

hoogbegaafd

Zijn wie je bent!



INLEIDING

Mede door mijn opleiding tot “Expert Hoogbegaafdheid in de zorg” borrelt het in mijn hoofd van de ideeën hoe ik mijn aanbod in de praktijk kan uitwerken. Ik zit vol ideeën maar om er voor te zorgen dat ik daar niet in blijf hangen én om beter zicht te krijgen op wat mijn doelgroep (vermoedelijk) hoogbegaafde vrouwen zelf wil en nodig heeft, heb ik een oproep gedaan voor een interview.

In de zomer van 2021 heb ik 14 interviews gehouden met (vermoedelijk) hoogbegaafde vrouwen.

Wat vond ik dit een feestje om te doen. Ik wil alle vrouwen dan ook hartelijk danken voor de fijne en vaak open gesprekken.

RECENSIE

Anoniem

“Ik wilde je nogmaals bedanken voor het heel leuke gesprek. Ik loop nu nog na te genieten.”

In dit rapport zal ik kort bespreken welke dingen mij zijn opgevallen.

Ik eindig met een aantal acties die ik zelf heb gedestilleerd uit alle ideeën die tijdens en na de interviews in me op zijn gekomen.

Hartelijke groet,
Johanneke de Hoop

VOORoordelen

Het woord hoogbegaafd heeft nog altijd een groot stigma in de samenleving. Er kleven nog te veel vooroordelen aan dit woord waardoor het ook niet makkelijk is om het voor jezelf te benoemen laat staan naar je omgeving toe.

De vooroordelen vanuit de samenleving zijn er en daar heb je wel invloed op maar het kost jaren om die om te zetten.

De vooroordelen die je zelf hebt over hoogbegaafdheid vind ik interessanter.

QUOTE

“Hoe kun je als hoogbegaafde een positief beeld uitstralen zolang je je eigen vooroordelen nog geloofd?”

FRUSTRATIES

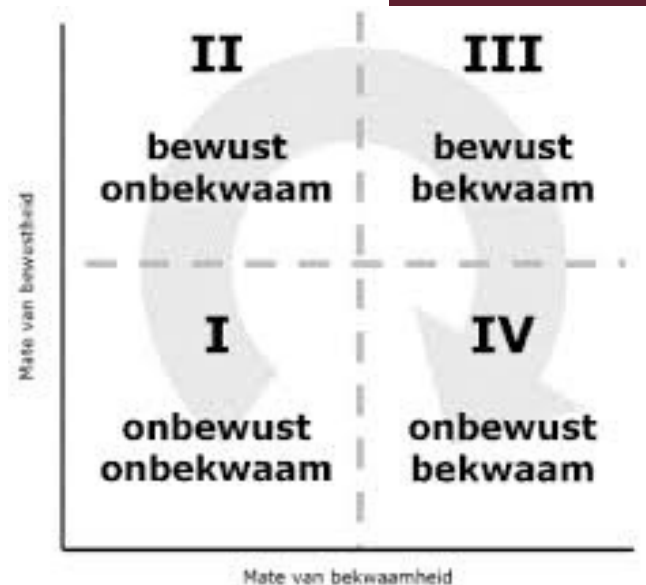
- Je anders (of een eenling) voelen;
- Bang om arrogant gevonden te worden;
- Jezelf niet slim vinden;
- De intensiteit die samenhangt met je hoogbegaafdheid;
- Hoogbegaafd, geen cadeautje;
- Straks val ik door de mand.

Volgens mij hangen de frustraties die men ervaart nauw samen met de vooroordelen die de hoogbegaafde zelf (nog) heeft.

Bij de moeders onder de geïnterviewden was er herkenning in de kinderen. De frustraties die ze nu tegenkomen op school en in de eigen omgeving zijn herkenbaar.

LEERCURVE

Tijdens de gesprekken viel het me op dat ik verschil merkte tussen de vrouwen en hoe ver ze waren in het erkennen van hun hoogbegaafdheid. Dit deed me sterk denken aan de verschillende fases van de Leercurve Hoogbegaafdheid (Rianne van de Ven), zie bijlage.



Een deel van de vrouwen twijfelt nog enigszins of ze zelf hoogbegaafd is, al wordt er tijdens de zoektocht veel herkend.

