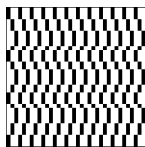


Hoogbegaafdheid bij volwassenen

ECHA intervisie-dag 13 juni 2015 Leiden



www.riannevden.nl

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Introductie



- Rianne van de Ven (1971)
- Bewust HB op 33-jarige leeftijd
- Coach voor hoogbegaafde volwassenen sinds 2007
- Voorzitter stichting Instituut Hoogbegaafdheid Volwassenen (IHBV)
- Eigenaar HB-forum en organisator diverse HB-bijeenkomsten / evenementen
- ECHA opleiding (gestart najaar 2014)

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Hoogbegaafdheid

- Houdt niet op als je 18 bent
- Iets dat je *bent* of iets dat je *kunt worden*?
- Maakt niet uit: indien verschil potentieel en realisatie daarvan
- Bij volwassenen: vaak herkenning via kinderen; *“Maar, dit gaat ook over mij!”*
- Omdat het woord zo lang gewoonweg niet bestond: veel onbewust-hoogbegaafde volwassenen

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Bewust HB

- Ontdekken of vermoeden ‘het’ te zijn
- Verdriet om hoe het ook had kunnen gaan *“Had ik dat toen maar geweten, dan.....”*
- Rouwperiode
- Mahoney: Bewustzijn – Erkenning – Waardering – Acceptatie leestip: coping through awareness

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Bewust HB	Tijdelijk?	<ul style="list-style-type: none"> • Rouw, verdriet • Groeit, ontwikkelt, leert capaciteiten te benutten 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiseert potentieel / benut capaciteiten • Neemt regie over eigen geluk • Ontwikkelingsgericht, gedreven, ambitieus
	Permanent?	<ul style="list-style-type: none"> • Slachtoffer • HB als excuus/oorzaak 	
Onbewust HB	Onbegrepen	<ul style="list-style-type: none"> • Weet niet van bovengemiddelde intelligentie en wat daarbij komt kijken • Kan zichzelf zelf heel dom vinden • Kan echt zeer slecht gaan (o.a. psychiatrische problematiek) 	<ul style="list-style-type: none"> • Effectieve coping strategieën ontwikkeld in omgaan met intelligentie gevoeligheid en snelheid • Hebben geen behoefte aan het woord ‘hoogbegaafd’
		Ongelukkig en/of onsuccesvol	Gelukkig en/of succesvol

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Geen doel maar middel

- Het begrip ‘HB’ is een middel en biedt:
 - Hulp bij herkenning
 - Erkenning
 - Een stapel aan literatuur, een zoekwoord op internet; verhoging zelfkennis, -inzicht
 - Een kenmerk op basis waarvan mensen bij elkaar komen; “er zijn er meer zoals ik!”
- Doel: het woord voorbij -> zelfontplooiing
- Je bent méér dan HB alleen
- Geen excuus!

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

HB-coaching

- Ontdekken hoe HB zich bij cliënt manifesteert
- Verklaring vinden voor dingen die niet lekker (of zelfs slecht) gaan
- Psycho-educatie: ook cliënt zelf moet kennis over HB vergroten
- Die punten aanpakken, nieuwe vaardigheden leren, beter zelfbeeld ontwikkelen
- Ophouden 'gemiddeld, normaal' mens te willen zijn, maar vanuit authentieke, ware zelf naar buiten treden
- KernTalenten: ontdekken waar je 'goesting' ligt!

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Veel voorkomende problemen (1)

- Zelfbeeld/zelfvertrouwen/zelfmanagement (intrapersoonlijk)
 - Laag zelfbeeld, als gevolg van het 'anders zijn'
 - Emotieregulatie; ontploffende vulkaan
 - Het hanteren van een (te) hoge meetlat, perfectionisme
 - Faalangst, slecht presteren als iemand op vingers meekijkt
 - Slecht kunnen omgaan met kritiek (persoonlijk opvatten)
 - Omgaan met hoogsensitiviteit
- Communicatie / interpersoonlijke vaardigheden
 - Slecht verbinding kunnen maken of behouden
 - Verschil tussen gelijk hebben en gelijk krijgen
 - Onbegrip en ongeduld tonen wanneer anderen niet zo snel schakelen tussen conceptueel en detailniveau als jij
 - Arrogant bevonden worden; stellig spreken
 - Zwart wit denken: Is iets niet goed? Dan is het DUS fout
 - Slecht toegankelijk voor collega's bevonden worden
 - Reageren op afwijking van ideaal (in hoofd) i.p.v. op wat er in de realiteit IS

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Veel voorkomende problemen(2)

- Loopbaan/werk
 - 12 ambachten 13 ongelukken
 - Arbeidsconflicten, vaak vanuit principes
 - Problemen hebben met autoriteit
 - Burn/bore out; goed worden in taken waar je geen energie van krijgt.
 - Snel verveeld zijn; interesse verliezen bij alledaagse of routinematige zaken; dan slordig ondanks perfectionistische aanleg
 - Zingeving

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Weten vs vermoeden

- Deze lijst is gebaseerd op praktijkervaring
- Wat weten we over HB bij volwassenen?
- Niet zo veel; wel veel kwalitatief materiaal
- Daarom: meer onderzoek nodig
- Is één van de speerpunten van het IHBV www.ihbv.nl



Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Andere vraagstukken

- Wel of niet vertellen of je HB bent?
- Wel/niet op je CV zetten?
- Vooroordelen!



Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Praten over je hoogbegaafdheid

- Zodra je het woord gebruikt, roep je de bestaande beelden in het hoofd van je gesprekspartner op
- Die bestaande beelden kunnen misvattingen en vooroordelen bevatten
- Alles wat je daarna zegt, wordt door die persoon tegen die beelden aangehouden
- Dat is 'vechten tegen de bierkaai' (zeker als die persoon niet geneigd is het beeld bij te stellen)
- Alles wat je hierna zegt, landt niet goed



Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Tip: kleur zelf het begrip in



- Vertel je gesprekspartner eerst hoe jij in elkaar zit. Liefst met specifieke, concrete voorbeelden en op onderdelen van hoogbegaafdheid
- Die persoon vormt dan een (nieuw) beeld van jou
- Gebruik je het woord daarna, dan is de ander meer geneigd zijn/haar beeld bij te stellen, mocht dat misvattingen/vooroordelen bevatten

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Voorwaarde

Om het op deze manier aan te kunnen pakken, moet je dus weten hoe jij hoogbegaafd bent.

- Hoe manifesteert het zich bij jou?
- Waar ben je goed in?
- Waar heb je last van?
- Kun je verbinding met anderen maken?



Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Hulpmiddel: Delphi-model

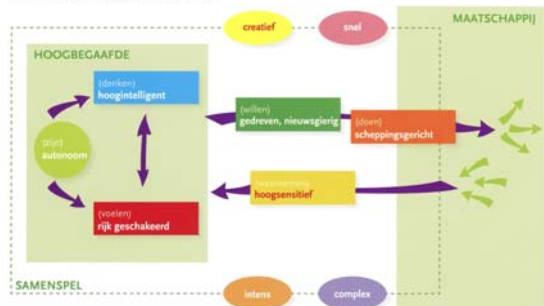
- Twintig experts op het gebied van hoogbegaafdheid – zelf hoogbegaafd – kwamen gezamenlijk tot een positieve omschrijving (een kenschets, een definitie) van hoogbegaafdheid.
 - Project 2007
 - Van binnenuit
 - Existentieel model
 - Empowerment van hoogbegaafden
- Toetsing symposiumbezoekers en enquête onder > 300 volwassenen

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting



Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

DELPHI-MODEL HOOGBEGAAFDHEID ©



Uit: M.B.G.M. Kooijman - van Thiel (red.) Hoogbegaafd. Dat zij je zelf Over zelfbeeld en image van hoogbegaafden. OVA Productions, 2008

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Zijn	Denken	Voelen	Willen	Doen	Waarnemen
Autonoom	Hoog intelligent	Rijk-geschakeerd	Gedreven en nieuwsgierig	Scheppingsgericht	Hoog-sensitief
<ul style="list-style-type: none"> • Velt eigen oordeel • Maakt eigen afwegingen • Blijft daarbij tot iets anders zich aandient 	<ul style="list-style-type: none"> • Zeer analytisch van aard • Matrix-denken (meerdere sporen, niveaus en tijdstippen tegelijkertijd. Metacognitie: nadenken over de matrix zelf) • Gemakkelijk afwisselen tussen divergeren en convergeren • Groot associatievermogen • Goed geheugen 	<ul style="list-style-type: none"> • Veel emoties tegelijkertijd • Soms zo veel dat afsluiten nodig is • Sterk verweven en gekleurlijk • Genuanceerd en kleurig 	<ul style="list-style-type: none"> • Veel willen • Het liefst meteen • Telkens weer iets nieuws • Leergierig, willen ontdekken • Vastbijten • Heel ver doorgaan • Gemakkelijk in een flow 	<ul style="list-style-type: none"> • Altijd - en met veel plezier - bezig met het maken van iets: model, proces, theorie, plan, techniek, methode, analyse, overzicht, uitvinding, verbetering, spel, idee, product, puzzel, schilferij, muziekstuk • Denkwerelden, structuren, verhalen, beelden 	<ul style="list-style-type: none"> • Gradueel ander neurologisch systeem: -meer, duistere en snellere zenuwen -gevoeliger zenuwleisden -meer en snellere plaatsen tegelijkertijd actief • Alles komt tegelijkertijd, in volle ruisance, heel precies, met volle lading binnen
Snel	Intens	Creatief	Complex		

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting



Te bestellen via <http://www.oja-productions.nl>

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting



Afronding
VRAGEN

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting