

## AD(H)S und Hochbegabung - eine Balance zwischen hohem Selbstanspruch und ständiger Enttäuschung \*

von Dr. Helga Simchen

Hochbegabte Kinder zeichnen sich durch sehr früh entwickelte, weit überdurchschnittliche Fähigkeiten und Interessen aus, worin sie Gleichaltrigen deutlich voraus sind. Sie spüren ihre Fähigkeiten und entwickeln einen hohen Selbstanspruch an sich und andere. Bisher gelten ca. 3% aller Kinder als hochbegabt, d.h. deren Intelligenzquotient liegt über 130%. Trotzdem haben nicht wenige dieser hoch oder weit überdurchschnittlich begabten Kinder und Jugendlichen mehr oder weniger große Probleme in der Schule. Ihre Lernerfolge und ihr Sozialverhalten entsprechen nicht ihren oder den Erwartungen ihrer Eltern und Lehrer. Bisher machte man dafür eine Unterforderung verantwortlich und bezeichnete die Betroffenen als „Underachiever“. Aber wesentlich für die Entwicklung dieser Kinder ist größtenteils nicht ihre zeitweilige Unterforderung, sondern eine schon länger bestehende Überforderung infolge einer anderen Art der Vernetzung ihrer Nervenbahnen im Gehirn.

Durch eine neurobiologisch bedingte Filterschwäche bei der Informationsaufnahme werden zu viele Informationen aufgenommen. Diese Überflutung beeinträchtigt die Ausbildung dicker Lernbahnen, die eine schnelle Automatisierung von Lernprozessen und Verhaltensabläufen im Gehirn ermöglichen. Abgespeichertes Wissen kann so schnell und korrekt aufgenommen und abgerufen werden.

Meine Spezialisierung auf eine sowohl individuelle als auch intensive und wissenschaftlich fundierte Diagnostik und Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit AD(H)S zeigte mir immer wieder, dass weit mehr als 3% der AD(H)S-Betroffenen einen Intelligenzquotienten haben, der besonders im Verbalteil über 130% lag. Leider konnten diese Betroffenen meist nicht von ihrer guten Intelligenz profitieren, da der Handlungsteil viele Defizite aufwies. Auf Grund ihrer guten Reflexionsfähigkeit spürten sie diese Differenz deutlich früher als alle anderen. Den täglichen Ansprüchen nicht genügen zu können, trotz intensiven Bemühens, enttäuschte sie immer wieder und verursachte auf Dauer negativen emotionalen Stress. Der kann psychisch sehr belasten, wenn der Leidensdruck immer größer, das Selbstwertgefühl dagegen immer geringer wird. Ein Kampf zwischen Anspruch und Enttäuschung wird zum traumatisch besetzten Konflikt, der unerkannt und unbehandelt zu psychischen oder psychosomatischen Erkrankungen führen kann.

Deshalb ist im Interesse dieser Kinder ein Umdenken im Umgang mit sehr- und hochbegabten Kindern und Jugendlichen, die unter Problemen in den Leistungs- und Verhaltensbereichen leiden, dringend angezeigt. Denn alle bisherigen Bemühungen halfen ihnen nicht wirklich dauerhaft, d.h. Selbstwertgefühl und soziale Kompetenz konnten diese Betroffenen nicht bleibend verbessern. *Selbstwertgefühl und soziale Kompetenz zu verbessern, sind die wichtigsten Ziele bei der Behandlung von hoch- und sehr begabten Kindern mit AD(H)S-bedingten Lern- und/oder Verhaltensschwierigkeiten.*

**Therapie bedeutet für diese hochbegabten Kinder und Jugendlichen das Beseitigen des Konfliktes zwischen ihrem Anspruch und der täglich erlebten Enttäuschung und dem Schaffen von Voraussetzungen, damit sie uneingeschränkt über ihre Fähigkeiten verfügen können. Denn Erfolge**

**und Anerkennung von Seiten ihres sozialen Umfeldes erwarten und brauchen sie, um ein stabiles Selbstwertgefühl aufzubauen.**

