

# Emotionale Intensität hochbegabter Kinder

Birgit Trappmann-Korr

Hochbegabung hat nicht nur eine intellektuelle Seite, sondern oftmals auch eine intensive emotionale Komponente. Dieser Emotionalität wird jedoch im Allgemeinen nicht diejenige Beachtung geschenkt, die es erfordern würde. Die Fähigkeit komplexe Zusammenhänge zu erfassen, geht nämlich mit der Fähigkeit emotionaler Tiefe zu erleben einher. Ähnlich wie das Denken hochbegabter Kinder komplexer ist und dadurch tiefer geht, so werden auch die Emotionen vielschichtiger und tiefer erlebt.

Die intensive Gefühlswelt hochbegabter Kinder zeigt sich durch Beschreibungen und Berichten von Erlebnissen, die die wahrgenommene Komplexität, Fülle und Größe erahnen lassen und Eltern und Lehrern mancher hochbegabten Kindern sind derartige Schilderungen wohl vertraut. Manchmal wird sogar in Zweifel gezogen, ob der Bericht wirklich den Tatsachen entspricht. Es könnte nämlich auch sein, dass das Kind einfach etwas hinzugedichtet hat oder übertreibt.

Die emotionale Seite der Hochbegabung meint jedoch nicht hauptsächlich das intensive Gefühlserleben im Vergleich mit anderen Menschen, sondern vielmehr eine andere Art der Wahrnehmung der Welt. Die Wirklichkeit wird durchdringend, lebendig, ganzheitlich, komplex und äußerst eindrucksvoll realisiert.

Emotionale Intensität kann sich auf unterschiedliche Weise zeigen:

- *Als intensives Gefühlserleben* - so dass positive Gefühle, negative Gefühle, positive und negative Gefühle zusammen übergroß erlebt werden. Starke Schwankungen, wie himmelhoch jauchzend oder zu Tode betrübt können rasch aufeinander folgen. Vielschichtige Emotionen, die mit Leichtigkeit von einem Gefühl zum nächsten springen und eine ausgeprägte Empathie, machen es mitunter schwer, eine stabile positive Grundstimmung zu halten. Sich mit den Gefühlen anderer Menschen zu identifizieren birgt die Gefahr nicht zu wissen, welche Gefühle nun die eigenen sind und welche zu anderen Menschen gehören.
- *Als körperliches Erleben* - denn der Körper spiegelt die Emotionen und Gefühle wieder. Symptome, wie „komisches“ Gefühl in der Magengegend bis hin zu Magenschmerzen, Herzklopfen, Kopfschmerzen, Übelkeit, Spannungsgefühle, Erröten usw. lassen mitunter das Kind überempfindlich erscheinen. Später kann sogar der Verdacht aufkommen, es handle sich dabei um Hypochondrie.
- *Als Gehemmtheit, Ängstlichkeit und/oder Schüchternheit*
- *Starkes affektives Gedächtnis* – weil ein sehr gutes Erinnerungsvermögen an diejenigen Gefühle besteht, die Ereignisse begleitet haben. Diese Gedächtnisinhalte werden förmlich nacherlebt, auf Wunsch sogar immer wieder. Es besteht auch die Tendenz, dass Gefühle noch lange „nachhallen“, so dass die gefühlsmäßige Erregung wie beim Zupfen der Saite einer Gitarre „ausklingen“ müssen, bis die betreffende Saite nicht mehr schwingt.
- *Angst, Furcht und Sorge, Schuldgefühle, Sorge die Kontrolle zu verlieren.*
- *Beschäftigung mit dem Tod und depressive Verstimmungen.*
- *Emotionale Beziehungen und Verbindungen mit anderen* - ausgeprägte Empathie und Mitgefühl für andere, Sensibilität in Beziehungen, besondere Zugang zu Tieren,

Probleme sich an neue Umgebungen zu gewöhnen, Konflikte mit anderen über die Qualität der Beziehung und des Umgang miteinander.

