



Hoogbegaafdheid, vloek of zegen?

Vele hoogbegaafde personen ondervinden heel wat problemen door hun hoogbegaafdheid. Toch hoeft dit niet steeds een probleem te zijn. Hoogbegaafdheid is in eerste instantie een gave, die je verder kan ontwikkelen, maar die specifieke noden heeft.

Als rector Rik Torfs al de boutade op Twitter gooit, dat je vandaag met hoogbegaafden de straten kunt plaveien, kan je niet anders dan denken dat er een perceptie in onze maatschappij is ontstaan dat er wel heel veel kinderen als hoogbegaafd worden bestempeld. Velen in onze maatschappij denken dat échte hoogbegaafdheid slechts heel zelden voorkomt. Onderwijspersoneel, psychiaters en psychologen denken daarnaast dat intelligente personen uiterst weinig problemen ondervinden en zelden speciale hulp nodig hebben. Dit zijn twee wijdverspreide mythes die hoogbegaafde personen die wél degelijk problemen hebben, helaas niet vooruit helpen. Heel weinig mensen zijn zich ervan bewust dat hoogbegaafde kinderen een risico vormen om te gaan onderpresteren, dat ze dikwijls problemen hebben met het vormen van vriendschapsrelaties, dat ze perfectionistisch zijn en een risico lopen voor existentiële depressie. Ook hoogbegaafde volwassenen komen regelmatig problemen tegen op het werk, met hun baas of collega's, maar ook bij vrienden, hun partner en kinderen. Een existentiële depressie is ook bij hen niet ver uit de buurt. Het meeste risico echter ondervinden diegenen die tweemaal uitzonderlijk zijn en naast hun hoogbegaafdheid ook nog een handicap, leer- of gedragsstoornis hebben. Deze kinderen worden nog minder als hoogbegaafd herkend en daardoor verkeerd gediagnosticeerd met alle gevolgen van dien.

Hoogbegaafde kinderen die goed functioneren op school worden sneller geïdentificeerd als hoogbegaafd. Zij functioneren over het algemeen ook goed op andere gebieden en lopen daardoor ook minder risico om sociale en emotionele problemen te ondervinden, vooral als ze vanwege de vroege identificatie op school voldoende uitgedaagd worden. Maar aan de andere kant kunnen de niet-geïdentificeerde kinderen, ondanks hun hoge potentieel, niet deelnemen aan een kangoeroeklas of krijgen ze geen moeilijke, uitdagende leerstof op school waardoor de kans groter is dat ze het moeilijk krijgen op sociaal en emotioneel gebied. Het onderzoek naar hoogbegaafdheid richt zich minder op deze laatste groep kinderen omdat bij de definitie van hoogbegaafdheid steeds de nadruk werd - en nog steeds wordt - gelegd op het leveren van hoge prestaties. Meestal worden enkel kinderen die overduidelijk excelleren als hoogbegaafd beschouwd waardoor het merendeel van de studies naar hoogbegaafdheid, met vooral deze hoogpresterende groep kinderen als steekproef, uitwijst dat hoogbegaafden nauwelijks sociaal-emotionele problemen ondervinden. Bij beide groepen zijn er uiteraard uitzonderingen. Sommige niet-geïdentificeerde hoogbegaafde kinderen groeien uit tot volwassenen die stevig in hun schoenen staan en omgekeerd zijn er hoogbegaafde kinderen die een uitstekende schoolcarrière hebben genoten en toch problemen krijgen op het werk.

Sommige hoogbegaafde kinderen hebben dan ook psychologische begeleiding nodig om goed te kunnen functioneren in onze maatschappij. Er zijn een aantal kenmerken van hoogbegaafdheid die ervoor zorgen dat deze kinderen meer sociale en emotionele problemen ervaren. Meestal komen die problemen pas tot uiting op moment dat deze kenmerken gaan interageren met de omgeving, met de cultuur waarin ze leven, met de opvoeding die ze genieten, met de waarden die ze meekrijgen. Het is ironisch dat juist die kenmerken die hun sterktes zijn, net ook een zwakte kunnen zijn.

