

Gestreift



Dr. Nicole Schneider

Ich bin ... ja, was bin ich denn? Eine kluge Französin, die sich mit Leuten wie uns ziemlich gut auskennt, nennt uns Zebras.

Wieso Zebras? Zebras fallen in einer Herde von Pferden durch ihr Muster auf. Inzwischen kenne ich zahlreiche Zebras, mit ihnen komme ich mir weniger ungewöhnlich vor und es ist leichter mit ihnen zu reden, da sie ähnlich denken. Ähnlich, nicht gleich. Denn so wie jedes Zebra ein eigenes Muster hat, genau wie der Fingerabdruck eines Menschen, so sind auch wir untereinander völlig unterschiedlich. Und nichtsdestotrotz bin ich mit sehr vielen Menschen befreundet, die keine Zebras sind.

Anders, was heißt nun anders? Also viele Zebras merken in ihrem vierten oder fünften Lebensjahr, im Kindergarten erstmals, dass sie nicht so sind wie die anderen Kinder. Zwar die gleichen Spiele spielen, aber oft auf eine ihnen eigene Art und Weise. Ich habe immer wissen wollen, was in der Natur geschieht und warum. Themen der Erwachsenen wie Umweltverschmutzung finden die meisten Hochbegabten spannend. Sehr viele finden Bücher toll. Einige Zebras können schon sehr früh lesen, andere nicht. Es gibt Zebras, die Zahlen viel wichtiger und schöner finden. Und sich mit dem Lesen und Schreiben schwer tun.



In der Schule hilft das nicht, hier muss man alles lernen. Und manchmal war das zum Beispiel nicht meine Welt, im wahrsten Sinne des Wortes. Zu klein für die älteren Kinder, die einen nicht immer ernst nehmen und zu groß für die Gleichaltrigen, so dass man am liebsten fast oder ganz alleine ist. Oder man versucht so zu tun wie die übrigen Kinder. Auf Dauer ist das anstrengend und man fällt doch als Zebra unter Pferden auf. Irgendwann kommt ein unerwarteter Regenschauer und der ganze Lehm, der die schönen Streifen verdeckt hat, ist weg. Aber es gibt auch eine Reihe Zebras, die es ganz und gar nicht stört sich in - sagen wir - einer Herde Pferde zu bewegen. Im Gegenteil. Sie fühlen sich pudelwohl.

Ich weiß nicht, wie es bei dir ist, aber in meinen ersten Schuljahren wurden die Unterschiede zwischen den anderen und mir deutlicher. Ich kannte die meisten Antworten ohne lange nachzudenken und darum war Schule manchmal einfach langweilig und ich habe im Unterricht ziemlich viel gemalt. Viele der Kinder waren nicht nett zu mir, da ich besser war als sie. Heute weiß ich, dass man Leute wie mich hochbegabt nennt. Ich selbst finde mich nicht hochbegabt. Ich mag es lieber, wenn man mich „HP“ nennt. Das bedeutet, dass man ein hohes Potenzial hat, also möglicherweise wenn alles gut geht – wie bei jedem anderen Menschen auch – eine Menge erreichen kann. Nur der Weg dahin ist ein wenig unterschiedlich im Vergleich zu ungefähr 96 oder 97 von 100 Leuten. Weil es so viele sind, kann man sie Normaldenker, kurz ND oder Linksdenker nennen. Wieso erkläre ich dir ein bißchen später.

Wenn du dieses Buch in den Händen hältst, ist dies wohl so, weil auch du ein HP bist oder sein könntest. Es nicht leicht einem schlaun Kind in deinem Alter zu erklären, was hochbegabt bedeutet.

Die meisten HPs finden sich selbst gar nicht schlaun. Sie verstehen oft nicht, warum kaum einer weiß, was sie meinen. Aber sie glauben nicht, dass es so ist weil sie schlaun sind, denn die meisten Sachen sind für sie ganz einfach und offensichtlich. Außerdem stehen sie gelegentlich auf dem Schlauch. Nicht wirklich wirklich, sondern im übertragenen Sinn. Obwohl sie diese Art von Redewendungen selbst gerne verwenden, verstehen sie häufig genug nicht, wenn eine andere Person es tut. Vieles nehmen sie wortwörtlich. Sie denken anders und können daher einige Fragen im Unterricht nicht verstehen. Sie wissen einfach nicht, was der Lehrer meint.