Wird ihnen nicht rechtzeitig geholfen, reagieren sie in ihrer Hilflosigkeit mit Verhaltensauffälligkeiten, Schulversagen, Ängsten, Aggressionen, oppositioneller Verweigerungshaltung oder weiteren Störungen, entsprechend dem Schweregrad ihrer AD(H)S-bedingten Beeinträchtigung. Der Gesellschaft geht dadurch ein großes geistiges Potential verloren und das meist unwiederbringlich. Dagegen wäre eine frühzeitige Suche nach möglichen neurobiologisch bedingten Ursachen und deren frühzeitige Behandlung für diese Kinder eine große Hilfe. Frühdiagnose mit gezielter Frühförderung, wenn erforderlich schon vor der Einschulung, um mögliche Störungen in der Wahrnehmungsverarbeitung zeitig zu erkennen, damit die Schulzeit nicht durch negativen Dauerstress zur psychischen Belastung wird.

Die oben beschriebene, besondere Art der neuronalen Vernetzung im Gehirn ist typisch für AD(H)S und deshalb sollte bei allen Hochbegabten und sehr begabten Kindern, deren Lern- und Verhaltensprobleme bisher als Folge einer Unterforderung angesehen wurde, an ein ADS mit oder ohne Hyperaktivität als eigentliche Ursache gedacht werden.

AD(H)S ist weit mehr als ein Zappelphilipp-Syndrom, sondern das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom mit und ohne Hyperaktivität (ADS/ADHS) ist eine angeborene, neurobiologisch bedingte veränderte Wahrnehmungsverarbeitung mit Beeinträchtigung im Verhalten, in den kognitiven und motorischen Fähigkeiten und in der Gefühlssteuerung. Neurobiologisch bestehen beim AD(H)S Unterfunktionen in Stirnhirn- und einigen anderen Hirnbereichen, sowie eine Dysbalance an Botenstoffen.

AD(H)S wird über verschiedene Gene vererbt mit unterschiedlicher Schwere und sehr variabler Symptomatik. Die wichtigsten Funktionsbeeinträchtigungen des AD(H)S, die jede noch so gute Intelligenz in ihrer Verwirklichung begrenzen und somit die Entwicklung nicht nur von hochbegabten Kindern wesentlich beeinträchtigen können, sind:

Eine angeborene Filterschwäche für alle vom Gehirn aufgenommenen Wahrnehmungen und Informationen

Das Arbeitsgedächtnis wird dadurch überlastet, Aufmerksamkeit und Konzentration **können nicht willentlich** gesteuert und aufrecht erhalten werden

Durch diese Reizoffenheit wird das Gehirn ständig mit Reizen überflutet, ein Ausblenden unwichtiger Reize erfolgt nicht, was eine andere Art der neuronalen Vernetzung zur Folge hat.

Zwischen Kurz- und Langzeitgedächtnis kommt es dadurch zu Informationsverlusten, da die entsprechenden Leitungsbahnen durch die Reizüberflutung nicht dick genug ausgebildet werden und Botenstoffe fehlen.

Durch diesen Mangel kann sich die Abrufbarkeit von gespeichertem Wissen, Erfahrungen und Gefühlen nur unzureichend und stark verzögert automatisieren. Erfahrungen können nicht sofort genutzt werden, Gefühlssteuerung und verbale Reaktionen erfolgen dann spontan und unkontrolliert. Die Selbstmotivation, das Erledigen von Routinetätigkeiten erfordern viel mehr Anstrengung und führen schneller zur Erschöpfung. Eine psychomotorische innere und äußere Unruhe ist gepaart mit schneller Ablenkbarkeit und oberflächlicher Wahrnehmung.

Mehrere motorische Bereiche können in ihrer Funktion beeinträchtigt sein und behindern die Wahrnehmungsverarbeitung noch zusätzlich

Unter all diesen Beeinträchtigungen leidet das Selbstwertgefühl dieser Kinder und Jugendlichen, da sie die Ursache für ihre Problematik nicht kennen und sich für Versager, für „dumm“ oder nicht selten für psychisch krank halten.

