

Beratung begabter Erwachsener - eine Fallstudie



Autorin: Paula Prober (übersetzt von Martina Rosenboom)

Begabte Kinder erkennt man oft an ihrer unstillbaren Neugier, ihren fortgeschrittenen geistigen Fähigkeiten, ihrer Intensität und ihren zum Nachdenken anregenden Fragen. Aber was passiert, wenn diese Kinder erwachsen werden? Wie sind sie und haben sie besondere Bedürfnisse im Bereich der psychischen Gesundheit? In diesem Beitrag wird anhand einer Fallstudie über eine besonders begabte Erwachsene erläutert, welche typischen Probleme diese KlientInnen in die Beratung mitbringen.

Die meisten von uns können früh entwickelte Kinder daran erkennen, dass sie einige oder alle der folgenden Merkmale aufweisen: zum Nachdenken anregende Fragen, fortgeschrittener Wortschatz, eifriges Lesen, unaufhaltsame Neugier, kreatives Denken und ungewöhnliche geistige, akademische und/oder musikalische Fähigkeiten. In der Beratung, finden wir weitere Merkmale, darunter: ausgeprägtes Einfühlungsvermögen, intensive Emotionen, Hochsensibilität und Perfektionismus.

Aber was passiert, wenn diese Kinder erwachsen werden? Und wenn sie in die Therapie kommen, was brauchen sie dann und wie kann geholfen werden?

Das Konzept der Hochbegabung, insbesondere bei Erwachsenen, ist unklar, kompliziert und umstritten. M. Streznewski spricht in ihrem Buch *Gifted Grownups* von einem "... fein abgestimmten und biologisch fortgeschrittenen Wahrnehmungssystem und einem Verstand, der wesentlich schneller arbeitet als 95 % der Bevölkerung." Normalerweise assoziieren wir Hochbegabung bei Erwachsenen mit einem hohen Leistungsniveau. Aber so einfach ist es nicht. Tatsächlich ist eine begabte Person genauso wahrscheinlich ein High-School-Rebell wie die Abschiedsrednerin, der CEO oder der Nobelpreisträger.

Sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern ist Hochbegabung ein ganzes Phänomen, das die gesamte Persönlichkeit betrifft. Hochbegabung wirkt sich nicht nur auf die kognitiven und akademischen Aspekte des Einzelnen aus, also auf die Eigenschaften, die wir gewöhnlich mit Hochbegabung in Verbindung bringen, sondern auch auf sein/ihr emotionales, soziales und geistiges Wohlbefinden. Es handelt sich eher um eine Reihe von Eigenschaften als um eine Liste von Leistungen; Eigenschaften, die das Leben nicht immer einfach oder erfolgreich machen. Im Laufe ihres Lebens erfahren diese Menschen sowohl den Segen als auch die Last der Begabung.

Paula Prober hat in den 29 Jahren, in denen sie mit diesen Menschen arbeitet, festgestellt, dass bestimmte Themen in der Therapie immer wieder auftauchen. Zu den wichtigsten Herausforderungen gehören: schmerzhaftes Schulerfahrungen, ein hohes Maß an Sensibilität und Intensität, existenzielle Depression/erweiterte Empathie, Perfektionismus, Multipotentialität und Schwierigkeiten mit Beziehungen. Wenn ein/e Therapeut/in die Merkmale erkennt, die häufig mit einer fortgeschrittenen Entwicklung einhergehen, und den Klienten diese Eigenschaften und ihre Auswirkungen erklärt, kann diese Erklärung an sich schon einen tiefgreifenden Einfluss auf das Ergebnis der Therapie haben.

Hintergrund des Falls

Susan wusste, dass sie anders war, seit sie sieben Jahre alt war. Ihre Gedanken und Gefühle passten nie in die Schublade, die für die meisten Kinder bequem und beruhigend war. Ihr Appetit auf Lernen war unersättlich. Lesen war für sie nahrhafter als Essen. Nachdenken, Analysieren und Synthetisieren waren attraktiver für sie als Barbie.

