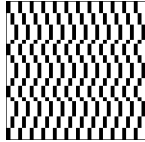


Slim zijn, lust of last?

Hoogbegaafdheid binnen WUR

25-01-2017



www.rianevden.nl

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Introductie



- Rianne van de Ven (1971)
- Coachpraktijk voor hoogbegaafde volwassenen sinds 2007
- Voorzitter stichting Instituut Hoogbegaafdheid Volwassenen (IHBV)
- ECHA Specialist in Gifted Education
- Gastdocent en onderzoeker VUBrussel relatie HB-HSP

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

HB op de universiteit

- Kun je overal tegenkomen
- Studenten, medewerkers
- Zelf, of een collega

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Definitie HB

- Er bestaat niet één algemeen geaccepteerde definitie
- En de meesten zijn ook nog eens gericht op kinderen
- In Nederland : Delphi-model Hoogbegaafdheid

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting



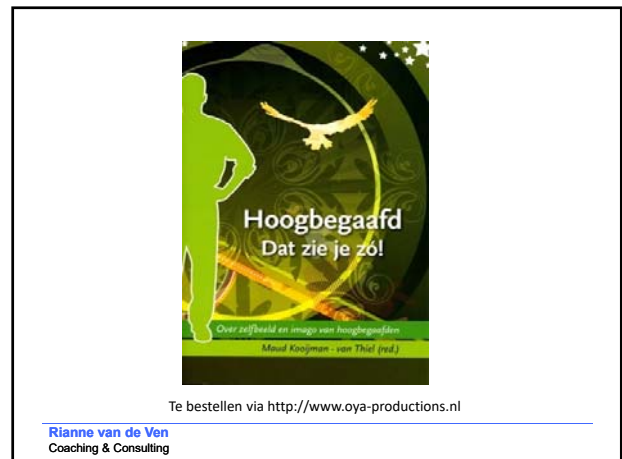
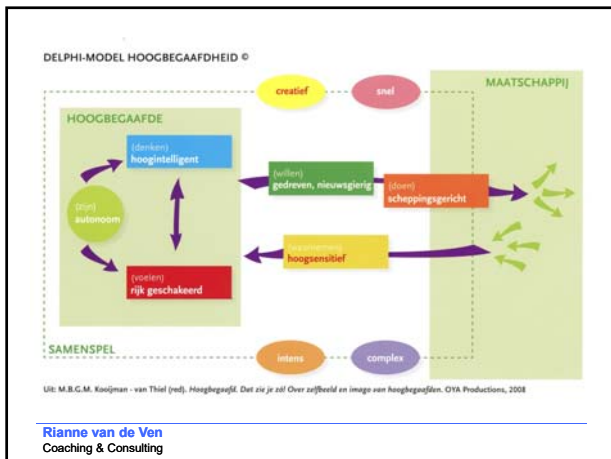
Een hoogbegaafde is een snelle en slimme denker, die complexe zaken aankan. Autonoom, nieuwsgierig en gedreven van aard. Een sensitief en emotioneel mens, intens levend. Hij of zij schept plezier in creëren.

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Delphi-model Hoogbegaafdheid

- Twintig experts op het gebied van HB
- Positieve omschrijving van HB bij volwassenen.
 - Project 2007 olv Maud van Thiel
 - Van binnenuit
 - Existentieel model
 - Empowerment van hoogbegaafden
- Toetsing symposiumbezoekers en enquête onder > 300 volwassenen

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting



Zijn: Autonoom

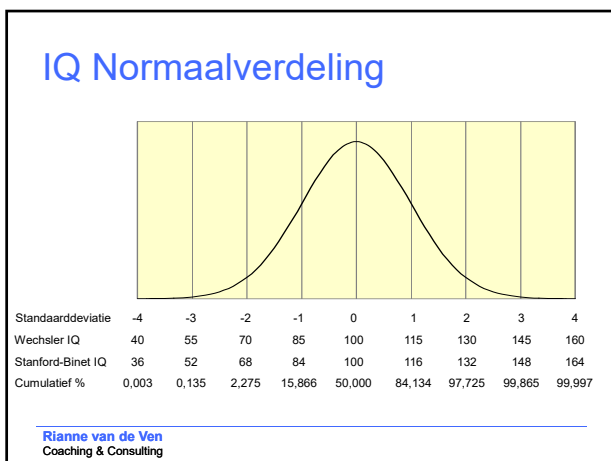
- Velt eigen oordeel
- Maakt eigen afwegingen
- Blijft daarbij tot iets beters zich aandient