Diese angeborene Reizfilterschwäche ermöglicht aber auch, dass bei diesen Kindern sehr viel mehr Nervenzellen erhalten bleiben und ihr Netz an Leitungsbahnen viel diffuser verzweigt ist. Aber je

besser aktuell unwichtige Informationen ausgeblendet, wichtige dagegen wiederholt vom Arbeitsgedächtnis ins Langzeitgedächtnis weitergeleitet werden, umso besser und schneller entwickeln sich die entsprechenden Leitungsbahnen. Aber gerade deren Ausbildung ist beim AD(H)S beeinträchtigt, die Betroffenen haben zu wenige „Autobahnen“, sondern ein viel zu verzweigtes Netz von zu vielen Nebenstraßen“

Durch diese fein verzweigten Bahnen erreichen die aufgenommenen Informationen nur unvollständig und verzögert das für sie zuständige Langzeitgedächtnis im Gehirn. Dieses weit verzweigte Netzwerk von Nervenbahnen ermöglicht aber auch das für AD(H)S typische kreative Denken und Handeln, als ein wichtiger Bestandteil der Intelligenz. Die gute Kreativität in Verbindung mit einem fördernden sozialen Umfeld und ihrer sehr gute Intelligenz ermöglichen den Betroffenen AD(H)S-bedingte Defizite mehr oder weniger lange zu kompensieren.

Infolge der Reizüberflutung haben Menschen mit AD(H)S immer zu viele Gedanken im Kopf, so dass es ihnen schwer fällt, bei der Sache zu bleiben. Ferner haben sie Probleme, Entscheidungen zu treffen, Prioritäten zu setzen und begonnene Tätigkeiten zu Ende zu bringen. Sie suchen immer nach neuen und für sie interessanten Tätigkeiten.

Deshalb fällt so manches hyperaktive Kind schon frühzeitig auf durch:

- seine große Wissbegierde,
- seinen unermüdlichen Bewegungs- und Beschäftigungsdrang,
- seine fließende Sprache mit großem Wortschatz,
- seine Kreativität verbunden mit unermüdlichem Schaffensdrang,
- sein schnelles Begreifen,
- seine gute Kreativität und Merkfähigkeit auch für Kleinigkeiten und Erfahrungen, die mit positiven oder negativen Emotionen verbunden waren.

Ein solches hyperaktives Kind ist für alle Aufgaben offen und will aus eigenem Antrieb schon vor der Schule rechnen, lesen und schreiben lernen. Alles deutet auf eine sehr gute Intelligenz hin, die eine erfolgreiche Schullaufbahn mit einem selbstzufriedenen Kind verspricht.

Dagegen wird eine sehr gute Intelligenz bei Kindern mit ADS ohne Hyperaktivität, vom vorwiegend unaufmerksamen Typ, den sog. „Träumern“ oder hypoaktiven Kindern, nur selten bemerkt. Bei ihnen wird Hochbegabung gar nicht erst vermutet, denn diese Kinder fallen zunächst überhaupt nicht auf. Sie sind eher schüchtern, äußern manchmal Ängste vor der Schule, vor fremden Kindern und vor der Trennung von den Eltern. Sie scheinen im Begreifen langsamer zu sein, im Handeln umstellungerschwieriger, gegenüber Kritik empfindlicher und weinen leicht. Sie beschäftigen sich gern allein, nehmen scheinbar von den Geschehnissen der Umgebung wenig Notiz, träumen vor sich hin und langweilen sich. Viele wichtige Informationen werden gar nicht erst aufgenommen.

Während das hyperaktive Kind durch seine Reizoffenheit und seinen vermeintlich unstillbaren Wissensdrang von seiner AD(H)S-Veranlagung zunächst profitieren kann, fordert das hypoaktive Kind wenig Aufmerksamkeit und Zuwendung von seiner Umgebung und wird dadurch meist weniger gefördert. Seine Intelligenz droht zu „verkümmern“, da sich diese Kinder vor der Umwelt verschließen, vieles gar nicht mitbekommen und keine Kontakte mit Gleichaltrigen schließen.

Beiden Subtypen ist aber gemeinsam, dass diese Kinder, wenn sie über eine sehr gute Intelligenz verfügen, vorhandene Defizite lange Zeit kompensieren können, so dass ihre Besonderheiten vom sozialen Umfeld lange unbemerkt bleiben. Manchmal fällt nur ihr eigenartiges Verhalten auf, aber an den Beginn einer möglichen Entwicklungsbeeinträchtigung wird nicht gedacht. Die betroffenen Kinder dagegen bemerken ihr „Anderssein“ meist viel deutlicher und früher, als ihre Eltern oder Betreuer. Es verunsichert sie, es macht sie aggressiv oder ängstlich. Beides sind nicht selten die

ersten Signale einer inneren Verunsicherung verbunden mit Hilflosigkeit, unter denen sehr intelligente Kinder mehr als alle anderen leiden.