Kenmerken van hoogbegaafden:

- Hoogbegaafden verwerven kennis op een heel snelle manier maar hierdoor ergeren ze zich vlug aan de traagheid van de anderen;
- Ze zijn van nature heel erg nieuwsgierig waardoor ze soms genante vragen kunnen stellen;
- Ze hebben een sterke eigen wil en komen daardoor bazig of dominant over;
- Ze gaan op zoek naar het systeem achter iets, willen een patroon ontdekken waardoor ze soms rigide en obsessief lijken;
- Ze zijn zeer creatief en vinden graag dingen uit waardoor ze dikwijls niet volgens het plan van anderen lopen;
- Ze kunnen heel erg geconcentreerd zijn en worden niet graag gestoord waardoor ze soms als koppig worden ervaren;
- Ze hebben heel veel energie waardoor ze gefrustreerd zijn als er weinig te doen is;
- Ze hebben meestal heel diverse interesses waardoor ze soms als verstrooide professors worden aanzien;
- Ze hebben een sterk en speciaal gevoel voor humor dat niet steeds geapprecieerd wordt in de klas of op het werk;
- Ze observeren heel sterk waardoor ze makkelijk tegenstrijdigheden ontdekken en daardoor gedesillusioneerd kunnen worden.

Intensiteit

Normaal hoeven deze kenmerken niet problematisch te zijn op zich. Het is echter de interactie met de omgeving die in bepaalde situaties tot problematische gedragspatronen kunnen leiden. Zo zal hun omgeving meestal aangeven dat deze kinderen 'té' zijn, "Je bent te gevoelig", "Ze denkt veel te ver na", "Hij is toch zo idealistisch" of "Hij is té druk!". Deze extreme intensiteit kan aanleiding geven tot misdiagnoses zoals het vermoeden van ADHD bij deze laatste uitspraak. Deze kinderen zijn zo intens en gepassioneerd door hun hoge gevoeligheid dat hun gedrag voorbij de normale verwachtingen ligt. Hun overreactie - in de ogen van anderen - is vermoeiend waardoor ze het kind gaan mijden en het buiten de groep gaat vallen. Hun intense focus op bepaalde activiteiten, hun gedrevenheid en altijd alles excellent willen doen, kan moeilijk zijn voor anderen om mee om te gaan. Hoogbegaafden zijn zich scherp bewust van 'anders' te zijn, waardoor ze ontgoocheld kunnen zijn in het gebrek aan idealisme in de wereld. Persoonlijke frustratie en veel stress is het gevolg.

Perfectionisme en het vermijden van risico's

Door zich bewust te zijn van hoe iemand zou moeten presteren, gecombineerd met deze emotionele intensiteit, hebben veel hoogbegaafden heel hoge verwachtingen van zichzelf en van anderen. Wanneer ze in iets geïnteresseerd zijn, zijn ze heel gedreven en willen ze tot het uiterste gaan, maar hun eigen onrealistische doelstellingen vergen heel veel tijd en energie en is zeer dikwijls ook niet-productief. Naast het potentieel in een situatie zien ze ook heel veel problemen opdoemen, waardoor ze geneigd zijn om vooral geen risico te nemen en al wat er moeilijk uitziet te gaan vermijden. Dit kan op termijn leiden tot onderpresteren, een term waarmee bedoeld wordt dat je minder presteert dan waartoe je geacht wordt, zowel op schools gebied als daarbuiten.

Onderpresteren

De grootste redenen echter waarom een hoogbegaafd kind gaat onderpresteren hebben veelal te maken met ons schoolsysteem en hun andere manier van denken. Deze kinderen beseffen dat ze anders-zijn en willen zo erg erbij gaan horen, dat ze door de sociale druk zichzelf gaan aanpassen aan het niveau van de groep om geaccepteerd te worden. Als ze maar geen 'nerd' genoemd worden... Daarnaast kan het lesaanbod zodanig onder hun ontwikkelingsniveau liggen of niet afgestemd zijn op de manier waarop zij leerstof opnemen, dat ze helemaal gedemotiveerd raken. Het gevolg van het onvoldoende aanbieden van gepaste uitdagende leerstof maakt dat ze geen goede leerstrategieën en doorzettingsvermogen hebben ontwikkeld waardoor ze in het middelbaar onderwijs - maar soms ook vroeger al in de basisschool of later bij hogere studies - helemaal vastlopen.