Wie du sicherlich weißt, gibt es Forscher, die sich mit allen möglichen Themen beschäftigen und versuchen herauszufinden, warum Dinge so funktionieren wie sie es eben tun. Einige von ihnen beschäftigen sich damit, was in unserem Kopf passiert. In unserem Kopf – das ist dir sicher nicht neu – befindet sich das Gehirn. Unser Gehirn besteht aus vielen Bausteinen. Ein Baustein, ein sehr großer, beherbergt das Denken. Ein anderer die Gefühle. Der nächste unsere Bewegungen, das Sehen, Hören, Fühlen, Schmecken.

Alle diese Bausteine bestehen ähnlich wie ein Puzzle aus kleineren Teilchen. Und damit diese Teilchen, Nervenzellen nennt man sie, miteinander reden können, bilden sie ein Netz aus. Durch die Fäden dieses Netzes fließt, ähnlich wie durch die Kabel bei dir zuhause, Strom. Nur sehr viel weniger als nötig ist, um den Fernseher oder das Licht anzumachen.



Die eben erwähnten Forscher haben herausgefunden, dass bei Zebras zunächst einmal mehr von diesen Netzfäden gebildet werden. Dann haben sie herausgefunden, dass bei den meisten Kindern der Baustein, der für das Denken zuständig ist - die Großhirnrinde nennt man den, falls dich das interessiert - bis zum Alter von sieben Jahren sehr dick ist und er anschließend weniger dick wird. Bei HPs wächst diese Rinde erst ab dem Alter von sieben Jahren richtig, bis man elf Jahre alt ist, und dann schrumpelt sie genau wie bei den anderen. Bei uns bleiben die dicksten Kabel bestehen und von denen viele. Ja, und dann haben diese Forscher herausgefunden, dass bei Zebras im Gehirn der Strom anders verteilt ist.



Bei den meisten deiner Freunde ist er hauptsächlich links wirksam, daher Linksdenker. Bei uns halt überall im Kopf und auch mehr vorne. Ein paar Forscher haben das mithilfe eines komplizierten Apparates, eines Kernspintomographen, als Bild dargestellt. Dieser Apparat ist eine sehr große Röhre und mit seiner Hilfe kann man in lebende Menschen hineinschauen. Das Bild unserer Denkmuster sieht ein wenig aus wie ein Tannenbaum.

Wie du selbst bereits gemerkt hast – sonst würdest du den Text nicht lesen oder dir vorlesen lassen – bleibt das Beschriebene nicht ohne Folgen.

Auch du dürftest sehr viel Zeit mit Denken beschäftigt sein, insbesondere abends, wenn du eigentlich schlafen sollst. Gelegentlich wirst du dir auch wünschen nicht soviel zu denken, weil es nervig ist. Viele Zebras können keine Ungerechtigkeit ausstehen und werden sehr zornig, wenn sie selbst oder Menschen in ihrer Umgebung gemein behandelt werden.

Manche Hochbegabte können auch viel besser riechen, hören oder sehen als die Linksdenker. Darum schmecken dir einige Gerichte vielleicht nicht und es ist sehr schwer zu erklären warum. Das ist aber keine Ausrede, um kein Gemüse zu essen!

Es gibt auch einige, die verknüpfen Gerüche oder Zahlen mit Farben. Es ist nicht immer ganz einfach, jemanden zu erklären, warum die Acht blau und die Drei grün ist. Oder welche Farbe auch immer du möglicherweise mit Zahlen oder Wochentagen oder Gefühlen verbindest.

Lästig ist, dass dein Körper viel empfindlicher auf Druck reagiert. Darum ist es sehr wahrscheinlich, dass alle deine Kleidungsstücke bis auf wenige Ausnahmen, die deine Lieblingsstücke sind, zu eng sind, kneifen, jucken, kratzen. Deine Mutter weiß wahrscheinlich gar nicht mehr, was sie dir kaufen und anziehen soll, weil du nichts auf der Haut erträgst.