- *Kritische Selbsteinschätzung und mangelndes Selbstbewusstsein, Gefühle der Unzulänglichkeit, Minderwertigkeit und Unterlegenheit*

Es scheint noch wenig bekannt zu sein, dass emotionale Intensität eine beachtliche Komponente von Hochbegabung ist, denn erst allmählich rücken die Gefühle in den Focus der Aufmerksamkeit. Historisch betrachtet wurde traditionell davon ausgegangen, dass die Thematisierung intensiver Gefühle etwas mit übertriebener Sensibilität und Schwäche, sowie mangelnder Stärke auf der anderen Seite zu tun hat. Dieser Umstand wurde jedoch nicht mit der Tatsache eines reichen Innenlebens in Verbindung gebracht. Die westliche Sichtweise steht der Innenwelt und dem introspektiven Zugang kritisch gegenüber und so wird eine scharfe Trennung zwischen Emotion und Intellekt vorgenommen, als wenn es sich um zwei verschiedene Dinge handelt. Zuweilen ist man auch der Meinung, dass sich beide Dinge gegeneinander ausschließen. Es ist allerdings vielmehr so, dass es eine feste Verbindung zwischen Emotion und Intellekt besteht und, beide zusammen, haben einen tiefgreifenden Einfluss auf hochbegabte Menschen. Es ist die emotionale Intensität, die das Leben mit Freude und Last füllt, die Leidenschaft oder Ablehnung für das Lernen prägt, die Antrieb und Anstrengung für eine bestimmte Sache bestimmt und die Motivation Ziele zu erreichen innehat.

Alles tiefer und intensiver als andere zu fühlen kann beides sein: *Fluch und Segen zugleich*. Begabte Menschen mit emotionaler Intensität fühlen sich oftmals nicht normal. Sie denken mitunter mit ihnen stimme etwas nicht, sogar sie seien etwas „verrückt“. Sie realisieren schon, dass Außenstehende die Welt nicht in der gleichen Art wie sie sehen und fühlen. Sie spüren und durchleben oftmals tiefe innere Konflikte, Selbstkritik, Furcht und Minderwertigkeit. Fachleute haben die Tendenz diese Dinge von hochbegabten Menschen mitunter als Anzeichen einer Neurose zu sehen. In der Tat gehört dies alles zusammen und verhindert in gewissem Sinne, dass begabte Menschen ihre Persönlichkeit entwickeln und besondere Leistung erfolgreich zeigen.

Es ist aus genannten Gründen von besonderer Wichtigkeit hochbegabte Kinder dahingehend zu unterrichten, dass sie ihre ausgeprägte Sensitivität (**Hochsensitivität**) erkennen und ihre besondere Art der Wahrnehmung und des Erlebens als normal anzusehen. Wenn es ihnen nämlich nicht bewusst ist, dann sehen sie ihre intensiven Erfahrungen als Beweis dafür, dass mit ihnen etwas nicht stimmen kann. Andere Kinder können ein begabtes Kind für intensive Reaktionen auf scheinbar banale Dinge verspotten und auch hier kann das Gefühl des Kindes wachsen, dass etwas nicht in Ordnung ist. Sensibilität gegenüber Ungerechtigkeiten und Heucheleien können das Kind dazu bringen, sich verzweifelt zu fühlen und schon in recht jungen Jahren einen regelrechten Zynismus zu entwickeln. Sie zeigen dann mitunter auch verletzende Verhaltensweisen, die die Wertvorstellungen anderer herabsetzt oder missachtet. Darüber hinaus werden moralische Werte in Frage gestellt. Zynismus kann Folge und Anzeichen von Resignation sein, denn ein Zyniker hat hohe Ideale, von denen er aber zu wissen glaubt, dass sie nicht realisierbar sind.

