



Seminar 1

Irgendwie Anders. Hochbegabung in der psychotherapeutischen Arbeit.

(8h) – Zielgruppe Pschotherapeut*innen (in Ausbildung) - VT/TP

In diesem Seminar werden schwerpunktmäßig Grundlagen zur Hochbegabung* erarbeitet. Dabei streifen wir aufgrund von Ähnlichkeiten und Überschneidungen auch andere Themen der Neurodivergenz, wie AD(H)S, Autismusspektrumsstörungen und Hochsensibilität.

Zu uns kommen (erleichtert durch die mediale Darstellung und Präsenz der Themen in sozialen Netzwerken) einerseits Menschen mit entsprechenden Selbsteinschätzungen. Aber auch andere, die oft mehrere Diagnosen, lange Leidenswege und wenig zielführende Therapieversuche berichten. In diesen gab es oft noch keine Feststellungsbemühungen/Diagnostik bezüglich oben genannter Themen.

Wir schauen uns an, wie wir in der psychotherapeutischen Praxis charakteristische Merkmale von Neurodivergenz, insbesondere Hochbegabung, erkunden können. Diese umfassen verschiedene Bereiche und sind sowohl als Chancen zu verstehen, als auch als Herausforderungen, die Hochbegabten das Zurechtkommen im Alltag erschweren können. Dazu gehören Besonderheiten in der Reizverarbeitung (z.B. schnelle Mustererkennung, Reizüberflutung), in Denkprozessen (z.B. schnelle Vorwegnahme negativer Ausgänge, Selbstwertthemen), im emotionalen Erleben (z.B. dysfunktionale Regulationsversuche, suchtnahes oder zwanghaftes Verhalten) sowie in der Performanz in sozialen Situationen (z.B. wiederholtes Anecken, Missverständnispotential, Reaktionen im Gegenüber). Das Erkennen oben genannter Konfigurationen kann für die Klient*innen entlastend sein - im Sinne einer Einordnung und Validierung des Erlebten, einer Verbesserung des Selbstwertgefühls und einer Neuorientierung sowie Anpassungen im Außen und Individuum. Zudem kann die Kenntnis des Merkmalprofiles uns Therapeut*innen bei der Begleitung hochbegabter Menschen helfen, die Differential(-diagnostik) zu verbessern sowie die psychotherapeutischen Ziele und die Unterstützung anzupassen.

*der Begriff „Hochbegabung“ suggeriert, dass jemand von der Anlage her etwas Besonderes oder etwas besonders gut kann. Oder er mit wenig Lerneinsatz große Leistungen erzielt. Dies ist, wie wir im Seminar sehen werden, bei unseren Klient*innen nicht immer der Fall. Im Gegenteil, es gibt Menschen, die haben es (in Kenntnis oder Nichtwissen des Vorliegens ihrer Hochbegabung) mehr mit den herausfordernden Aspekten des So-seins zu tun und würden sich selbst keinerlei Begabungen zuschreiben. Deswegen finde ich den Begriff nicht optimal, mir ist aktuell aber auch kein besserer bekannt, der diese Konnotationen nicht beinhaltet und zudem verständlich ist.