Du kennst bestimmt Murmeltiere oder Präriehunde, oder? Wenn du diese Tiere kennst, weißt du vielleicht, dass es bei ihnen Wachen gibt. Das bedeutet, dass es immer einige wenige Tiere gibt, die die Umgebung aufmerksam beobachten und schauen, ob keine Gefahr droht und sie haben deswegen immer ein wenig Angst und können sich nicht richtig entspannen. Sie sind wachsamer, aufmerksamer und das wird auch durch mehr Strom im Gehirn verursacht. Eine Art Brummen im Kopf. Das Brummen ist wie bei einigen Radios oder Radioweckern, die an das Stromnetz angeschlossen sind, aber nicht laufen. Das ist nicht bei allen Radios so, vielleicht hältst du einmal dein Ohr an eines, wenn der Stecker in der Steckdose steckt und einmal wenn es nicht angeschlossen ist, um den Unterschied zu hören. Oder wie das Brummen von Flugzeugmotoren vor dem Start, falls du damit eher etwas anfangen kannst.



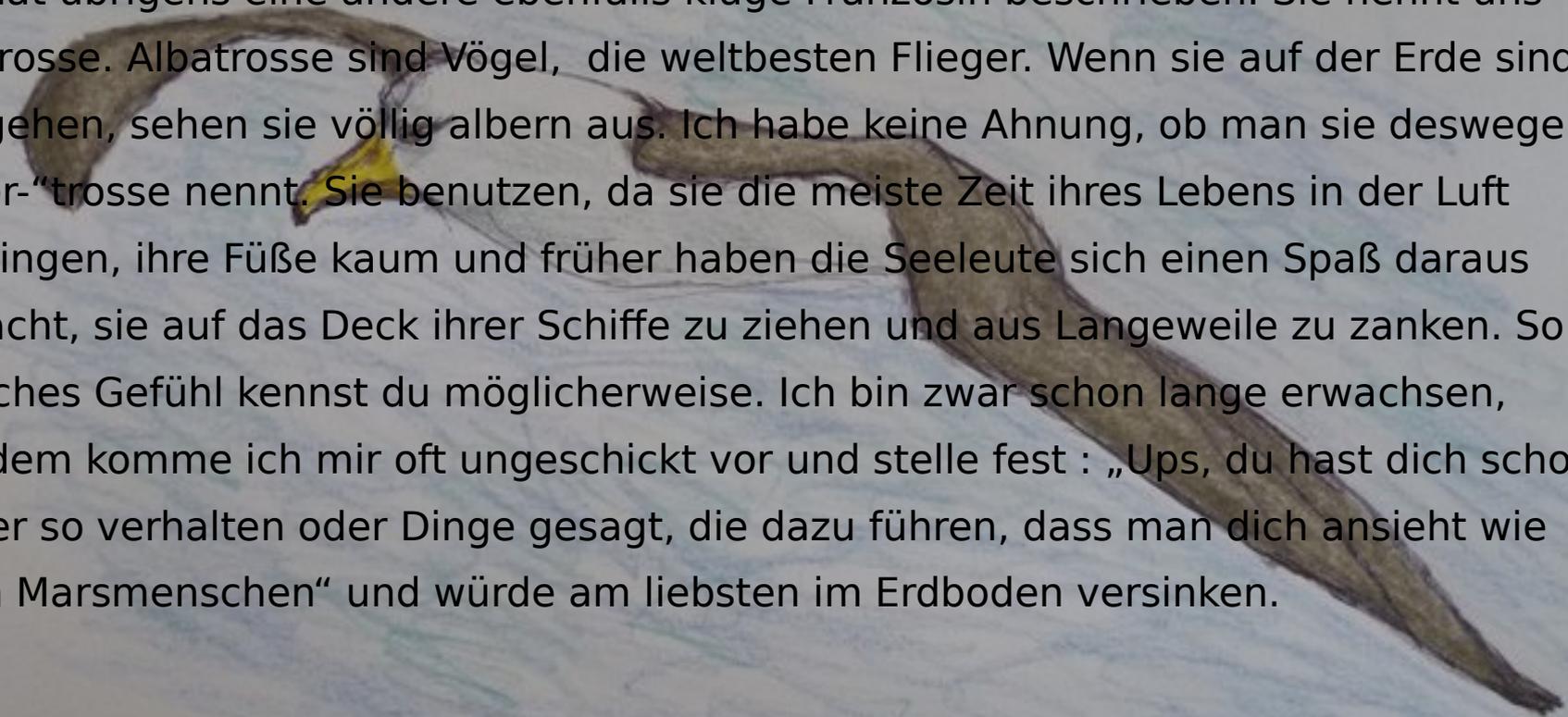
In weiten Teilen unserer Welt lebt man nicht mehr so gefährdet wie die Präriehunde. Darum ist dieses ständige Aufpassen und sich Fürchten sehr anstrengend und kann dazu führen, dass man grundlos Angst bekommt, Alpträume und ähnliches. Es ist für Zebras völlig in Ordnung, dass das so ist. Man kann lernen damit umzugehen. Diese Erklärungen dürften schon einiges zu deiner Erleichterung beitragen. Die angestaute Energie, diesen Strom, kann man gut auf zwei Arten loswerden. Eine Möglichkeit ist, Sport zu machen, zu laufen, zu schreien, Kissen zu hauen. Eine andere ist der Rückzug. Sich in einen stillen Raum zu begeben, sich hinzusetzen, nur zu atmen und Ruhe zu finden. Schwierig durchzusetzen, aber auch wenn dir der Lärm in der Klasse oder auf dem Pausenhof zu laut werden. Fernsehen und Computerspiele helfen dir dabei nicht. Die sind manchmal gut, wenn man etwas durchdenken möchte und die Finger bewegen muss, um sich konzentrieren zu können.