Und sie sorgte sich um alles: Armut, Weltfrieden und den Verlust der Regenwälder. Das hielt sie nachts wach. Die Erwachsenen um sie herum sagten, sie sei zu jung, um sich mit solchen Dingen zu beschäftigen. Das half ihr nicht. Ihre Klassenkameraden hielten sie für seltsam - ganz sicher kein Material für eine Geburtstagsfeier. All diese Reaktionen verwirrten und betrübten Susan, aber niemand erklärte ihr, dass sie anders war, weil sie begabt war: Sie hatte einen Verstand, der tiefer und schneller arbeitete als die meisten. Niemand erklärte ihr, dass Siebenjährige sich nicht dafür verantwortlich fühlen, die Welt zu retten.

Fünfundvierzig Jahre später, im Alter von 52 Jahren, kam Susan zur Therapie. Die Erziehung ihres Sohnes John im Teenageralter hatte sie gezwungen, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen. John war in der Vorschule als hochbegabt eingestuft worden. Susan begann, über begabte Kinder zu lesen, und war sehr überrascht, als sie feststellte, dass sie auch über sich selbst las.

Als Susan das erste Mal zu Paula Prober kam, fiel ihr sofort ihre Intensität auf. Die durchdringenden haselnussbraunen Augen wirkten hinter ihrer Drahtbrille ängstlich und skeptisch zugleich. Zugleich wirkte sie energisch und einnehmend. In der ersten Sitzung nannte Susan Paula Prober ihre Gründe für die Therapie. Sie wollte verstehen, wie sich ihre Hochbegabung auf ihre Arbeit und ihre Beziehungen auswirkte, und Wege finden,

"besser damit umzugehen" - mit der Angst und der tiefen Einsamkeit, die sie empfand, um Freunde zu finden, die sie wirklich verstanden, um effektiver zu kommunizieren und um zu verhindern, dass ihre Ehe in die Brüche ging.

Dies war ungewöhnlich. Die meisten begabten Klienten kommen zur Beratung mit den typischen Bitten um Hilfe bei Depressionen, Ängsten, Beziehungen und Familiendynamik. Sie ahnen nicht, dass sie begabt sind, und sträuben sich anfangs sogar dagegen. Sie sind sich oft bewusst, dass sie nicht "dazugehören", aber sie wissen nicht, warum. Susans Bewusstsein für Hochbegabung ließ die damit verbundenen Probleme und die Therapieansätze deutlich hervortreten. Deshalb hat Paula Prober beschlossen, sie zum Thema einer Fallstudie zu machen. Wenn Beraterinnen und Berater Hochbegabung vermuten und ihre Klientinnen und Klienten unter Anwendung der folgenden Leitlinien danach fragen, können sich Erkenntnisse ergeben, die das Ergebnis der Therapie beeinflussen und positiv beeinflussen.

Zunächst sprach sie mit Susan über einige der typischen Merkmale begabter Erwachsener. Viele der Merkmale waren offensichtlich: komplexer analytischer Verstand, schnelles Sprechen, ausgeprägtes Einfühlungsvermögen, schrulliger Sinn für Humor und Perfektionismus. Als sie ihre frühen Jahre beschrieb, wurde deutlich, dass sie zu multiplen Sensibilitäten, akribischer Aufmerksamkeit für Details und Präzision sowie zu divergentem Denken neigte - allesamt begabte Eigenschaften. Sie las einen Artikel und eine Liste von Ressourcen. Dann erzählte sie von ihren ersten Erfahrungen in der Schule.

Schulbildung

Sehr oft haben begabte Erwachsene schmerzhafteste Erinnerungen an ihre Jahre im Klassenzimmer. Susan sagte, sie habe sich auf den Schulanfang gefreut, sei aber sehr schnell tief enttäuscht gewesen. In der zweiten Klasse zum Beispiel bearbeitete sie in einer Nacht ein ganzes Arbeitsheft zum Thema Lesen. Voller Enthusiasmus zeigte sie es am nächsten Tag ihrer Lehrerin und wurde dafür getadelt, dass sie vorgearbeitet hatte. Die Lehrerin sagte ihr, sie solle sitzen bleiben und malen, bis der Rest der Klasse aufgeholt habe. Diese Art von Erfahrung wiederholte sich im Laufe der Jahre. Da Susan ein folgsames Kind war, litt sie stillschweigend. Gelegentlich erkannte eine kreative Lehrkraft zu ihrer Freude ihren Intellekt und fand Wege, sie herauszufordern, aber im Großen und Ganzen waren ihre Erfahrungen in der Schule leider mangelhaft.