Beim AD(H)S zeigt das Leistungs- und Verhaltensspektrum typische Defizite, die vorwiegend Folge der veränderten Informationsverarbeitung sind. Den Betroffenen fällt es schwer, ihr Leistungsniveau trotz ihrer sehr guten Intelligenz bei zunehmender schulischer Belastung konstant zu halten und es in gute Noten umzusetzen. Das bedarf oft einer enormen Anstrengung, die bei Erfolglosigkeit jede Lernmotivation blockiert. So ist es keine Seltenheit, dass selbst hochbegabte Kinder mit AD(H)S in der Hauptschule landen und selbst dort wegen ihres Verhaltens, ihrer Lese-Rechtschreib- oder Rechenschwäche Schwierigkeiten haben bis hin zur Verweigerungshaltung.

Damit es nicht so weit kommt, sollte schon vor der Einschulung bei allen Kindern intensiver nach Schwächen in der Wahrnehmungsverarbeitung gesucht werden, die die Lernfähigkeit mit Sicherheit beeinträchtigen. Um gute schulische und soziale Leistungen erbringen zu können, ist eine genaue, detailgetreue und schnelle Wahrnehmungsverarbeitung bei guter Konzentrationsfähigkeit erforderlich und der Fähigkeit, abgespeichertes Wissen und gemachte Erfahrungen sofort abrufen können. Das setzt eine Automatisierung im Lernprozess voraus, was Lernerfolge wesentlich erleichtert, die motivieren, sich weiteren Anforderungen zu stellen.

Die Verfügbarkeit über die vorhandene Intelligenz wird wesentlich von der Schwere folgender AD(H)S-Symptome beeinflusst:

- der Fähigkeit zur Gefühlssteuerung
- der Merkfähigkeit
- der Aufmerksamkeit
- der Fähigkeit zur Eigenmotivieren zum Lösen von Aufgaben und Problemen
- der Wahrnehmungsverarbeitungsfähigkeit
- dem Sprachvermögen und der Ausdrucksfähigkeit
- dem inneren Drang, alles zu hinterfragen und nach Gesetzmäßigkeiten zu suchen
- dem Arbeitstempo und der Arbeitsorganisation
- der altersentsprechenden Entwicklung motorischer Fähigkeiten
- dem Umgang mit negativem Stress und Niederlagen

### **Hochbegabung und AD(H)S bilden eine Wechselbeziehung**

Was zeichnet hochbegabte Kinder aus? Woran kann man sie erkennen?

- Sie haben einen schnellen, meist frühen Spracherwerb
- Ihre statomotorische Entwicklung ist altersgemäß oder beschleunigt
- Sie haben eine hohe Lerngeschwindigkeit und großes Interesse an Problemlösungen
- Ihre Denkweise ist kreativ und produktiv, sie suchen nach kausalen Zusammenhängen
- Sie beschäftigen sich gern und intensiv mit Symbolen
- Sie haben ein hohes Konzentrations- und Beharrungsvermögen bei meist selbst gestellten Aufgaben
- Sie haben ein gutes Gedächtnis
- Sie sind sensibel und können sich selbst gut einschätzen
- Sie haben einen hohen Anspruch an sich selbst und an andere, wie Eltern, Geschwister, Freunde und Lehrer
- Sie haben eine gute Urteils-, Kritik- und Wahrnehmungsfähigkeit

Die Intelligenz gilt als ein über weite Lebensabschnitte hinweg stabiles Merkmal. Das ist bei ADS-Kindern nicht immer der Fall, wie es Verlaufsuntersuchungen des Intelligenzquotienten bei Kindern mit ausgeprägter ADS-Symptomatik beweisen.

