

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur ersten Auflage.	9
Vorwort zur zweiten überarbeiteten Auflage 1998.	12
Grußwort von Prof. Dr. James T. Webb.	14

Teil I

Phänomenologie der Hochbegabung **15**

1. Was ist Hochbegabung?	17
1.1 Phänomenologie der Hochbegabung nach Dabrowski.	21
1.2 Hochbegabung: Fluch und Segen	26
1.3 Was schätzt unsere Gesellschaft wirklich?	29
2. Häufige Probleme und Schwierigkeiten Hochbegabter	31
2.1 Freunde finden: Gleich alt heißt nicht gleich befähigt	32
2.2 Reaktionen anderer auf Hochbegabung.	34
2.3 Hohe Sensibilität – Intuition, aber auch Verletzbarkeit	36
2.4 Zweifel an Tradition und Normen.	39
2.5 Anpassung ohne Ende – und keiner sieht es!	40
3. Emotionale Sicherheit als Prävention.	42
3.1 Selbstmotivation, Selbstdisziplin und Selbstkonzept.	43

Teil II

Beziehungen **49**

1. Einige Probleme, aber so viele Chancen.	50
2. Die SENG-Elternweiterbildungsseminare	53
3. Nicht alles auf einmal!	57

Über die zehn Lektionen**59**

1. Lektion: Identifizieren und Testen von Hochbegabten	60
1.1 Das Renzulli - Modell	64
1.2 Rechtes Gehirn - Linkes Gehirn	66
1.3 Intelligenztests	67
1.4 Hochbegabt und Lese-Rechtschreibschwierigkeiten?	71
1.5 Fragen	72
2. Lektion: Motivation	75
2.1 Mangel an Motivation	75
2.2 Der Segen der intrinsischen Motivation	79
2.3 Ein kleiner theoretischer Exkurs	80
2.4 Motivationsmöglichkeiten jenseits von Lob und Tadel	84
2.5 Mehrleistung (Overachievement)	91
2.6 Investieren Sie in Ihre Beziehung!	91
2.7 Fragen	92
3. Lektion: Disziplin	95
3.1 Disziplin statt Bestrafung	95
3.2 Der Rahmen sichert Freiräume	97
3.3 Grenzüberschreitungen	99
3.4 Natürliche Konsequenzen	101
3.5 Lob als Disziplinierungsmittel	102
3.6 Erst auf die Gefühle eingehen, dann disziplinarisch handeln	103
3.7 Alternativen müssen echte sein!	106
3.8 Praktische Tips	107
3.9 Fragen	114
4. Lektion: Streß und Streßmanagement	118
4.1 Der Streß des hochbegabten Kindes	119
4.2 Streßmanagement hilft	121
4.3 Selbstgespräch	124
4.4 Irrationale Überzeugungen	125
4.5 Praktische Tips	127
4.6 Fragen	133
5. Lektion: Kommunikation von Gefühlen	137
5.1 Killer-Phrasen	139

5.2 Schon eine Bezugsperson kann den Ausschlag geben	141
5.3 Wie fördert man Kommunikation?	141
5.4 Die Gefühle akzeptieren	144
5.5 Auch Zuhören ist Kommunikation	146
5.6 Praktische Tips.	148
5.7 ... zum Umgang mit Problemen	152
5.8 Fragen.	153
6. Lektion: Beziehungen zu Gleichaltrigen.	156
6.1 Sind Gleichaltrige wirklich ebenbürtig?	156
6.2 Wie weit soll das Sicheinfügen gehen?	158
6.3 Wenn ein Kind erst einmal als «hochbegabt» abgestempelt ist	160
6.4 Führerschaft oder Herrschsucht?	162
6.5 Hochbegabte Teenager.	164
6.6 Fragen.	165
7. Lektion: Beziehungen von Geschwistern untereinander.	168
7.1 Spezielle Rollen.	169
7.2 Ich bin nicht so gut wie du!	170
7.3 Wie waren Sie als Bruder oder Schwester?	173
7.4 Zank und Streit	174
7.5 Das Rollenspektrum erweitern	175
7.6 Gleichgewicht in der Familie	176
7.7 Fragen.	177
8. Lektion: Brechen mit Traditionen	181
8.1 Manchmal passen Traditionen nicht	182
8.2 «Warum, warum, warum?»	186
8.3 Bestehende Muster durchbrechen.	187
8.4 Um welchen Preis?	187
8.5 Besonders viel Verständnis und Geduld.	188
8.6 Was für Familientraditionen haben Sie?	189
8.7 Fragen.	191
9. Lektion: Depression	194
9.1 Drei Arten von Depression	195
9.2 Existentielle Depression.	197
9.3 Hilfe!	198
9.4 Suizid	199

9.5 Kummer und Trauer	201
9.6 Reframing	202
9.7 Auch Eltern können Depressionen haben	205
9.8 Fragen	205
10. Lektion: Eltern	208
10.1 Geheimhalten oder nicht?	209
10.2 Prioritäten in der elterlichen Betreuung	211
10.3 Familienformen	212
10.4 Leben an der Kampffront	214
10.5 Praktische Tips	215
10.6 Fragen	219
Elternbriefe	223
Literaturverzeichnis	243
Verzeichnis empfohlener Literatur	246
Anhang ..	247
1. Adressenliste: Informationen, Rat und Hilfe	
2. Das Münsteraner Zentrum für Begabungsförderung (MZB)	