Susan hatte die außergewöhnliche Fähigkeit, optimistisch zu bleiben, und sagte, dass sie die Schule überstand, indem sie sich selbst unterhielt. Viele andere Klienten berichten, dass sie ziemlich entmutigt und deprimiert waren, rebellisch wurden und in einigen Fällen die Highschool nie abschlossen. Für TherapeutInnen ist es daher wichtig, sich die Geschichten aus der Schulzeit anzuhören und die Gefühle der Klienten zu bestätigen: wahrscheinlich Trauer und Wut über das verlorene Potenzial und die verschwendete Zeit, Selbstzweifel an der eigenen Intelligenz und den Fähigkeiten, akademische Leistungen zu erbringen, und große Enttäuschung über das System.

Empfindlichkeiten/Intensität

Damit Susan mit ihrer Hochbegabung "umgehen" konnte, teilte Paula Prober ihr mit, dass mehrfache Empfindlichkeiten in dieser Bevölkerungsgruppe üblich sind. Die Sinne sind im Allgemeinen stärker entwickelt, die Wahrnehmung ist größer. Susan berichtete, dass sie in der Lage ist, Tonhöhen sowohl über als auch unter dem normalen Bereich zu hören. Laute Geräusche, bestimmte Musik, Klänge, die für den Durchschnittsmenschen in Ordnung sind, waren für Susan störend. Sie reagierte auch empfindlich auf Texturen, was bedeutete, dass sie Kleidung sorgfältig auswählen und normalerweise die Etiketten ausschneiden musste. Aufgrund ihrer visuellen Sensibilität fiel es ihr schwer, sich in einer unübersichtlichen oder chaotischen Umgebung aufzuhalten, was ein Grund dafür war, dass sie in ihrer Wohnung und ihrem Büro peinlich genau auf Ordnung achtete. Bei der Einnahme von Medikamenten musste sie darauf achten, ihrem Arzt zu sagen, dass er ihr die niedrigste mögliche Dosis verschreiben sollte. Es ist leicht einzusehen, dass diese Symptome pathologisiert werden könnten, und das werden sie auch oft, vor allem, wenn die Betroffenen so fein abgestimmt sind, dass sie wie wandelnde Satellitenschüsseln wirken. Überall, wo sie hingehen, werden sie von Geräuschen, Farben, Gerüchen und sogar von den Emotionen anderer Menschen bombardiert. Beratende können ihren KlientInnen bei der Bewältigung helfen, indem sie Lösungen vorschlagen, z. B. frühzeitiges Verlassen von Orten, Verwendung von Ohrstöpseln, tiefes Atmen, Visualisierung. Es ist auch nützlich, die Vorteile eines besser entwickelten sensorischen Bewusstseins zu erörtern.

Während Susan sich von ihrer Umgebung überwältigt fühlte, waren ihr Mann und ihre Freunde oft von ihr überwältigt. Ihre Sprache, ihre Emotionen und ihre Energie waren von einer gewissen Intensität. Schon als Kind sagten die Leute, sie sei zu sensibel, zu neu-

gierig, zu dramatisch und zu leidenschaftlich. Aber das ist für Hochbegabte der normale Zustand, und das hat Paula Prober ihr auch gesagt. Sie war erleichtert. Wir überlegten, wie sie sich an die Menschen um sie herum anpassen könnte und wie sie Freunde und Situationen finden könnte, in denen sie sich frei ausdrücken könnte.

Gelegentlich fragte sich Susan, ob ihre Intensität zu viel für mich war. Sie beobachtete und prüfte, ob ich meine Konzentration verlor oder nicht mit ihr mithalten konnte. Paula Prober lässt diese Klienten wissen, wenn sie verwirrt ist, sich krank fühlt oder in irgendeiner Weise aus dem Gleichgewicht geraten ist, denn sie werden es sicher bemerken und das, was sie wahrnehmen, sonst möglicherweise falsch interpretieren.