Denn zu viel Ruhe kann einige Zebras beim Lernen stören, einige können nicht lernen, wenn sie alleine sind oder keine Musik hören. Das Gehirn von Hochbegabten setzt sich manchmal nur widerwillig in Bewegung. Bei Fächern und Themen, die du gut findest, dürfte es dir nicht schwer fallen zu lernen. Wiederholungen sind ätzend, Vokabeln für eine andere Sprache lernen auch nicht so toll und du hast bei einigen Fächern sicherlich das Gefühl, dass dein Kopf streikt. Das ist vielleicht auch abhängig davon, ob du meinst, dass du den Lehrer magst und das ist auch davon abhängig, ob du meinst, dass der Lehrer dich mag, oder?

Wenn das so ist, schau nicht einfach aus dem Fenster, zank nicht den Lehrer, sondern sprich mit einem Erwachsenen, dem du vertraust – am besten deinen Eltern, darüber.

Sein Gehirn einzuschalten ist ein bisschen Trainingssache, du kannst aber auch lernen wie ein Normaldenker. Allerdings ist es lästig zu laufen, wenn man fliegen möchte.

Das hat übrigens eine andere ebenfalls kluge Französin beschrieben. Sie nennt uns Albatrosse. Albatrosse sind Vögel, die weltbesten Flieger. Wenn sie auf der Erde sind und gehen, sehen sie völlig albern aus. Ich habe keine Ahnung, ob man sie deswegen „Alber-“trosse nennt. Sie benutzen, da sie die meiste Zeit ihres Lebens in der Luft verbringen, ihre Füße kaum und früher haben die Seeleute sich einen Spaß daraus gemacht, sie auf das Deck ihrer Schiffe zu ziehen und aus Langeweile zu zanken. So ein ähnliches Gefühl kennst du möglicherweise. Ich bin zwar schon lange erwachsen, trotzdem komme ich mir oft ungeschickt vor und stelle fest : „Ups, du hast dich schon wieder so verhalten oder Dinge gesagt, die dazu führen, dass man dich ansieht wie einen Marsmenschen“ und würde am liebsten im Erdboden versinken.



