

GLAMOUR

**BIGGEST
FASHION
MAGAZINE**

ALTIJD!

€2,99

MEI 2012

**HELLO
SUNSHINE!**

478 TRENDS

- JEANS IN PASTELTINTEN
- JURKEN IN BLOEMENPRINTS
- NOSTALGIE PUR SANG
- ROCKSTAR-ALLURE
- ODE AAN JAPAN

RIANNE IS SUPERSLIM

Nu weet ik pas:
mijn hoogbegaafdheid
mager zijn'

BEAUTY WORKSHOP

SNEL STAPPENPLAN VOOR EEN STRLENDE HUID

**EEN
OPEN
RELATIE
WERKT
DAT?**

SPICY

**64 MANNEN
& VROUWEN
OVER ELKAAR**

**SCARLETT
JOHANSSON**

'Ik ben een nachtdier'

JIJ EEN CHAOOT?

WELNEE, JUIST HEEL CREATIEF
(CHECK JE VERBORGEN TALENT OP PAGINA 68)



RIANNE IS SUPERSLIM

'Ik hoogbegaafd? No way!'

Tekst: Jolanda Hofland
Fotografie: Jasmine Van Hevel



Ze had emotionele uitbarstingen, was extreem perfectionistisch en wilde altijd het laatste woord hebben. Pas op haar 33ste ontdekte Rianne de oorzaak: ze is hoogbegaafd. Dat veranderde haar complete zelfbeeld. "Vroeger vond ik mezelf nooit goed genoeg. Nu weet ik: dat ben ik wel."

Rianne: "Op mijn 33ste kwam ik erachter dat ik hoogbegaafd ben. Een collega spoorde me aan een thuistest in te vullen op de site van stichting Mensa (vereniging voor hoogbegaafde volwassenen, red.). Dat deed ik. Ik scoorde hoog. Eerst geloofde ik het niet. Ik hoogbegaafd? *No way*. Einstein was hoogbegaafd, ik heb de universiteit niet eens afgemaakt. Toen wist ik nog niet dat veel hoogbegaafden hun opleiding niet afmaken. Mijn nieuwsgierigheid was geprikkeld, dus ik ging me erin verdiepen. Ik las ervaringsverhalen van anderen. Dat voelde als thuiskomen. Ineens vielen puzzelstukjes op hun plek. Dingen die ik mijn leven lang lastig en stom aan mezelf heb gevonden, kregen een kapstok. Mijn emotionele uitbarstingen, mijn perfectionisme, de betweter in mij – stuk voor stuk eigenschappen die veel voorkomen bij hoogbegaafden – had ik nooit eerder in verband gebracht met mijn IQ. Hierdoor veranderde mijn totale zelfbeeld. Alsof ik ineens iemand eureka hoorde zeggen. Al die jaren had ik mijn intelligentie – onbewust – verstopt en als negatief ervaren. Nu realiseerde ik me dat slim zijn vooral iets goeds is, een talent. Sindsdien kijk ik anders naar mezelf. Positiever. Mijn hoogbegaafdheid mag er zijn. Vroeger vond ik mezelf nooit goed genoeg. Nu weet ik: dat ben ik wel."

GOUDEN KOPPEL

"In de periode dat ik ontdekte dat ik hoogbegaafd was, had ik een relatie met Teun. Met hem was ik direct

vanuit mijn ouderlijk huis gaan samenwonen. We waren een gouden koppel dat carrière maakte, veel geld verdiende, de wereld rondreisde en genoot. Ik dacht altijd dat ik heel gelukkig was met mijn relatie, maar nu ik op een andere manier naar mezelf keek, zag ik dat ik nauwelijks mezelf was. Teun en ik deden leuke dingen, maar – als ik eerlijk was – waren het allemaal zijn initiatieven. Ik was overal voor te porren, vond alles leuk. Voor het eerst viel het me nu op dat er geen enkel idee uit mijzelf kwam. Ik vertoonde het gedrag van een *pleaser*. Iemand die er alles aan doet om er maar bij te horen. Teun kon hier niets aan doen. Uiteindelijk heeft onze relatie het niet gered. We zijn in goede harmonie uit elkaar gegaan. Ik moest uitvinden wie ik was, wat ik leuk vond en wat ik wilde. Daarvoor had ik ruimte nodig, om mezelf te vinden. Ik zocht professionele hulp. Want ook buiten mijn relatie deed