Zij zitten dan nog veel meer tussen fase I en fase II of net in fase II.

Er is dan zeker nog veel moeite met het woord hoogbegaafd zelf.

Andere vrouwen zaten m.i. in fase II of fase III.

Zij gaan al relaxter om met het zijn zoals je bent en hoeven het woord hoogbegaafd niet meer echt te gebruiken om zichzelf te omschrijven.

Het maakt dus wel degelijk uit hoe ver je bent in het omgaan met je hoogbegaafdheid en hoe je het gebruik van dit woord ervaart.

ACTIES

1. Aan je eigen vooroordelen kun je werken.

Daar wil ik een **workshop** voor lanceren. Een workshop waarin je afscheid neemt van je eigen vooroordelen t.o.v. je hoogbegaafd zijn. Hierdoor zullen de frustraties afnemen en is er ruimte om te groeien. Deze workshop vindt plaats in een kleine groep Peers, want het contact met andere hoogbegaafde vrouwen is heel erg belangrijk.

Deze ga ik eerst met een kleine groep geïnteresseerden doen zodat ik deze workshop in het nieuwe jaar verder uit kan zetten.

2. Omdat voor mij het erkennen van je eigen hoogbegaafdheid samenhangt met een proces waar je doorheen mag gaan, maar er nog altijd een soort taboe hangt aan het woord hoogbegaafd lanceer ik mijn Podcast “hoogbegaafd Zijn wie je bent!”.

-Een serie Podcasts waarnaar je kunt luisteren, op je eigen moment, zonder dat een ander hoeft te weten dat je met dit proces bezig bent.

-Een serie Podcasts waarin ik je meeneem in de wereld van hoogbegaafdheid, met als doel dat je jezelf steeds meer durft aan te kijken en erkennen.

Ik geloof dat je eerst jezelf mag erkennen zodat je hoogbegaafd kunt zijn wie je bent!

Op die manier kunnen we samen bijdragen aan het beeld dat de samenleving heeft van hoogbegaafdheid.

BIJLAGE

Uitleg Leercurve Hoogbegaafdheid — Rianne van de Ven

Je kent waarschijnlijk het model van bewuste competentieontwikkeling van Maslow wel.

Dit is een bekend model van hoe mensen nieuwe competenties aanleren.

Het model kent 2 assen:

- mate van bewustheid, onderverdeeld in bewust — onbewust;
- mate van bekwaamheid, onderverdeeld in bekwaam — onbekwaam.

Wanneer je dit model loslaat op bewust of onbewust zijn van je hoogbegaafdheid kun je de bekwaamheids-as zien als gelukkig (met jezelf) zijn.

In 2015 presenteerde Rianne van de Ven tijdens de conferentie “Een leven lang hoogbegaafdheid in ontwikkeling” de volgende kwadranten:

II Bewust hoogbegaafd Ongelukkig/onsuccesvol	III Bewust hoogbegaafd Gelukkig/succesvol
I Onbewust hoogbegaafd Ongelukkig/onsuccesvol	IV Onbewust hoogbegaafd Gelukkig/succesvol

Ik ga het model hier niet helemaal bespreken maar kort één of twee kenmerken per kwadrant benoemen.

Je zult je vast herkennen in het eerste kwadrant waarin je nog onbewust bent van je hoogbegaafdheid en je je vaak onbegrepen hebt gevoelt.

Wanneer je de overgang maakt naar het tweede kwadrant kun je een rouwproces doormaken, je voelt je verdrietig om wat er allemaal anders had kunnen zijn als je dit eerder had geweten.

Het kan zijn dat je hier wat langer in blijft hangen, pas dan op dat je niet in slachtoffergedrag blijft hangen.

Wanneer je in kwadrant II zit begint er al ruimte te komen voor groei en ontwikkeling. In kwadrant III neem je de regie over je eigen geluk en ontwikkel je jezelf steeds verder.

In kwadrant IV heb je vaak geen behoefte meer aan het gebruik van het woord hoogbegaafd. Je hebt effectieve coping strategieën ontwikkeld in het omgaan met je intelligentie, gevoeligheid en snelheid.

In het boek “Hoogbegaafde volwassenen - Zet je gaven intelligent en positief in — Noks Nauta & Rianne van de Ven” wordt dit model duidelijk uitgelegd.