Die Förderung hochbegabter Kinder mit emotionaler Intensität zielt zunächst darauf ab ihr so-sein zu akzeptieren, denn sie brauchen das Verstanden-Werden und das unterstützt-werden. Sie benötigen Erklärungen, dass die intensiv erlebte Gefühlswelt für begabte Kinder normal ist. Sie brauchen Anleitungen, wie es ist den Intellekt zu gebrauchen, um Selbstbewusstsein und Selbstakzeptanz zu erlangen. Mitunter kann die Erziehung und das tägliche Miteinander recht problematisch werden, denn diese Kinder brauchen klare Regeln. Angemessene

Disziplin hilft dabei Selbstmanagement zu entwickeln und daraus resultiert allmählich das Gefühl der emotionalen Kompetenz. Angemessene Disziplin, dies kann man auch als tägliche Rituale sehen, ein klarer Rahmen für Regeln und Verhaltensweisen in der Familie ist die Basis für liebevolles Miteinander. Die Einsicht, dass ein klarer Rahmen in Form von Ritualen Vorteile für alle Beteiligten hat, ist für Eltern und Kinder von unschätzbarem Wert. Hier sind es in der Regel die Mütter die Rückenstärkung brauchen, um den zum Teil starken Willen ihres ansonsten sensiblen Kindes zu bändigen.

Für hochbegabte Kinder mit ausgeprägter Sensibilität ist es sehr wichtig mit den Konsequenzen ihres Handelns und auch ihres nicht-Handelns konfrontiert zu werden. Offene Diskussionen über positive und negative Gefühle helfen dabei die inneren Befindlichkeiten verständlich zu machen. So kann man zum Beispiel das Kind fragen: „Auf einer Skala von 1 bis 10, wie fühlst Du dich heute?“

Diese Gespräche sollten völlig unparteiisch sein, also jegliche Wertungen und Bewertungen, Unterbrechungen und gute Ratschläge gehören hier nicht hin, denn dies birgt die Gefahr, dass das Kind nur positive Dinge erzählt, damit die Eltern sich keine Sorgen machen oder traurig werden. Es ist für Eltern nicht leicht, den Schmerz des Kindes zu akzeptieren und sich damit wohl zu fühlen. Aussagen, wie: „Du bist so sensibel“ oder „Stell dich nicht so an“ „Ist schon alles in Ordnung“ helfen nicht wirklich, denn Sensitivität und Intensität von Gefühlen will geschätzt werden und zwar auf beiden Seiten, positiv und auch negativ. Es hilft dem Kind ungemein, wenn Wege gefunden werden die intensiven Emotionen auszudrücken. Sei es in Form von Geschichten, Gedichte, Kunst, Malen, Musik, Tagebuch schreiben oder in Form von sportlichen Aktivitäten.

*Hochsensitivität* ist keine Schwäche oder Defizit, deshalb brauchen diese Kinder die Übertragung altersgerechter Verantwortung. Das fällt oftmals schwer, denn es macht zuweilen den Eindruck, als müssten sie vor der bösen Welt (übertrieben) geschützt werden. Sie brauchen jedoch diese Erfahrungen, wie alle anderen Kinder auch, denn als erstes sind sie Kinder und erst als zweites besonders begabt. Es ist auch nicht richtig von einem hochbegabten Kind zu erwarten, dass es sich wie kleine „vernünftige“ Erwachsene benimmt. Spielen, Spaß und Freizeit gehören zu einer gesunden emotionalen Entwicklung dazu.

Wenn es angebracht erscheint, hilft eine entsprechende Beratung und der Kontakt zu entsprechenden Vereinigungen. Auch der Austausch „betroffener“ Eltern untereinander hilft, den sozialen und emotionalen Problemen vorzubeugen und ein hochbegabtes Kind ganz *normal* sein zu lassen.

Quellen:

Sword, L.K. (2003). Emotional intensity in gifted children.

[http://www.sengifted.org/articles\\_social/Sword\\_EmotionalIntensityInGiftedChildren.shtml](http://www.sengifted.org/articles_social/Sword_EmotionalIntensityInGiftedChildren.shtml)

Piechowski, M.M. (1991) Emotional Development and Emotional Giftedness. In N. Colangelo & G. Davis (Eds.), Handbook of Gifted Education. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon

Piechowski, M.M. (1979) Developmental Potential. In N. Colangelo & T. Zaffran (Eds.), New Voices in Counseling the Gifted. Dubuque, IA : Kendall/Hunt.

Institut Trappmann  
Birgit Trappmann-Korr, B.A.(M.A.)  
Clevische Str. 8  
47495 Rheinberg  
Tel:02844-903019  
Mail: info@institut-rheinberg.de