'SINDS IK ME
REALISEERDE DAT
SLIM ZIJN IETS GOEDS
IS, EEN TALENT, KIK
IK ANDERS NAAR
MEZELF. POSITIEVER'

ik wat de omgeving van me vroeg. Terugkijkend ben ik dat gedrag voor het eerst gaan vertonen op de lagere school en indirect heeft het alles met mijn hoogbegaafdheid te maken. Tegenwoordig worden hoogbegaafde kinderen er vaak uitgepikt, in mijn tijd was dat nog niet zo. **Wat ik me vooral herinner uit mijn jeugd is verveling.**

Ik had altijd als eerste mijn taken af. Om toch wat om handen te hebben, ging ik kletsen. Daarmee leidde ik de andere kinderen natuurlijk af, wat me niet erg geliefd maakte. Sowieso kon ik slecht stilzitten. Ik was een heel beweeglijk kind. In mijn rapport stond regelmatig dat de juf vaker mijn achterkant zag dan mijn voorkant. De leraren wisten dat ik uitblonk, maar ze deden er niets mee. Op de kleuterschool las en schreef ik al hele zinnen. Mijn moeder is één keer naar school geweest om erover te praten. Ze maakte zich zorgen over mijn grote voorsprong. Ik kom niet uit een intellectueel gezin. Mijn ouders hebben allebei niet gestudeerd en vonden glansrijke schoolresultaten minder belangrijk. Thuis kreeg ik eerder een compliment voor iets waarvoor ik hard had gewerkt, dan voor iets dat me makkelijk kwam aanwaaien. Mijn moeder vroeg de docenten wat zij van mijn prestaties vonden. Maar die namen haar totaal niet serieus. In plaats van begrip te tonen of naar oplossingen te zoeken, lachten ze haar uit. 'O, dus u denkt dat u een slim kind heeft?' was hun commentaar. Daarmee gaven ze het signaal af dat het *not done* is om een hoogbegaafd kind te hebben. Ze heeft er daarna nooit meer met een woord over gerept. Het slim zijn werd thuis én op school weggestopt."

SLIMME NERD

"Om me op school toch wat te doen te geven, kreeg ik klusjes. Ik mocht meehelpen dictees nakijken van klasgenoten, boodschappen halen of koffiezetten. Vrijwel nooit kreeg

ik een intellectuele uitdaging in de vorm van extra werk. Eén keer mocht ik een Engelse kruiswoordpuzzel maken. Fantastisch vond ik dat. Het laatste schooljaar was ik door de stof heen, en bracht ik veel uren door in de schoolbieb. Dat was niet alleen saai en eenzaam, het maakte me ook weinig populair. Ik was dat kind met die beugel en die bril dat altijd met haar hand omhoog zat omdat ze het antwoord wist. Met de rest van mijn klas had ik nauwelijks aansluiting. Ze vonden me vreemd, lieten me links liggen of dreven de spot met me. Ik was volkomen overgeleverd aan hun grillen. Natuurlijk probeerde ik elke dag opnieuw om in het gevele te komen bij de groep. Erbij willen horen is een basale, menselijke behoefte. Maar het gekke is dat als ik eens mocht meedoen met hun spel, ik daarna niet wist hoe snel ik moest weggan. Want juist in de groep werd ik weer zo geconfronteerd met mijn 'anders zijn'. Ik vond andere dingen leuk dan mijn klasgenoten. Zij hadden het over verkering, schreven elkaar briefjes. Dat vond ik zo stom. Dat je je daarmee bezighield! Ik zocht toen al naar meer diepgang. Ik was van de wereld redden. Las alles over zure regen, de bio-industrie en zeehondenjacht. En als anderen gingen zwemmen, wilde ik liever naar het museum. Op school probeerde ik dan te schilderen à la Mondriaan of Van Gogh, waar de rest van de klas me dan weer om uitlachte. De meesten wisten niet wie die schilders waren. Ik voelde toen al dat ik met mijn intelligentie niet te koop moest lopen. Dat werd niet gewaardeerd. Sterker nog: daarmee zijn mijn problemen begonnen. Hoge cijfers, kennis, uitzonderlijke schoolresultaten, ze werden door niemand echt gezien. Ik kreeg geen waardering

terwijl ik daar nu juist zo gevoelig voor was. Natuurlijk deed dat pijn en voelde ik me af en toe eenzaam, al kon ik dat in mijn jeugd nog niet zo goed onder woorden brengen. Een eenzelgänger ben ik echter nooit geweest. **Zodra ik me eenzaam voelde, ging ik me aanpassen aan anderen. Deed ik van alles om die waardering wél te krijgen. Ook dingen die niet bij me pasten. Ik bleek plooibaar, deed precies wat de buitenwereld van me verwachtte. Zo werd ik een pleaser."**

