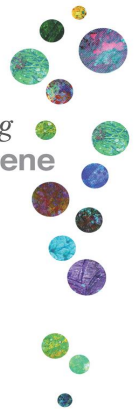


# Bin ich hochbegabt oder nicht?



Über Hochbegabung wird oft gesprochen als ginge es um alles oder nichts. Das trifft nicht den Kern. Tatsächlich kann Begabung in geringerem oder größerem Maße vorliegen und ist Hochbegabung ein relativer Begriff. Oft möchte man mehr über die eigene Begabung erfahren, weil man sich von wichtigen Mitmenschen nicht verstanden fühlt.

Wenn Sie vermuten, hochbegabt zu sein, könnten Sie sich die Frage stellen: Brauche ich einen Beweis, zum Beispiel mit einem IQ-Test? Auf diese Frage gibt es keine eindeutige, für alle Menschen geltende Antwort. In diesem Flyer geben wir Ihnen Informationen, die Ihnen helfen können, selbst Vor- und Nachteile abzuwägen und eine für Sie gute Entscheidung zu treffen.

## Hochbegabung und Intelligenztests

Es gibt Hunderte von Definitionen und Beschreibungen von Hochbegabung und in allen wird vom Vorhandensein hoher Intelligenz gesprochen. Die meisten geben auch an, dass Hochbegabung mehr ist als nur hohe Intelligenz. Im IHBV verwenden wir die Umschreibung, die 2008 von 20 niederländischen Experten erstellt worden ist:

*Ein(e) Hochbegabte(r) ist ein schneller und kluger Denker, der komplexe Materien bewältigen kann. Er/Sie ist von Natur aus autonom, neugierig und leidenschaftlich. Ein sensitiver Mensch, intensiv lebend, mit einer reich nuancierten Innenwelt. Er/Sie genießt es zu kreieren.* (Delphi-Modell Hochbegabung in: Kooijman-van Thiel, M. (Hrsg.). Hoogbegaafd, dat zie je zó! 2008)

Selbstverständlich kommen diese Eigenschaften nicht nur bei Hochbegabten vor. Hochbegabung wird in dieser Umschreibung als Gesamtheit von deutlich in den Vordergrund tretenden Eigenschaften gesehen.

Ein Test, der Hochbegabung, wie sie hier umschrieben worden ist, messen kann, wurde noch nicht entwickelt. Messbar ist die allgemeine oder kognitive Intelligenz, aber auch diese Tests sind in der Psychologie nicht unumstritten. Intelligenztests stellen bis heute die einzig brauchbare Methode dar, mit der die intellektuellen Fähigkeiten von Menschen erfasst werden können. Es sind verschiedene Tests entwickelt worden, womit Intelligenz gemessen werden kann. Meistens bestehen sie aus verschiedenen Aufgaben zur Logik und zum (räumlichen) Vorstellungsvermögen. Das Ergebnis derartiger Tests wird landläufig IQ (Intelligenzquotient) genannt. Die Grenze zur Hochbegabung ist meistens bei einem Ergebnis überschritten, das höher liegt als das von 98 % der Bevölkerung (2 Prozent der Normalverteilung). Es ist nahezu ausgeschlossen, ein so hohes Ergebnis rein zufällig zu erzielen. Allerdings kommt es vor, dass man zum Beispiel durch Versagensängste niedrigere Werte erreicht als eigentlich zu einem passen.

## Die Abwägung: IQ-Test machen oder nicht?

Zwar ist ein Intelligenzquotient relativ leicht zu bestimmen, aber es ist nicht so leicht "präzise" festzustellen, ob jemand hochbegabt ist, weil die anderen Faktoren schwer oder überhaupt nicht messbar sind. Erkennen Sie sich in der oben zitierten Beschreibung, dann ist das ausreichend.

Wollen Sie, aus welchem Grund auch immer, mehr Sicherheit, dann können Sie erwägen, einen IQ-Test zu machen. In Deutschland wird heute für Erwachsene oft der WAIS IV-Test (Wechsler Adult Intelligence Scale) verwendet. Dies ist ein individueller Test, der von einer hierfür qualifizierten Person abgenommen werden muss. Für die Kosten müssen Sie mit einigen Hundert Euro

rechnen. Eine preiswerte Alternative ist der in Gruppen abgenommene Test des Vereins Mensa Deutschland.

Wir hören oft, dass Menschen ein hohes Ergebnis des IQ-Tests als Erleichterung erfahren, da sie jetzt viel weniger an ihrem Denkvermögen zweifeln. Andere allerdings, die ein Ergebnis erzielt haben, dass gerade unter 98 % liegt, zweifeln hinterher mehr, während sie doch deutlich sehr intelligent sind. Wichtig ist, dass Sie für sich entscheiden, warum Sie einen Test machen wollen. Und dass Sie für sich abwägen, was für Sie persönlich die Vor- und Nachteile eines Tests und des Ergebnisses (das unterschiedlich ausfallen kann) sind.

## Empfehlungen

- Erkennen Sie sich in den Merkmalen der Hochbegabung, wie z. B. im Delphi-Modell Hochbegabung, nehmen Sie dies als Ausgangspunkt, um sich selbst besser kennenzulernen.
- Wenn Sie sich fragen, ob Ihre Probleme im Alltag mit Hochbegabung zusammenhängen, kann es helfen, Artikel und Bücher über Hochbegabung zu lesen und Treffen für Hochbegabte zu besuchen. Auch wenn Sie nicht wissen, wie hoch Ihr IQ ist, sind Sie herzlich willkommen in den Foren für hochbegabte Erwachsene wie [hobee.org](http://hobee.org) oder [hochbegabte-erwachsene.de](http://hochbegabte-erwachsene.de).
- Wenn Sie überlegen, einen IQ-Test zu machen, vergegenwärtigen Sie sich, dass ein solcher Test nur einen begrenzten Teil Ihrer Fähigkeiten misst. Denken Sie auch darüber nach, welche Folgen das Ergebnis für Sie haben könnte.
- Üben Sie im Internet mit IQ-Tests. Obwohl die meisten Tests keine validierten Tests sind, kann das Üben Ihnen helfen, eventuelle Versagensängste zu meistern und einen Eindruck von dem zu bekommen, was Sie erwartet. Beispiel: der Mensa Online-Test (vgl.: [www.mensa.de](http://www.mensa.de))
- Auch ohne den Nachweis eines hohen Intelligenzquotienten darf man sich hochbegabt nennen! Es geht nämlich nicht um diese Zahl, sondern darum, sich besser kennenzulernen und zu erfahren, wie man glücklich werden kann.
- Brauchen Sie Hilfe, dann können Sie mit einem Coach oder Berater, der Erfahrung mit der Arbeit mit Hochbegabten hat, Gespräche führen. Gemeinsam treffen Sie eine besser untermauerte Entscheidung.
- Möchten Sie einen IQ-Test machen, gehen Sie dann zu einem Experten, der sich mit Hochbegabung auskennt.