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Denken: Hoogintelligent

- Zeer analytisch van aard
- Matrix-denken (meerdere sporen, niveaus en tijdstippen tegelijkertijd. Metacognitie: nadenken over de matrix zelf)
- Patroonherkenning
- Gemakkelijk afwisselen tussen divergeren en convergeren
- Groot associatievermogen
- Goed geheugen

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting



Indeling IQ waarde (Wechsler)

145-160	Zeer hoogbegaafd
130-145	Hoogbegaafd
115-130	Begaafd
100-115	Boven gemiddeld
85-100	Beneden gemiddeld
70-85	Moeilijk lerend
55-70	Lichte verstandelijke beperking
40-55	Matige verstandelijke beperking
25-40	Ernstige verstandelijke beperking
< 25	Zeer ernstige verstandelijke beperking

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Voelen: Rijk geschakeerd



- Veel emoties tegelijkertijd
- Soms zo veel dat afsluiten nodig is
- Sterk verweven
- Genuanceerd en kleurrijk

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Willen: Gedreven en nieuwsgierig



- Veel willen
- Het liefst meteen
- Telkens weer iets nieuws
- Leergierig, willen ontdekken
- Vastbijten
- Heel ver doorgaan
- Gemakkelijk in een flow

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

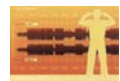
Doen: Scheppingsgericht



- 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, schilderij, muziekstuk
- Denkwerelden, structuren, verhalen, beelden

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Waarnemen: Hoogsensitief



- Aanwijzingen voor gradueel ander neurologisch systeem: (Dabrowski, Kalbfleisch)
 - meer, dunnere en snellere zenuwen
 - gevoeliger zenuwuiteinden
 - meer en snellere synapsen
 - brein op meerdere plaatsen tegelijkertijd actief
- Alles komt tegelijkertijd, in volle nuance, heel precies, met volle lading binnen

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Samenspel



Snel



Creatief



Intens



Complex

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Faalangst, perfectionisme, uitstelgedrag, leren leren

- van jongs af aan dingen in 1x goed doen
- nadenken over eigen aanpak?
- onbewust altijd in 1x perfectie verwachten
- uitstellen als je niet weet hoe iets aan te pakken
- falen voorkomen
- fixed mindset

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Fixed Mindset (wil slim lijken)	Growth Mindset (wil leren)
Gaat uitdagingen uit de weg	Gaat uitdagingen aan
Geeft snel op bij obstakels	Zet door ondanks obstakels
Ziet inzet als vruchteloos	Ziet inzet als pad naar meesterschap
Negeert zinvolle feedback	Leert van kritiek
Ziet het succes van anderen als bedreiging	Ziet het succes van anderen als inspiratie

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Advies

- Ken jezelf
- Weet dat je tot een minderheid behoort
- Neem jezelf niet als norm
- Wat werkt voor jou wel en niet?
- Ontwikkel growth mindset
- Afstemmen, niet aanpassen

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

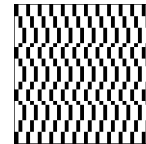
Meer weten?

- Schrijf vragen op de kaartjes
- Draag thema's aan voor vervolgsessies

Persoonlijke begeleiding nodig?

- Medewerkers: HR adviseur of BMW
- Studenten: Ruur Boersma, decanaat

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting



www.riannevden.nl

Rianne van de Ven Coaching & Consulting
Oude Zoomweg 16
6705 BR Wageningen-Hoog
0317-450166 of 06-55303001
info@riannevden.nl