Schauen wir uns erneut an, warum das so ist. Wenn du denkst, hüpfen deine Ideen einen Baum hinauf wie eine Horde Äffchen, die sich alle gleichzeitig von einem Ast zum anderen schwingen können. Deshalb hast du vielleicht bisweilen lustige Ideen im Kopf, die außer dir keiner so recht witzig findet. Denn Normaldenker, und das sind nun mal die meisten, denken wie Indianer auf dem Schleichpfad: Einer nach dem anderen und auf gar keinen Fall nebeneinander. Sprechen und schreiben dauern mir oft zu lange, deshalb spreche ich zu schnell, langweile mich auf Versammlungen und würde mir wünschen, Gedankenübertragung wäre möglich. Das würde Zeit sparen und ich wäre nicht die einzige, die sich über die Bilder in meinem Kopf amüsiert. Vielleicht steckt in dir der Erfinder oder die Erfinderin, der oder die das ermöglichen wird.

Große Ziele sind kein Grund in der Schule alles richtig machen zu müssen. Niemand ist perfekt, Fehler sind erlaubt, aber anstrengen sollte man sich trotzdem. Wenn du in der Schule immer schlechte Noten hast, obwohl du zuhause alles weißt, unterhalte dich mit Mama und Papa darüber, ob es nicht daran liegt, dass du alles richtig machen willst und dann nicht mehr richtig denken kannst sondern sich eine Art Nebel oder Staub in deinem Kopf ausbreitet und dein Gehirn sich anfühlt wie in Watte gepackt. Es könnte dir helfen, wenn du dir vornimmst, zwei oder drei Fehler zu machen.

Probiere es aus oder überlege dir etwas Ähnliches. Manche Zebras, vor allem in deinem Alter, fangen im Unterricht an zu weinen, wenn sie eine Aufgabenstellung nicht verstehen, so sehr, dass sie niemand trösten kann. Nun, das liegt wieder an den am Anfang erwähnten Strom in im Kopf. Wenn der im Denkteil nicht richtig funktioniert, rutscht er hinüber in den Gehirnteil mit den Gefühlen. Wenn man älter wird, baut sich eine Schranke zwischen den beiden auf. Du kannst selbst mithelfen, dass sich diese Schranke bildet. Einfach indem du daran denkst.

Überhaupt, Gefühle. Einige hochbegabte Kinder und sogar Erwachsene versuchen diese wegzuschließen, wenn sie ihnen zu viel werden. Das ist nicht gut, am wenigsten für dich. Du lebst zusammen mit den anderen. Es mag dir helfen, dir vorzustellen, dass du gerade auf einer längeren Reise um die Welt bist. Damit du an dein Ziel kommst, ist es wichtig zu verstehen, wie die Menschen um dich herum sind.

Einige Menschen sind wie Dinosaurier und wollen nicht mal glauben, dass es Zebras, also HPs gibt. Vielleicht ist es so, weil man es uns nicht ansieht.

Andererseits wird es immer wieder Momente und Menschen geben, die dazu führen, dass du dich wohl in deiner Haut fühlst. Von einigen wirst du dich magisch angezogen fühlen und oft wirst du feststellen, dass auch sie Zebras sind.



Bei den Gefühlen kommt noch das ein oder andere hinzu. Ich hatte schon erwähnt, dass die Gefühle im Kopf entstehen und bei dir im Gehirn jede Menge Strom fließt. Das bedeutet, dass du sehr viel mehr Dinge wahrnimmst, siehst, hörst. Wenn es laut ist und du in einer Menschenmenge stehst, kann es sein, dass deine Antennen überlastet sind und dir die Situation zu stressig wird. Versuche ruhig zu bleiben. Gerade wenn es dir in der Schule so ergeht, wird es vorkommen, dass du dich zu Hause nicht mehr kontrollieren kannst und dich mit deinen Geschwistern und Eltern streitest, um Dampf abzulassen.