### **Ein ADS mit Hyperaktivität beeinträchtigt die Intelligenz durch:**

- verminderte Konzentration und Daueraufmerksamkeit
- geringe Merkfähigkeit
- psychomotorische Unruhe
- emotionale Steuerungsschwäche und hohe Ablenkbarkeit
- grob- und feinmotorische Beeinträchtigungen
- Wahrnehmungsverarbeitungsstörungen
- Teilleistungsstörungen
- Selbstwertproblematik mit innerer Verunsicherung
- soziale Kontaktschwierigkeiten mit drohender Ausgrenzung
- das Gefühl, nicht verstanden zu werden

### **Die Intelligenz beim ADS ohne Hyperaktivität wird beeinträchtigt durch:**

- innere Unruhe mit hoher Ablenkbarkeit
- Unfähigkeit zur Konzentration bei Routineaufgaben
- zu langsames und umstellungerschwertes Denken
- Selbstbeschuldigungen und schlechtes Selbstwertgefühl
- Ängste und Probleme in der sozialen Eingliederung
- mangelnde Fähigkeit, sich zu entscheiden und eine Arbeit beginnen zu können
- viel zu langsames Arbeitstempo mit erhöhter Fehlerquote
- Ableiten ins Träumen mit Informationsverlusten

Diese hypoaktiven Kinder und Jugendlichen reagieren vorwiegend introvertiert und bekommen frühzeitig psychosomatische Beschwerden. Sie halten sich für Versager und flüchten in eine Traumwelt. Sie gelten als sozial schwach und werden oft gemobbt. Erst nach erfolgreicher Behandlung, die bei schwerer Beeinträchtigung durch die ADS-Problematik fast immer eine Gabe von Stimulanzien erforderlich macht, können diese Kinder von ihrer sehr guten Intelligenz profitieren und die von ihnen so lang ersehnte Anerkennung bekommen.

Die hyperaktiven Kinder und Jugendlichen dagegen lernen zeitig die Schuld für ihre Probleme anderen zuzuschreiben. Sie reagieren sich aggressiv nach außen hin ab und leiden anfangs weniger unter ihrem Verhalten als ihre Umwelt. Sie werden zum Klassenclown, zum „schwarzen Schaf“ und dann zum Außenseiter.

Eine Stimulanzienbehandlung, eingebettet in eine individuelle lern- und verhaltenstherapeutische Begleitung mit Einbeziehung der Eltern als Coach kann die angeborene Funktionsstörung im Stirnhirnbereich und den Mangel an Botenstoffen bei der Reizverarbeitung weitgehend ausgleichen. Sie wird aber niemals primär die Intelligenz als solche verbessern, sondern sie macht die ursprünglich vorhandene Intelligenz für den AD(H)S-Betroffenen erst wieder verfügbar.

Verlaufsbeobachtungen zeigen, dass bei Nichtbehandlung ein Abfall des IQ-Wertes um bis zu 15% keine Seltenheit ist, und dass umgekehrt mit Hilfe einer multimodalen Therapie ein Anstieg des IQ-Wertes um die gleiche Punktzahl möglich ist. Wahrnehmung, Konzentration, Merkfähigkeit, Antrieb und emotionale Steuerung werden durch die Therapie verbessert. Die Kinder und Jugendlichen genießen wieder Anerkennung und Erfolge, welche zu Leistungen motivieren, Selbstwertgefühl und soziale Kompetenz verbessern.

### **Hochbegabung und Unterforderung**

In der Schule und auch schon im Kindergarten sind hochbegabte Kinder oft unterfordert. Sie sollten dann vorzeitig eingeschult werden, evtl. eine Klasse überspringen und wenn möglich, eine Schule besuchen, die Förderprogramme für hochbegabte Kinder anbietet. Sie brauchen außerdem eine

kontinuierliche, strukturierte und fördernde Beschäftigung für den Nachmittag. Die Symptomatik der Unterforderung kann *oberflächlich* betrachtet dem AD(H)S sehr ähnlich sein, die nötigen Konsequenzen wären dann jedoch ganz andere. Aber bisher wird bei einem hochbegabten Kind, das unkonzentriert ist, sich langweilt, den Unterricht stört, gute Denkleistungen erbringt, aber schlechte Noten in den Arbeiten schreibt, noch viel zu oft nur eine Unterforderung als deren alleinige Ursache vermutet, an eine mögliche AD(H)S-Problematik wird gar nicht erst gedacht. Hier ist noch viel Umdenken erforderlich, damit professionelle Hilfe auch zur richtigen Diagnose führt.

