ein abgeschlossenes Hochschulstudium, eine Promotion (sie zählt in vielen Studien als Indiz für einen IQ über 130), sehr gute Abschlussnoten (es gibt aber auch Hochbegabte ohne Schulabschluss bzw. ohne abgeschlossene Ausbildung)

Denken und Lernen

- Schnelle Auffassungsgabe, schnelles Erkennen von Zusammenhängen
- Fähigkeit, verschiedene Perspektiven einzunehmen
- Schnelles Lerntempo
- Manchmal ein sehr gutes und weit zurückreichendes Gedächtnis
- Bevorzugtes Arbeiten und Lernen aus Eigenmotivation, an selbst gewählten Aufgaben bzw. zu selbst gewählten Themen mit Phasen der Versunkenheit und Verlust des Zeitgefühls
- Eine Vielzahl mit Leichtigkeit erworbener Fähigkeiten
- Originalität der Lösungsideen, Kreativität, Erfindungsreichtum
- Freude am eigenständigen Weiterentwickeln von Gedanken
- Schwierigkeiten bei einfachen Aufgaben, komplizierten Aufgaben werden mit Leichtigkeit gelöst
- Vorseilendes Denken, Ungeduld und Langeweile, Ablenkbarkeit
- hohes Sprechtempo

Persönlichkeit, Verhalten, Umgang mit sich selbst und mit anderen Menschen

- Vielschichtige, manchmal widersprüchliche Persönlichkeit
- Häufig: Grundsätzliche Selbstwirksamkeitserwartung „Ich krieg das schon hin!“
- Dennoch auch häufig Zweifel an den eigenen Fähigkeiten, der eigenen Person, den gesetzten Zielen, auch an der eigenen Intelligenz (Fokus auf das, was man *nicht* kann und *nicht* weiß) – manchmal im Wechsel mit Selbstüberschätzung
- Perfektionismus: überhöhte Erwartungen an sich selbst und andere
- Absurder Humor/Fähigkeit zur Selbstironie
- Starkes Einfühlungsvermögen/hohes Mitgefühl
- Fähigkeit zur Selbstexploration
- Häufig nicht fähig zu Small Talk/Neigung zu Monologen/in der Begegnung mit intellektuell ähnlich Begabten: häufig schneller Einstieg in tiefe Gespräche

- Oft intuitive Wahl ebenfalls hochbegabter Freunde/Partner (Hochbegabte erkennen einander sehr oft, entwickeln sozusagen einen „Riecher“ dafür, wer ihnen „das Wasser reichen“ kann)
- Hohe Ansprüche an Freundschaften und Beziehungen
- Oft ausgeprägter „Charme“, der leichte und intensive Kontakte zu Fremden ermöglicht; dennoch immer wieder Phasen der Einsamkeit/des Rückzugs
- Häufig eine gesteigerte Sensibilität/hohe Reizempfindlichkeit: Lärm, Gerüche, Berührungen, Schmerz, visuelle Eindrücke und Stimmungen werden ungewöhnlich intensiv wahrgenommen und verarbeitet
- Starke Emotionen, Dünnhäutigkeit, Gefühlsausbrüche, Stimmungsschwankungen
- Hinterfragen von Autoritäten und Hierarchien, Nonkonformismus, nachdrückliches Vertreten persönlicher Meinungen
- Sich falsch fühlen in dieser Welt, „wie von einem anderen Stern“
- Schon früh die Sorge entwickeln, die eigene Lebenszeit könne zu kurz sein, um geplante Werke und Aufgaben zu vollenden
- Schnelles Aufgeben von dem, was nicht auf Anhieb gelingt (da in der Kindheit und Jugend die Erfahrung vorherrschte, dass einem „alles zufällt“)
- Häufig hohe Eigenverantwortlichkeit, oft aber auch Kompromisslosigkeit und Uneinsichtigkeit

Interessen und Werte

- Vielseitige Interessen und Abneigung gegen Wiederholung
- Kreatives, künstlerisches Potenzial
- Aufgrund der vielen Interessen, Talente und Perspektiven: Schwierigkeiten bei der Meinungsbildung und Entscheidungsfindung
- Häufiges Lesen, intensive Nutzung des Internets (z. B. für Recherchen)
- Großer Freiheitsdrang
- Große Bedeutung bestimmter Ideale und Werte

Arbeit und Beruf

- Hoher Ehrgeiz beim Verfolgen von Zielen oder auch Frustration wegen der Unfähigkeit, sich für ein Ziel zu entscheiden
- Starke Abhängigkeit des Lebensgrundgefühls von der Umsetzung der eigenen Begabungen und Werte
- Manchmal mehrere Brüche in der Bildungs- und Berufsbiographie
- Hohe Ansprüche an den Job und an Vorgesetzte
- Tendenz zur Selbstständigkeit
- Häufig wird beruflicher Erfolg erlangt, das Berufsleben ist aber nicht selten von Unzufriedenheit und wiederkehrenden Problemen. Mögliche Gründe können sein:

- Verbesserungsvorschläge und kritischen Anmerkungen äußern, ungewöhnlichen Arbeitsmethoden und vorausseilendes Denken (stößt womöglich auf Ablehnung bei Vorgesetzten und Kollegen)
- eigenen Fehler und Unzulänglichkeiten werden stärker gewichtet als die Erfolgserlebnisse
- Der Job wird als zu wenig „weltbewegend“ empfunden
- Oftmals ausgeprägte Abneigung gegen Routinetätigkeiten
- Kreative Ideen, werden aber häufig nicht umgesetzt
- Manchmal Unfähigkeit zur Teamarbeit

Weitere Hinweise auf eine Hochbegabung

- ein eigenes Kind ist hochbegabt

Wenn Sie beim Lesen der Checkliste eine große Übereinstimmung mit eigenen Erfahrungen festgestellt haben, spricht viel dafür, dass Sie selbst hochbegabt sind. Mit einer professionellen Begabungsdiagnostik können wir gemeinsam klären, ob eine Hochbegabung bei Ihnen vorliegt.