

# Een talent voor valkuilen: De psychologie van hoogbegaafdheid

Begeleiding van hoogbegaafden in de eerstelijns gezondheidszorg kan effectiever. Hoogbegaafden raadplegen een psycholoog veelal vanwege arbeidsconflicten, onvoldoende uitdaging in het werk of relatieproblemen. Slechts enkele hoogbegaafden hebben een specifieke vraag die direct met hun hoogbegaafdheid te maken heeft: ik heb ontdekt dat ik hoogbegaafd ben, wat kan of moet ik daarmee? door Siewwke Ronner en Noks Nauta

**H**et merendeel van de hoogbegaafden functioneert echter goed of lost problemen zelf op en raadpleegt nooit een psycholoog. Diegenen die dat wel doen, voelen zich vaak niet begrepen of (h)erkend, terwijl psychologen zich soms afvragen waarom hun begeleiding bij deze mensen niet aanslaat. Hoe komt dat? Herkennen psychologen hoogbegaafdheid niet, vooral als hoogbegaafden uit balans zijn en hun talenten niet zichtbaar zijn?<sup>1</sup> Vraagt begeleiding van een hoogbegaafde cliënt om een specifieke aanpak? Wij denken van wel.

Vanuit onze ervaring met hoogbegaafden geven wij in onderstaand artikel een overzicht van huidige inzichten over hoogbegaafdheid. Wat zijn specifieke kenmerken van hoogbegaafdheid, wat zijn voor- en nadelen ervan en welke effecten heeft dit op de (werk)omgeving van de hoogbegaafden? Wij denken dat psychologen met deze kennis hoogbegaafde cliënten gemakkelijker herkennen. Daarnaast geven wij aan de hand van een praktijkvoorbeeld inzicht in begeleidingsmogelijkheden.

## Wat is hoogbegaafdheid?

Hoogbegaafden scoren meestal hoger dan 130 punten op een valide IQ-test en horen hiermee tot de 2% hoogst intelligente mensen. Maar zijn hoogintelligente mensen daarmee ook hoogbegaafd? De opvattingen hierover lopen sterk uiteen:

- Je kunt pas van hoogbegaafdheid spreken als iemand naast een hoog IQ ook bijzondere prestaties laat zien;
- Ook zonder diploma's, zichtbare prestaties of maatschappelijke positie kan iemand hoogbegaafd zijn, mits die over een aantal specifieke kenmerken beschikt. Want -zo is de redenering van aanhangers van deze opvatting- een IQ-test blijkt bijvoorbeeld bij dyslexie of extreme faalangst niet valide.

Om meer overeenstemming te verkrijgen over het begrip hoogbegaafdheid en de kenmerken ervan is 2006/2007 in Nederland een landelijk consensustraject uitgevoerd onder een groep experts die zelf professioneel met hoogbegaafden werken (o.a. psychologen, (loopbaan)coaches, bedrijfsartsen en een psychiater), met behulp van de Delphi-methode<sup>2</sup>. Het resultaat hier-

van is een existentieel model met de volgende 'ideaaltypische' kenschets van de hoogbegaafde: *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 scheidt plezier in creëren*<sup>3</sup>. De kenschets bevat de volgende kenmerken:

- hoogintelligent (denken)
- autonoom (zijn)
- hoogsensitief (waarnemen)
- rijk geschakeerd gevoelsleven (voelen)
- gedreven en nieuwsgierig (willen)
- scheppingsgericht (doen)
- in de interactie met de omgeving worden daaraan de kenmerken 'creatief, snel, intens en complex' toegevoegd.

Om hoogbegaafd genoemd te worden, moet iemand behoorlijk wat van de genoemde kenmerken in huis hebben, zij het niet van alles evenveel of extreem veel<sup>4</sup>. Elke hoogbegaafde heeft eigen en soms heel bijzondere (combinaties van genoemde) talenten. De kenmerken hangen met elkaar samen, maar het is zeker geen uitputtende beschrijving.

## Praktijkvoorbeeld

Karel Welling, 42 jaar, werkt als technisch medewerker bij een internationaal bedrijf in de industriële sector. Karel verricht reparatie- en onderhoudswerkzaamheden in de buitendienst<sup>5</sup>. Naast zijn werk is hij fervent schaker en heeft hij al heel wat toernooien gewonnen. Ook is hij met grote inzet voorzitter van de schaakvereniging. Karel komt uit een tuindersgezin met vijf jongens. Twee broers hebben economie gestudeerd, een van hen heeft een hoge functie bij de Wereldbank in New York. Karel had nooit veel zin in leren, zat liever te knutselen met zijn trein of

Mw. drs. S. Ronner is klinisch psycholoog en organisatiekundige. Zij begeleidt veranderingstrajecten in bedrijven, geeft trainingen en coacht (onder meer) hoogbegaafden in hun werk (info@meriones.nl); Mw. dr. A.P. Nauta is bedrijfsarts en psycholoog. Zij werkt als freelance trainer en docent, o.a. op het gebied van hoogbegaafden (info@noksnauta.nl).