Existenzielle Depression/erweiterte Empathie

Sehr oft berichten begabte KlientInnen, dass sie eine Sinn- und Zielkrise erleben – allerdings nicht in der Mitte ihres Lebens sondern im Alter von zehn Jahren. Susan war da keine Ausnahme. Fragen wie "Warum bin ich hier?", "Was ist meine Aufgabe?" und "Warum verletzen sich die Menschen gegenseitig?" gingen ihr durch den Kopf. Diese Art von existenziellen Fragen ist weit verbreitet und zieht sich bis ins Erwachsenenalter hin. Natürlich sind dies Fragen, die sich die meisten Erwachsenen stellen, doch der Unterschied besteht darin, dass die Fragen bei Hochbegabten nicht enden wollen und zu ernsthaften Depressionen führen können, wenn ein Kind niemanden hat, der ihm zuhört, oder wenn die/der Erwachsene keine intellektuellen Gleichgesinnten hat. Ein aufmerksames Zuhören durch einen Therapeuten, der die Bedeutung der Fragen nicht herunterspielt, kann sehr hilfreich sein. Beratende können Bücher empfehlen und Anregungen für Buchklubs und die Teilnahme an Organisationen geben, in denen komplexes philosophisches Denken willkommen ist.

Einfühlungsvermögen ist eine weitere Eigenschaft, die sich früh entwickelt. Susans kindliches Interesse an Armut, Rassenbeziehungen und der Umwelt erwuchs aus ihrer tiefen Sorge um Menschen, Tiere und den Planeten. Für Therapeuten ist es wichtig, die Schönheit solch tiefer empathischer Reaktionen anzuerkennen und den Klienten dabei zu helfen, Wege zu finden, um ihrem Bedürfnis zu dienen, indem sie sich ehrenamtlich engagieren, schreiben oder bestimmte berufliche Tätigkeiten ausüben. Meditation, Yoga, Atemtechniken und die Verbindung mit der Natur sind einige der Praktiken, die ich vorschlug. Susan empfand Wandern, Camping, Gartenarbeit und ein "leidenschaftliches Eintreten für

natürliche Systeme" als beruhigend. Sie machte ihre Verbundenheit mit der natürlichen Umwelt zum Kernstück ihrer Spiritualität. Eine Spiritualität zu finden, die die Seele nährt, kann die intensive Sorge um andere lindern und den Klienten eine Form der Hilfe geben, die sinnvoll und handhabbar ist.

Perfektionismus

Hochbegabte Menschen haben in der Regel extrem hohe Ansprüche und Erwartungen an sich selbst und andere. Dies wird oft als "Perfektionismus" bezeichnet und als Problem angesehen, obwohl es keines ist. Sicherlich kann es unangemessen sein, von anderen zu erwarten, dass sie in Ihrem Tempo und auf Ihrem Niveau arbeiten, und zu ernsthaften Konflikten führen. Es ist jedoch wichtig, darauf hinzuweisen, dass diese Klienten unrealistische Erwartungen an andere stellen, weil sie glauben, dass die Fähigkeiten ihrer Freunde und Kollegen den ihren ähnlich sind.

Wenn begabte Erwachsene diese Leistungs Ideale jedoch auf sich selbst anwenden, kann das Ergebnis verblüffend sein - eine Symphonie, ein gelöstes Problem, ein Kunstwerk, ein iMac. Susan verglich ihr Streben nach Perfektion mit einem "Extremsport". Sie musste das Ausmaß ihrer Fähigkeiten testen, "um das Leben interessant zu halten". Ihre Seele hatte das Bedürfnis, Ordnung und Schönheit zu schaffen. Wenn Therapeuten dies verstehen und nicht versuchen, ihre Klienten dazu zu bringen, ihre Ansprüche herunterzuschrauben, sondern ihnen stattdessen helfen, Prioritäten zu setzen, so dass weniger wichtige Projekte vereinfacht und wertvollere Arbeiten gründlich und durchdacht geplant und ausgeführt werden können, unterstützt dies die Authentizität der Klienten und bietet ihnen gleichzeitig Bewältigungsstrategien.