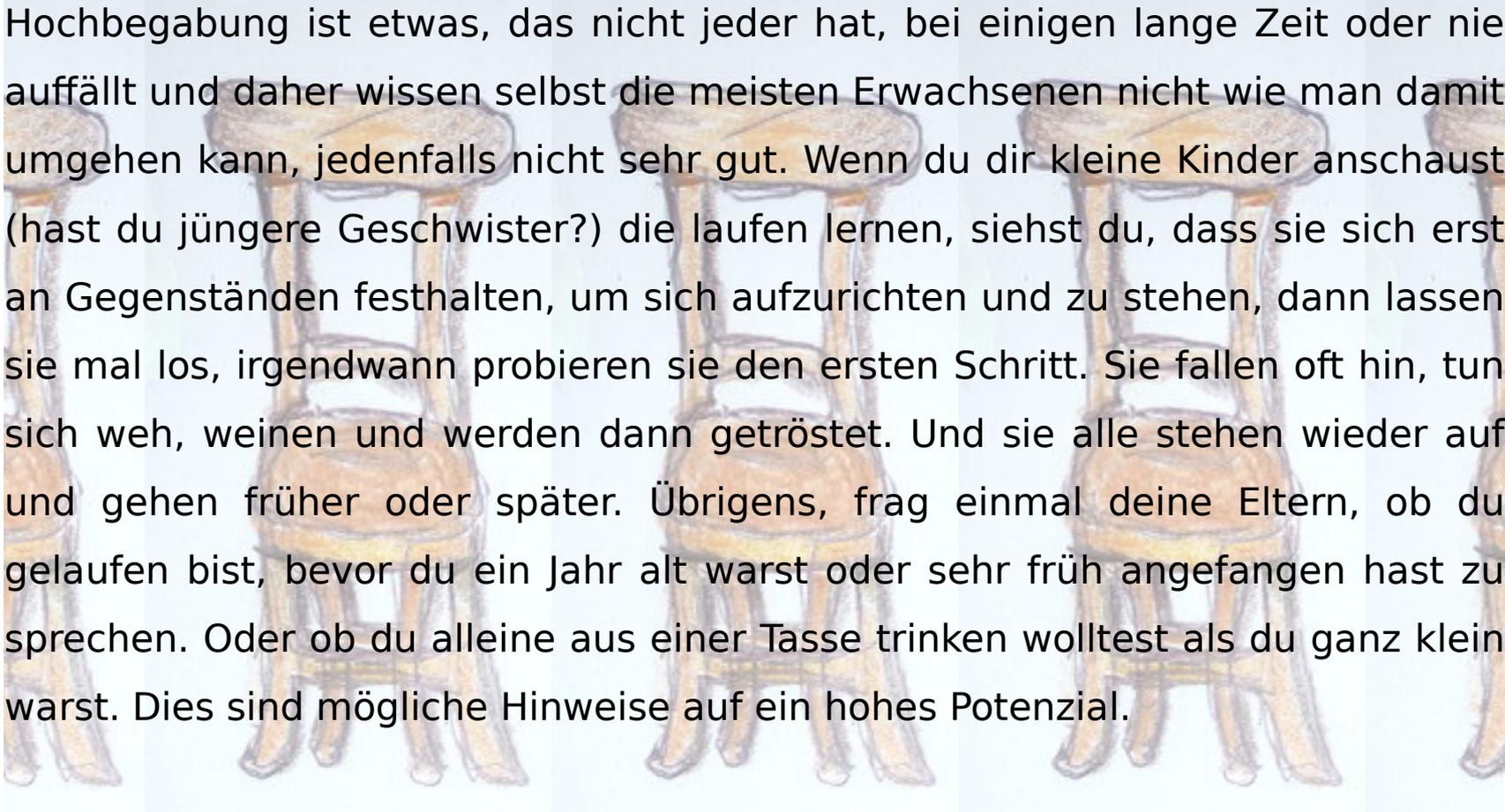
Deine Eltern wissen hoffentlich, dass du es nicht absichtlich tust. Wenn du verunsichert bist und Angst hast, ärgerst du deine Familie möglicherweise, weil du das Gefühl brauchst, dass sie dich lieben und mögen, egal ob du es verdient hast oder nicht; vielleicht auch gerade, weil du das Gefühl hast, es nicht wert zu sein. Darüber sollten sich bei dir daheim alle im Klaren sein. Und falls du ein Zebra bist, kann es gut sein, dass andere Familienmitglieder - deine Eltern, Geschwister, Onkels, Tanten... es ebenfalls sind. Bei ihnen fällt es einfach weniger auf. Oder noch nicht. Oder sind es - und dann kracht es erst recht. Das kann sehr anstrengend sein.

