

Als ouder van een hoogbegaafd kind, zelf ook hoogbegaafd?

Je kind blijkt hoogbegaafd te zijn, je gaat intensief over het onderwerp lezen en komt dan tot de conclusie: maar dit gaat ook over mij?!

Toen ouders van kinderen die nu op de basisschool zitten zelf naar de lagere school gingen, was er heel weinig over hoogbegaafdheid bekend in Nederland. Maar hoogbegaafde kinderen bestonden wel degelijk. De meesten zijn door het leven gegaan als niet-herkende hoogbegaafden. Op zich is daar niets mis mee. Hoogbegaafdheid staat immers niet equivalent voor “het hebben van problemen”. Echter, wanneer hoogbegaafde kinderen niet gestimuleerd worden (of erger nog: juist afgeremd worden) en niet leren omgaan met de talenten die ze bezitten, kunnen er op latere leeftijd wel degelijk problemen ontstaan.

Tegenwoordig is er beduidend meer aandacht voor hoogbegaafde kinderen. Vaak worden ze wel als zodanig herkend en krijgen aangepaste begeleiding of gaan naar een plusklas of een Leonardo school.

Vaak ontdekken ouders door de ontdekking van de hoogbegaafdheid van hun kind ook van zichzelf dat ze hoogbegaafd zijn. Dat is niet gek, want het is bekend dat hoogbegaafdheid een zekere mate van erfelijkheid kent. De ontdekking kan voor vele ouders leiden tot een schok die een behoorlijke verwerkingstijd kent. Sommigen ervaren deze periode zelfs als een existentiële depressie. Anderen beschrijven het als een soort van rouwverwerkingsproces.

De ontdekking dat het kind hoogbegaafd is komt vaak voor als resultaat van een onderzoek naar de problemen die het kind op school ervaart. En wanneer nu al deze aspecten in dezelfde periode bij elkaar komen – dus èn je hoogbegaafde kind heeft problemen èn je hebt net zelf de schokkende ontdekking gedaan dat je hoogbegaafd bent – dan kun je als ouder voor het dilemma komen te staan: “moet ik mijn aandacht op mezelf richten of op de problemen van mijn kind?”

Veel ouders kiezen om dat moment om hun kind voorop te stellen en zetten hun eigen persoonlijke ontdekking in de achtergrond. “Dat komt later wel, eerst mijn kind”. Maar, is dit wel zo verstandig? Wat geef je je kind mee door jezelf niet die ruimte te geven aan jezelf te werken?

Voor de duidelijkheid: ik heb zelf geen kinderen. Ik kan dus hoogstens bij benadering voorstellen welke vader- of moederinstincten een rol spelen in een dilemma als dit. Heb ik dan wel recht van spreken hier? Ja, is mijn mening. Want wat ik wel zelf aan den lijve ondervonden heb, is hoe het is om een niet (h)erkend hoogbegaafd kind te zijn. Een hoogbegaafd kind met ouders die zelf met bepaalde emotionele problematiek te kampen hadden maar daarmee niet aan de slag gingen. Als hoogbegaafd kind heb ik dit echter wel allemaal opgepikt en dit heeft bij mij ook de nodige ongewenste patronen veroorzaakt waar ik later veel energie in heb moeten stoppen om er vanaf te komen.

De eerste regel van EHBO zegt: zorg eerst goed voor jezelf voordat je het slachtoffer helpt. Wanneer je niet goed voor je eigen veiligheid zorgt, kun je de situatie namelijk verergeren. Is dit een passende metafoor voor ouders van hoogbegaafde kinderen? Naar mijn mening wel. De Poolse psychologe Alice Miller (1923-2010) geeft in haar boek “het drama van het begaafde kind” een goede uiteenzetting van wat emotionele problematiek van ouders bij

kinderen veroorzaakt. En hoe begaafder het kind, des te dieper de sporen die achtergelaten worden. Naar mijn mening is het belangrijk dat de ouder ten eerste goed voor zichzelf zorgt. Sterker nog, volgens deze redenering is dit zelfs een vereiste om goed voor het hoogbegaafde kind te kunnen zorgen.

Wanneer je als ouder wel aan de slag gaat met je eigen hoogbegaafdheidsontdekking, leer je je kind een aantal wijze lessen, zoals: *Ook volwassenen zijn niet perfect; Het is goed om aan jezelf te werken; Ik heb ook problemen en werk daaraan om een beter mens te worden; Ik wil goed voor jou zorgen, ook daarom werk ik aan mezelf.*

Wanneer je als ouder besluit – weer, in deze gegeven situatie – niet met jezelf aan de slag te gaan, maar al je aandacht op je kind te richten, wees je dan bewust van de boodschappen die je je kind dan (onbewust) meegeeft, zoals : *Jij bent heel belangrijk voor me, en ik cijfer mijzelf voor jou weg; Ik ben het niet waard om voor te vechten.* Daarnaast kunnen er bij de hoogbegaafde ouder – mogelijk ook weer ingegeven door de opvoeding uit hun eigen kinderperiode – onbewuste emotionele patronen aanwezig zijn. Zonder een goede zelfzorg om hoogbegaafdheid een plek in je leven te geven, kun je deze emotionele ballast onbewust en ongewild aan je kind doorgeven.

Mijn advies is dan ook: Wanneer je als ouder van een hoogbegaafd kind zelf tot de ontdekking komt dat je hoogbegaafd bent en je ervaart deze ontdekking in zekere mate als schokkend, doe er dan iets mee! Let wel, ik zeg niet: zorg enkel voor jezelf en niet voor je kind. Ik adviseer de aandacht aan beide te geven. Bespreek je hoogbegaafdheid met anderen, zoek lotgenoten op, bijvoorbeeld op een internetforum (www.hb-forum.nl) of bezoek bijeenkomsten voor hoogbegaafde volwassenen. Ga naar een in hoogbegaafdheid gespecialiseerde coach of een psycholoog. Doorloop het pad van persoonlijke groei dat vele andere hoogbegaafde volwassenen al doorlopen hebben en geef de volgende boodschap door aan je kind: met hoogbegaafdheid valt heel goed te leven!

Rianne van de Ven, december 2010
www.riannevdven.nl