Es gibt noch eine andere Art von Perfektionismus, die zum Teil auf frühen Leistungsdruck und übermäßiges Lob für erbrachte Leistungen zurückzuführen ist. Er ist recht komplex und kann mit einer lähmenden Angst vor dem Versagen einhergehen. Dies war bei Susan kein Problem, ist aber in dieser Bevölkerungsgruppe sehr verbreitet. Es kann Prokrastinationsmuster beinhalten, die auf der Angst beruhen, andere zu enttäuschen oder den Erwartungen nicht gerecht zu werden, und kann den Erfolg in der Hochschulbildung und im Beruf ernsthaft untergraben. Therapeuten können dies am besten durch die Untersuchung der Dynamik in der Herkunftsfamilie angehen, indem sie ihre üblichen Ansätze der Familiensystemarbeit anwenden. Wenn sie sich auf den frühen Druck, die

Erwartungen an sich selbst und andere, den Erfolg oder Misserfolg und die Verbindungen zwischen Identität und Leistungen konzentrieren, können sie die Wurzel dieses Problems aufdecken und Lösungen finden.

Multipotentialität/Mehrfachbegabung

Beruflich war Susan als Politikanalystin im Bereich der erneuerbaren Energien tätig. Sie hatte sich für diesen Bereich entschieden, weil er ihr die Möglichkeit bot, viele ihrer Interessen und Fähigkeiten zu erkunden, einen Beitrag zur Verbesserung der Gesellschaft zu leisten und in einem schnellen Tempo mit viel Abwechslung und weltweiten Kontakten zu arbeiten. Die meisten begabten Klienten haben aufgrund ihrer vielfältigen Leidenschaften und Fähigkeiten sowie ihres Perfektionismus Schwierigkeiten bei der Berufswahl. Therapeuten können helfen, indem sie die Klienten anleiten, eine Karriere zu entwickeln, wie Susan es getan hat, die auf Werten, Bedeutung, Interessen und Unabhängigkeit basiert. Es kann sein, dass Klienten sich selbständig machen oder eine Karriere entwerfen müssen, die es noch nicht gibt, oder dass sie mehrmals die Karriere wechseln.

Susans Interessen reichten von Musik über europäische Kultur bis hin zu Bauplanung und vielen anderen Bereichen dazwischen. Diese Bandbreite und Vielfalt ist typisch und kann für manche Klienten eine Entscheidung unmöglich machen. Wenn Therapeuten Verständnis für die Schwere dieses Entscheidungsprozesses zeigen, ist das eine Erleichterung für die Klienten, die, wenn sie sich einmal entschieden haben, vielleicht über die nicht getroffene Berufswahl trauern müssen.

Beziehungen

Hochbegabte Erwachsene haben Schwierigkeiten, Freunde und Partner zu finden - Menschen, die eine ähnliche Tiefe, Komplexität, Sensibilität und Interessen haben. Paula Prober hat viele Klienten erlebt, die aufgrund lebenslanger Einsamkeit schwer depressiv waren. Susan verbrachte einen Großteil ihres Lebens damit, ihre Intensität zu zügeln und auf die Bedürfnisse anderer einzugehen, ohne Menschen zu finden, bei denen sie ganz sie selbst sein konnte. Sie war wie der mehrstöckige Bungalow im Handwerkerstil mit dem Gemüsegarten im Vorgarten in einer Nachbarschaft von gepflegten zweistöckigen Reihenhäusern: zu bunt, fehl am Platz, seltsam. Die Leute hätten das Haus vielleicht faszinierend

gefunden, wenn sie sich die Zeit genommen hätten, es zu betreten, aber das taten nur wenige.

Aber Susan hatte ein paar Freunde. Die, die ihr am ähnlichsten waren, fand sie durch ihre Arbeit. Einer war in Schweden, einer in Malaysia und einer in Minnesota. Dies ist eine Lösung für Klienten. Sie müssen überall nach Gleichgesinnten suchen und offen sein für weniger traditionelle Arten von Beziehungen, bei denen beispielsweise Ort, Alter und Geschlecht nicht so wichtig sind.

Auch Susan hatte einen Partner gefunden. Jim war elf Jahre jünger als sie. Sie heirateten, als sie Mitte dreißig war. Susan beschrieb ihn als einfühlsam, belesen und intelligent. Sie sagte, dass es einige Unterschiede in Stil, Komplexität und Tiefe gab, die zu Spannungen, Frustration und Unmut führten. Zum Beispiel führte Susan den Haushalt. Obwohl sie Vollzeit arbeitete, kümmerte sie sich um die Finanzen, die Hausarbeit und alle anderen Aufgaben. Jim fehlte es an Konzentration und der Fähigkeit, Aufgaben zu erledigen; Entscheidungen zu treffen, fiel ihm schwer. Auch wenn sie sich in Erziehungsfragen einig waren, war Susan der aktivere Elternteil. Es überrascht nicht, dass Jim sich angesichts ihrer großen Kompetenz eingeschüchtert und unsicher fühlte. Die Kommunikation war begrenzt und unbeholfen. Manchmal gab Susan sich selbst die Schuld, ein anderes Mal dachte sie, dass ihr Partner sich nicht genug anstrengte oder ihr absichtlich etwas vorenthielt. Sie erkannte nicht, dass er einfach nicht in der Lage war, auf demselben Niveau zu funktionieren. Sie befanden sich in einer Sackgasse.