Multipotentialiteit

Naarmate deze kinderen opgroeien, beseffen ze meer en meer dat ze wel degelijk bovengemiddelde capaciteiten hebben op velerlei gebied. Meestal is het hebben van vele talenten geen enkel probleem, vooral niet als je kind bent en dit kan uiten in verschillende hobby's en buitenschoolse activiteiten. Maar soms wordt het wel een probleem als je het gevoel krijgt dat er te weinig uren in de dag zitten. De intense gedrevenheid kan voor de volwassen hoogbegaafde leiden tot overspanning en burn-out. Ook jongvolwassenen kunnen problemen ondervinden door deze multipotentialiteit, maar dan vooral wanneer ze een beslissing moeten nemen omtrent studiekeuze en jobcarrière. In tegenstelling tot andere jongeren die kiezen op basis van wat ze het beste kunnen, moeten veel hoogbegaafde leerlingen een keuze maken op basis van totaal andere criteria dan hun bekwaamheid. Een studiekeuze gebaseerd op passie, waarden en zoeken naar betekenis is dan van belang, ook later bij het solliciteren naar een job.

Relaties met anderen

Problemen met anderen beginnen voor hoogbegaafde kinderen meestal van zodra ze naar school gaan. Voordien zagen ze zichzelf nauwelijks anders dan anderen. Maar in school zien ze dat andere kinderen nog geen kopvoeters tekenen, nog niet kunnen lezen, nog niet kunnen schaken, andere grapjes maken, enz. Van dat moment af beginnen ze ook reacties te krijgen van anderen: 'Je stelt teveel vragen', 'Je denkt teveel', 'Je bent te serieus, ongeduldig, te idealistisch,...' En dan klikt het niet meer met hun leeftijdsgenoten, waardoor hoogbegaafde kinderen het gezelschap gaan opzoeken van oudere kinderen of zelfs volwassenen om toch ietwat intellectueel aan hun trekken te komen. Ook later zijn veel hoogbegaafde volwassenen nog steeds op zoek naar hun soulmate, een échte vriend waarmee ze diepgaande gesprekken kunnen voeren.

Opvoeden van hoogbegaafde kinderen

De meeste problemen waar ouders van hoogbegaafde kinderen mee te maken krijgen, komen er doordat ze onvoldoende kennis hebben over hoogbegaafdheid. Zolang je niet weet waarop je moet letten, herken je geen ontwikkelingsvoorsprong bij je eigen kind, vooral niet als de andere kinderen in het gezin ook heel pienter zijn. Het is pas op een verjaardagsfeestje wanneer je je kind met leeftijdsgenoten bezig ziet, dat er heel misschien een belletje gaat rinkelen. Wanneer dan de diagnose van het kind effectief gesteld is, worden vele ouders voor het eerst een spiegel voorgehouden en beseffen ze plots dat ze zelf heel wat onverwerkte ervaringen hebben met hun eigen niet-(h)erkende hoogbegaafdheid. Het is dan ook van groot belang dat ouders in dit opvoedings- en verwerkingsproces begeleid worden door specialisten op gebied van hoogbegaafdheid. Begeleidingstrajecten zoals studiekeuze- of loopbaancoaching, persoonlijke coaching of opvoedingsbegeleiding, schooladvies en buitenschoolse uitdagende activiteiten... zijn meestal behoorlijk effectief bij hoogbegaafde kinderen en volwassenen, doordat ze alles sneller begrijpen en gaan toepassen. Maar beter nog dan genezen is voorkomen en daarvoor kunnen gezinnen terecht bij

verenigingen als Bekina (www.bekina.org) of EHP Belgique (www.ehpbelgique.org) in het franstalige gedeelte van ons land. Volwassenen vinden soms hun gading bij Mensa (www.mensa.be).

Sabine Sypré, voorzitter Bekina
21 april 2016

Enkele boeken die je op weg kunnen helpen:

- Webb, J.T., Meckstroth, E.A., & Tolan, S.S. (2005). *De begeleiding van hoogbegaafde kinderen. Een praktische gids voor ouders en andere opvoeders*. Assen: Van Gorcum.
- Kieboom, T. (2015). *Als je kind (g)een Einstein is*. Tielt: Lannoo.
- D'hondt, C., & Van Rossen, H. (2009). *Hoogbegaafde kinderen opvoeden. Praktische gids voor de sociaal-emotionele begeleiding van hoogbegaafde kinderen en jongeren*. Antwerpen: Garant.
- Verhey, D. & Descamps, L. (2010). *De hoogbegaafd survivalgids*. Sint-Niklaas: Abimo.
- Van Kempen, A. (2006). *Hoogbegaafd-en-werk*. Zoetermeer: Free Musketeers.