Diagnostik bedeutet hierbei folgende Fragen zu beantworten:

- Wann, wo, wie und warum ist das Kind auffällig?
- Wie reagiert sein soziales Umfeld darauf?
- Wie psychisch stabil ist es?
- Wie ist seine Intelligenz?
- Ist seine Wahrnehmungsverarbeitung beeinträchtigt?
- Liegt ein Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom bei Verwandten 1. oder 2. Grades vor?
- Wie war seine Entwicklung?
- Hat es typische AD(H)S-Symptome?

**Wenn im Intelligenztest, z.B. im HAWIK eine große Diskrepanz zwischen den Werten im Verbal- und Handlungsteil besteht, sollte an das Vorliegen von Beeinträchtigungen in der Wahrnehmungsverarbeitung gedacht werden. Eine der häufigsten Ursachen für einen deutlich niedrigeren Handlungsteil sind Störungen der Wahrnehmungsverarbeitung, wie sie bei AD(H)S-Kindern trotz guter oder sehr guter Intelligenz in typischer Weise vorhanden sind.**

Gerade hochbegabte und sehr begabte Kinder mit einem AD(H)S merken sehr zeitig die Diskrepanz zwischen dem, was sie vom Kopf her alles erfassen und wissen und dem, was sie auf Anforderung abrufen können. Sie merken, dass sie anders wahrnehmen, anders reagieren und dass ihnen oft in wichtigen Situationen die richtigen Worte fehlen. Die Diskrepanz zwischen hohem Selbstanspruch und ständiger Enttäuschung bedingt eine innere Verunsicherung, worauf sie dann häufig aggressiv gegen sich und andere oder mit Resignation reagieren. Manche entwickeln Ängste oder flüchten in frühere Entwicklungsstufen, d.h. sie beginnen einzunässen, benutzen Babysprache, wollen immer auf dem Schoß der Mutter sitzen und klammern. Niemand würde hier ein hochbegabtes Kind vermuten!

Je intelligenter diese Kinder sind, um so mehr leiden sie. Leiden heißt hier, dass ihr Selbstwertgefühl immer schlechter wird, da sie sich chronisch unverstanden fühlen. Die psychische Belastung auf Dauer kann Ausgangspunkt und Ursache späterer psychischer Erkrankungen sein, wie Depressionen, Angststörungen, Zwänge, Suchtverhalten mit Dissozialität oder auch Autoaggressionen und Essstörungen. Eine kritische Zeit für die psychische Dekompensation dieser Kinder ist die Pubertät.

### **Was wäre zu tun?**

Eine rechtzeitige Diagnostik und Behandlung könnte dazu verhelfen, die sehr gute Intelligenz dieser Kinder und Jugendlichen für sich und der Gesellschaft nutzbar zu machen. Je zeitiger ihr AD(H)S erkannt und behandelt wird, umso weniger leiden Selbstwertgefühl und soziale Kompetenz. Sehr viele hochbegabte Kinder haben Teilleistungsstörungen, wie Lese-, Rechtschreib- oder Rechenschwäche. Hier sollte ebenfalls an ein AD(H)S als deren eigentliche Ursache gedacht werden. Die Symptome des AD(H)S können so verschieden sein und werden durch eine sehr gute Intelligenz lange kompensiert. Bis es einmal und dann meist völlig überraschend zu einer unerwarteten Reaktion der Betroffenen kommt, z. B. Panikattacken, Blackout-Reaktionen, Angst-, Zwangs- oder Essstörungen oder sogar zu Suiziddrohungen.

**Denn je intelligenter ein Kind oder ein Jugendlicher ist, umso mehr leidet es unter seinem Unvermögen, nicht davon profitieren zu können.**

Die Unterforderung als Ursache für Auffälligkeiten im Leistungs- und Verhaltensbereich von sehr oder hochbegabten Kindern sollte immer öfter hinterfragt und an das Vorliegen eines AD(H)S mit multiplen Wahrnehmungsverarbeitungsstörungen gedacht werden. Letzteres kann man erfolgreich behandeln; nur so kann die Lebensperspektive dieser Kinder und Jugendlichen um vieles verbessert werden.

Dr. Helga Simchen      September 2012

\* weiterführende Literatur: „Kinder und Jugendliche mit Hochbegabung“  
Erkennen, stärken, fördern – damit Begabung zum Erfolg führt  
Kohlhammer Verlag ISBN 3-17-018735-X