Paula Prober beschrieb Susan die Frustration und Einsamkeit, die viele begabte Menschen in Partnerschaften empfinden. Wie bei den anderen oben beschriebenen Problemen half ihr die einfache Bestätigung ihrer Erfahrung und die Tatsache, dass es nicht immer eine Gabe war, "so klug" zu sein, sich auf das Problem einzulassen und gemeinsam mit Paula Prober nach Lösungen zu suchen. Als sie mehr Details über die eigenen Probleme erfuhr, schlug Paula Prober ihr eine Paarberatung vor und verwies sie an jemanden, der sowohl mit Paaren arbeitete als auch etwas von Hochbegabung verstand.

Susan hatte einen Ehepartner gefunden, der bereit war, sich selbst zu erforschen; viele Klienten tun das nicht. Sie sehnen sich nach einem Partner, der genauso tief eintaucht wie sie, vor allem in emotionaler und spiritueller Hinsicht. Oft schwimmen sie allein. Wenn sie jedoch ein klareres Bild von ihrer Begabung bekommen, können sie anfangen,

befriedigende Partnerschaften und Freundschaften zu finden, weil sie besser wissen, wer sie sind und wonach sie suchen.

Schlussfolgerung

In unserer letzten Sitzung ließen sie die gemeinsame Arbeit Revue passieren. "Ich habe jetzt ein Fundament unter mir", sagte sie. Sie beschrieb, dass sie mit den Kompromissen, die sie mit ihrem Mann und anderen eingehen musste, besser zurechtkam und gleichzeitig das Vertrauen hatte, dass sie sich mit Höchstgeschwindigkeit und in die Tiefe bewegen konnte. Vor allem aber habe sie gelernt, dass sie das Recht habe, sie selbst zu sein - nach Komplexität zu suchen, Ekstase und Verzweiflung zu empfinden, sich von ihren Empfindlichkeiten leiten zu lassen, anstatt sie als Pathologie zu betrachten, das Lernen zu lieben und ein erfülltes, ununterbrochenes, soziales und leidenschaftliches Leben zu führen. Sie sagte, sie habe nicht mehr das Gefühl, dass sie versuchen müsse, sich in eine Kiste zu stecken oder das "pulsierende Leben" darin zu verstecken. Oder vielleicht hat sich die Schachtel auch nur verwandelt. "Es fühlt sich eher wie ein Nest an, nicht wie ein Käfig... Es fühlt sich wie Freiheit an."

Es gibt unendlich viele Arten von Klienten, die eine Therapie suchen. Eine selten untersuchte und oft missverstandene Gruppe sind die Menschen, von denen wir annehmen, dass es ihnen gut gehen wird, weil sie "so klug" sind. Diese Menschen stehen vor ernsthaften Herausforderungen, aber es gibt bedeutende, recht einfache Möglichkeiten, wie Therapeuten ihnen helfen können - indem sie ihnen die Schwierigkeiten erklären, die sich aus ihrer Begabung ergeben können, ihren Schmerz anerkennen, ihnen helfen, Wege zur Bewältigung zu finden, und ihre Suche nach Authentizität und Bedeutung unterstützen.

Paula Prober, M.S., M.Ed. ist eine zugelassene Beraterin in privater Praxis in Eugene, Oregon. In den 30 Jahren, in denen sie mit Hochbegabten arbeitet, war Prober Lehrerin, Beraterin, Lehrbeauftragte und Gastdozentin an mehreren Universitäten. Derzeit berät sie begabte Erwachsene und Jugendliche sowie Eltern von begabten Kindern.

Quelle: <https://www.sengifted.org/post/counseling-gifted-adults-a-case-study> (20.05.2022)