Jedenfalls kann es dir passieren, dass du in einer Minute himmelhochjauchzend und in der nächsten völlig traurig bist. Es reicht oftmals ein klitzekleiner Auslöser. Das ist wie Achterbahn fahren und nicht immer ganz leicht.

Du bist also keinesfalls krank, wie du es geglaubt haben könntest. Einige Zebras tun das nämlich. Sondern du gehörst zu einer Gruppe von Menschen, die ähnliche Eigenschaften haben. Es ist eine Eigenschaft hochbegabt zu sein, genau wie die Augen- oder Haarfarbe. Verwirrend ist wie erwähnt, dass es nicht sofort erkennbar ist.



Du hast wahrscheinlich mitbekommen, dass deine Eltern und Lehrer sich längere Zeit über dich unterhalten und das war dir unheimlich, da du ohnehin viel mehr verstehst als Erwachsenen gemeinhin recht ist. Und auch fühlst, ihre Unsicherheit, Verwirrung oder Freude. Wenn dem so ist, dann bitte sie darum, nicht über dich, sondern mit dir zu reden. Auch wenn du das jetzt nicht glaubst, miteinander zu reden ist sehr wichtig, du musst nicht alles für dich alleine regeln. Erwachsene sind durchaus praktisch, das Zuhören selbst erleichtert, Große kennen Lösungen und einige Ideen wirst du im Gespräch finden. Je mehr ihr redet, desto mehr könnt ihr euch verstehen und helfen.



Hochbegabung ist etwas, das nicht jeder hat, bei einigen lange Zeit oder nie auffällt und daher wissen selbst die meisten Erwachsenen nicht wie man damit umgehen kann, jedenfalls nicht sehr gut. Wenn du dir kleine Kinder anschaust (hast du jüngere Geschwister?) die laufen lernen, siehst du, dass sie sich erst an Gegenständen festhalten, um sich aufzurichten und zu stehen, dann lassen sie mal los, irgendwann probieren sie den ersten Schritt. Sie fallen oft hin, tun sich weh, weinen und werden dann getröstet. Und sie alle stehen wieder auf und gehen früher oder später. Übrigens, frag einmal deine Eltern, ob du gelaufen bist, bevor du ein Jahr alt warst oder sehr früh angefangen hast zu sprechen. Oder ob du alleine aus einer Tasse trinken wolltest als du ganz klein warst. Dies sind mögliche Hinweise auf ein hohes Potenzial.

Zurück zum Hier und Jetzt. Wenn du einen fernlenkbaren Hubschrauber hast, musst du auch zunächst herausfinden welche Knöpfe es gibt und wie sie zu drücken sind, damit der Helikopter nicht abstürzt oder in der Dachrinne landet. Die eigene Hochbegabung zu nutzen ist so ähnlich.

Aber du kannst mir glauben, sofern es dir nicht ohnehin gut geht – es geht nämlich vielen HPs richtig gut - durch deine Empfindsamkeit, deine Gefühle, deine Phantasie und deinen Verstand wird dein Leben sicherlich bunter, aufregender, abenteuerlicher und reicher als du es dir möglicherweise vorstellst.



Literaturverzeichnis:

Monographien:

de Kermadec, Monique: L'adulte surdoué, 2011, éd. Albin Michel

de Kermadec, Monique: Pour que mon enfant réussisse, 2010, éd. Albin Michel

Siaud-Facchin, Jeanne: L'enfant surdoué, 2002, éd. Odile Jacob

Siaud-Facchin, Jeanne: Trop intelligent pour être heureux? L'adulte surdoué, 2008, éd. Odile Jacob

Online:

<http://www.ra-sante.com/enfants-precoces-etude-pour-comprendre-cerveau-haut-potentiel-625974.html>

[konsultiert am 4.4.2016]

<http://www.hochbegabtenhilfe.de/neurobiologische-forschung-zur-hochbegabung/>

[konsultiert am 4.4.2016]