NIEUWE START

"Na de lagere school was ik blij dat ik een nieuwe start kon maken op het gymnasium. Maar ook hier ging het al snel mis. De lessen boeiden me totaal niet. Ik werd er recalcitrant van. En toen ik de brugklas moest overdoen door twee vijven op mijn rapport en mijn slechte gedrag, sloeg ik helemaal door. Ik ging lessen saboteren en werd de aanjager van al het kattenkwaad dat werd uitgehaald. Mijn haar verfde ik in allerlei kleuren, ik liet gaatjes in mijn oor schieten en had een ontzettend grote mond. In

'HOE VAAK IK WEL NIET GEHOORD HEB: DAT HOEF JE NOG NIET TE WETEN'

een mum van tijd had ik een reputatie opgebouwd: ik was het meisje dat alles durfde. Na het derde jaar keerde die reputatie zich tegen me. Er werd van alles van me verwacht. De sociale druk om rotzooi te trappen, groeide alleen maar, maar ikzelf wilde niet meer. De enige oplossing was opnieuw overstappen naar een andere, grotere school. Daar liepen leerlingen rond die nog excentriker waren dan ik. In alles was ik niet meer

de extreemste. Ik kon hier verdwijnen in de massa en dat was precies wat ik toen nodig had. Bovendien ben ik in die tijd heel fanatiek gaan sporten. Basketbal. Daar kon ik mijn agressie kwijt. Een leuke bijkomstigheid was dat ik daar wél werd gezien. Mijn sportieve prestaties werden beloond en gestimuleerd."

COMMUNICATIECURSUSSEN

"Na het voortgezet onderwijs heb ik een halfjaar een hbo-opleiding gevolgd en twee jaar universiteit gedaan. Beide heb ik niet afgemaakt. Op de universiteit werd van me verwacht dat ik dat wat in de hoorcolleges werd verteld, kon reproduceren. En dát is iets wat hoogbegaafden slecht kunnen. Wij nemen de stof op, maken die ons eigen en tillen het dan naar een hoger niveau om erover te praten. Maar dat is niet de bedoeling. Hoe vaak ik wel niet gehoord heb: dat hoef je nog niet te weten. Ik besloot te gaan werken. Als het op school niet lukte, zou ik me in de praktijk wel bewijzen. Via het uitzendbureau kon ik aan de slag als secretaresse. Later werd ik manager, consultant en kreeg ik een internationale functie. Ik maakte carrière in de ICT-wereld en deed het hartstikke goed. Natuurlijk waren er ook zaken die beter konden. Ik liep vaak tegen communicatie-problemen op, iets waar meer hoogbegaafden last van hebben. Als ik iets uitlegde, begrepen collega's me vaak niet. Dan baalde ik dat ik niet tot ze kon doordringen. Was ik kwaad op mezelf dat ik het niet goed uitlegde en boos op hen omdat zij het niet begrepen. In zulke situaties kon ik van pure frustratie stampvoeten. Collega's vonden me belerend en betweterig. Met als gevolg dat ze helemaal niet meer naar me luisterden, wat ik weer onterecht

vond. Als ik een situatie niet onder controle had, voelde ik me onmachtig, alsof ik faalde. Later had ik pas door dat ik in mijn uitleg veel grotere stappen nam en andere verbanden legde dan collega's. Ik was degene die haar verhaal moest aanpassen. Maar dat wist ik toen nog niet. Tijdens functioneringsgesprekken kreeg ik vaak te horen dat ik te kritisch was, te veel het woord opeiste en slecht luisterde. Ik kon mensen enorm tegen me in het harnas jagen. Ook privé. Als ik gelijk had, dan zou ik dat krijgen ook. Ik was ook perfectionistisch, kon slecht omgaan met fouten. Hoeveel communicatiecursussen ik niet gevolgd heb, maar voor mijn gevoel zetten ze weinig zoden aan de dijk. De kritiek bleef, wat weer funest was voor mijn zelfbeeld. Ondertussen deed ik stinkend mijn best om het 'goed' te doen op alle fronten. Zodat anderen tevreden waren en me prijsden. Tot die collega dus aankwam met de hoogbegaafdheidstest."

ZOEKEN NAAR GEVOEL

"Na mijn scheiding woonde ik voor het eerst in mijn leven in een eigen huis. Een vreemde gewaarwording. **Daar zat ik dan: 33 jaar en geen idee wat ik met mezelf aan moest.** Over de meest lullige dingen zat ik te dubben. Ik weet nog dat ik op een avond dacht: in welke muziek heb ik zin? Vroeger hoefde ik daar nooit over na te denken. Ik vroeg mijn ex 'wat wil je horen?' en dat zette ik dan op. Ik vond alles prima. Wat ik diep vanbinnen écht wilde, wist ik niet. De grootste les die ik in die periode leerde, was dat zelfinzicht belangrijk is. Het helpt je verder te komen in het leven. Ik weet nu beter hoe ik in elkaar steek, waarom ik reageer zoals ik reageer. Wat me blij of woedend maakt en

waar mijn emoties überhaupt zitten. Want juist omdat mijn IQ zo hoog is, heb ik daarop altijd leren vertrouwen. Hierdoor raakte de verhouding ratio en emotie behoorlijk uit balans. Ik kon altijd wel argumenten verzinnen waarom ik voor of tegen iets was. Daardoor luisterde ik nauwelijks naar mijn gevoel. Ik kon ook moeilijk bij mijn emoties komen. Als ik boos, verdrietig of heel blij was, overviel me dat. Mijn emoties zaten verstopt onder een zware putdeksel ter hoogte van mijn middenrif. Fysiek voelde ik daar altijd spanning, alsof alles op die plek werd afgeknepen. Mijn putdek-

'IK HEB GELEERD DAT ZELFINZICHT BELANGRIJK IS. DAT HELPT JE VERDER'

sel zat altijd dicht. Het kende slechts één andere stand: wagenwijd open. Waardoor alles er tegelijkertijd uitspoot als bij een vulkaanuitbarsting. Ik voelde dat zelf niet opkomen en mijn humeur kon dus – als een blad aan een boom – omslaan. Verwarrend voor anderen. Gelukkig heb ik dat nu, door trainingen, veel beter onder controle. Ik beslis overigens nog steeds niets puur intuïtief, ratio blijft belangrijk voor me. Al speelt mijn gevoel een steeds grotere rol."

ERVARINGEN DELEN

"Want doordat ik beter bij mijn gevoel kan, weet ik ook weer wat ik leuk vind en waar ik voor sta. In feite ben ik weer dat kind van toen dat door de jaren heen haar authenticiteit was kwijtgeraakt. Ik heb een nieuwe partner die net als ik hoogbegaafd is. Hij begrijpt me, weet waarmee ik heb geworsteld. Mooi is dat mijn oude passies zijn teruggekomen. Ik verlies

me weer liever in de diepgang van een goed boek of film, dan dat ik me in sport stort. Ook de wereldverbeteraar in mij is terug. Ik ben weer politiek betrokken en vind het heerlijk om 's avonds met vrienden over maatschappelijke issues te debatteren. Misschien zit de grootste verandering nog niet eens zo in de dingen die ik doe, maar meer in hoe ik ze beleeft. Ik ben niet meer gericht op het krijgen van complimenten, ben ook niet meer bezig om het anderen naar de zin te maken. Ik geef niet meer zo veel om geld, status of aanzien. Ik doe dingen omdat ik ze leuk of belangrijk vind. Door mijn gewijzigde zelfbeeld doe ik het beter op mijn werk. Ik heb meer geduld als mensen me niet begrijpen. Als dingen niet overkomen, probeer ik ze gewoon op een andere manier uit te leggen. Mijn analytisch vermogen blijkt sterk ontwikkeld. Voorheen liet ik dat vooral los op computersystemen en businessproblemen, maar tegenwoordig gebruik ik het ook om mensen te coachen die in hetzelfde ontdekkingsproces zitten waarin ik zat. Ik ben mijn eigen coachingpraktijk gestart. Zo deel ik mijn ervaringen met anderen. Geschat wordt dat nog steeds ongeveer vijftig procent van de hoogbegaafden niet weet dat ze hoogbegaafd zijn. Voorlopig is er dus nog genoeg werk aan de winkel!" **G**

DE NAAM VAN RIANNE'S EXTEUN IS OP VERZOEK GEFINGEERD.

OVER SLIMMERIKEN

Ongeveer 2 tot 2,5 procent van de bevolking is hoogbegaafd. Alles wijst erop dat de mate van intelligentie erfelijk is. De combinatie van een flink aantal genen van beide ouders bepaalt uiteindelijk het intelligentieniveau. Hoogbegaafdheid komt even vaak bij vrouwen als bij mannen voor.

MEER INFO: WWW.MENSA.NL