Rianne van de Ven
Coaching & Consulting

Aantekeningen vragen/interactie

- Definitie hoogbegaafdheid - Delphi model
- 1e kenmerk: autonome zijn, velt eigen oordeel, eigen afwegingen, stront eigenwijs. Wat zijn hier de nadelen van: je staat soms alleen.
- 2^e kenmerk: hoogintelligent denken, 2.3% van de bevolking Zeer analytisch, matrix denken, gemakkelijk afwisselen tussen divergeren en convergeren, groot associatievermogen, goed geheugen. Nadeel: kan afleidend zijn, veel onderwerpen aan elkaar koppelen, waardoor je afdwaalt, mensen begrijpen niet waar je het over hebt. Waar haalt ze het vandaan? Werd vroeger op school geïnterpreteerd als lastig, adhd. Nu ben ik een buitengewoon lastig docent. Op een andere golflengte zitten, snel alleen staan. In een groep werkt het dan niet.
- In NL geen testen boven 145 IQ, in engelsprekende taalgebieden is dat er wel.
- Vraag over "kun je hoog IQ hebben, maar toch niet hoogbegaafd zijn? Dat is een semantische discussie, Delphi-model gaat uit van de meerdere kenmerken, meer dan IQ alleen dus.
- 3^e kenmerk: rijk geschakeerd voelen. Veel emoties tegelijkertijd, soms zo veel dat afsluiten nodig is. Zowel positieve als negatieve gevoelens. Genuanceerd en kleurrijk, soms tegenstrijdige gevoelens. Nadelen: soms je helemaal afsluiten omdat het té heftig wordt. Dat je je kunt verliezen in de emoties van anderen (m.n. zeer empathische hoogbegaafden). Als een vulkaan uitbarsten van woede op een moment dat het eigenlijk niet uitkwam.
- 4^e kenmerk. Gedreven en nieuwsgierig. Nadelen: te veel willen, te veel ergens op doorgaan, losraken van de realiteit (beetje manisch). En je enthousiasme wordt niet altijd gedeeld, ik ben een raar mens. Always feel my education was interrupted by school. Burn out, niet genoeg grenzen stellen. Te veel in je hoofd, signalen van je lichaam niet oppikken. Ook bore out.
- 5^e kenmerk. Scheppingsgericht doen. Altijd en met veel plezier bezig met het maken van iets.
Wie kan beoordelen wat wel en niet excellent is in de maatschappij. Hb willen graag bijdragen aan de maatschappij, dingen maken/ontwerpen. $1 + 1 = 3$ (uit verschillende vakgebieden). Nadelen: ik liep vooruit, zag mogelijkheden die anderen nog niet zagen, moest wachten op de anderen. Dingen zien, combinaties maken. Anderen zeggen altijd: je moet ook eens iets leuks kan doen, ga eens lekker chillen, waar ben je nou mee bezig? Ik vind dit juist leuk. Gedwongen rusten (verplicht op de bank) geeft soms schuldgevoelens, ik heb nog zo veel te doen. Voel je lijf, dat geeft aan wanneer je moet rusten. Soms is rust highly overrated, krijg je er energie van?
- 6^e kenmerk Waarnemen: hoogsensitief. Dit is de kwetsbare kent, hier kun je heel erg overprikkeld van raken. Voorbeeld hoe ermee omgaan: even afsluiten van de omgeving (hardlopen, even geen sociale contacten). De grens tussen onderprikkeling en overprikkeling is heel klein. Soms een hele smalle marge tot wanneer de overprikkeling komt. Ander iets wat vaak voorkomt is synesthesie. Voorbeeld muziek, kleuren zien, vermenging van sensorische waarnemingen. Anderen kunnen niet tegen luide muziek, of een tikkende klok. Of mensenmassa's en feestjes vermijden, te druk. Hoogsensitieve mensen hebben meer hersteltijd nodig dan anderen. Hoogsensitief komt bij 15-20% van de mensen voor. Tip, je kunt kort naar feestje gaan en op tijd weer weg, overweeg het te vertellen, dat geeft anderen

wellicht de kans om het ook bespreekbaar te maken. Vragen over combinatie hoog sensitiviteit en introvert zijn. Ca 70% is introvert, maar hoog sensitief en extravert komt ook voor.

- Faalangst, perfectionisme, uitstelgedrag, leren leren/studeren.
Van jongs af aan dingen gedaan in 1x goed. Op latere leeftijd pas ervaren en leren, als het moeilijk wordt, soms falen. Anderen leren dat op jonge leeftijd. Het is ook op latere leeftijd te leren.
- Growth mindset (willen leren) en fixed mindset (sheet). Rianne: ik kom veel Hb tegen die eigenlijk een fixed mindset hebben ontwikkeld. Als leidinggevende heel herkenbaar, Hb medewerkers met een fixed mindset. Hoe kan ik als leidinggevende handelen? Met fixed mindset: kleine stapjes uit de comfort zone, met begeleiding, met gevoel voor veiligheid, weinig afbreukrisico en groot successen vieren. Zo, stapje voor stapje leren om uitdagingen niet uit de weg gaan. Gevoel non stop in gevecht met jezelf, omdat niemand ziet hoe moeilijk het is om van een fixed mindset af te komen. Het zou helpen als anderen ook zien dat ik bezig ben van een fixed mindset af te komen en ook weten dat het enorm veel moeite kost.
- Advies(sheet). Weet dat je tot een minderheid behoort. Jezelf kennen is belangrijk, dan kun je vanuit je kracht doseren en afstemmen. Reacties: als studie-adviseur, wat raadt je aan als een student bij me komt, nog niet bewust van Hb, wat kan ik dan adviseren? Je kunt het onderwerp bespreken. Ruur Boersma is zich vanuit het decanaat aan het specialiseren.
- Uit de zaal: ik ben bezig gegaan met het ontwikkelen van een growth mindset en ben daar in doorgeslagen... Dat is nou typisch Hb :)