hielp zijn vader op de tuinderij, waar hij kapotte machines repareerde. Ook nam hij samen met zijn moeder de boekhouding van het bedrijf voor zijn rekening. In cijfers en technische zaken was Karel goed, maar lezen kostte moeite. Daarom ging hij naar het technisch onderwijs. Hij begon als machinebankwerker, maar de routine beviel hem niet. Daarna werkte hij als garagemonteur. Dat vond hij leuk, en bij ingewikkelde mankementen aan auto's wist hij altijd wel een oplossing. Zijn collega's vroegen hem dat ook. Enkele jaren geleden was er onvoldoende werk voor hem en zo kwam hij bij zijn huidige werkgever terecht, waar hij nu vijf jaar werkt. Karel werd in de loop van de jaren steeds meer gevraagd voor ingewikkelde reparatiewerkzaamheden, waarvoor hij het hele land moet afreizen. Dat vindt Karel uitdagend en hij merkt dat anderen zien dat hij goed is in deze ingewikkelde opdrachten. Karel houdt ook van de vrijheid in die functie en heeft altijd voldoende tijd voor al zijn andere hobby's en zijn gezin. Karel is getrouwd en heeft twee dochters op wie hij dol is.

De laatste tijd gaat het niet zo goed met Karel. Hij ergert zich al lange tijd aan de slechte logistiek en planning van zijn bedrijf. Onderdelen komen te laat bij de klant, zodat Karel, die vaak lang onderweg is, niets kan doen. Klanten reageren hun woede over de grove fouten af op Karel en zijn collega's. Van de ritplanning klopt ook niets. Hij moet vanuit zijn woonplaats Gouda naar Amsterdam, terwijl er een collega in Abcoude woont. Ook zijn er steeds problemen met zijn PDA (personal digital assistant), waardoor hij al een maand niet de juiste informatie krijgt voor zijn reparatie en -onderhoudswerk. Hij heeft al zo vaak oplossingen voorgesteld, maar er gebeurt gewoon niks. Toen een belangrijke klant, voor wie hij altijd met plezier werkt, heeft afgehaakt is hij ontploft. Hij heeft zijn baas helemaal verrot gescholden en ook enkele collega's van de planning moesten het ontgelden. Zijn baas heeft hem onmiddellijk naar huis gestuurd. Al in eerdere confrontaties heeft zijn baas hem laten weten hem een betweter te vinden, die op de stoel van de baas gaat zitten. Enkele van zijn collega's snappen zijn frustratie heel goed, maar durven Karel niet openlijk te steunen. Karel ziet het helemaal niet meer zitten, is oververmoeid en gespannen, slaapt slecht en meldt zich uiteindelijk ziek. Als een van Karels dochters op school problemen heeft en zeer intelligent blijkt te zijn, hoort Karel voor het eerst de term 'hoogbegaafdheid'. Hij herkent opeens veel dingen van zichzelf... Zijn bedrijfsarts heeft begrip voor zijn situatie en biedt hem aan om met een psycholoog te gaan praten.

## Talenten en valkuilen van hoogbegaafdheid

Zoals uit dit praktijkvoorbeeld naar voren komt kunnen de genoemde kenmerken van hoogbegaafdheid in contacten met anderen zowel positief als negatief uitwerken.

### Hoogintelligent (denken)

Hoogintelligent denken betekent het snel opslaan van informatie, snel doorzien van complexe situaties, snel associëren, snel oplossingen kunnen bedenken en snel kunnen schakelen

Hoogbegaafden zijn vaak sterk op de cognitieve kant van de zaak gericht.

van het ene naar het andere domein en op verschillende niveaus. Hoogbegaafden zijn vaak zeer analytisch. Ze zijn daarbij vaak sterk op de inhoud en op cognitieve kant van de zaak gericht. Daarnaast denken veel hoogbegaafden in beelden of in metaforen. Hun (beeld) associaties doen voor hun omgeving soms chaotisch aan. Door het snelle denken, praten veel hoogbegaafden ook snel.

Als hoogbegaafden te weinig intellectuele uitdaging hebben in hun werk gaan ze zich vervelen, gaan ze werkzaamheden buiten hun eigen functie om doen, bemoeien zich met zaken waarvoor ze niet zijn aangenomen en gedragen zich in de ogen van anderen soms arrogant en betweterig.

Bij Karel wordt zijn hoge intelligentie zichtbaar in zijn talent voor schaken, voor oplossen van moeilijke technische problemen en zijn hoge kennisniveau op een breed terrein (techniek, boekhouding, schaken, logistiek). Karel gaat zich uit frustratie volgens zijn werkomgeving met zaken bemoeien waarvoor hij niet is aangenomen. Mogelijk heeft Karel ook dyslexie, waardoor zijn hoogbegaafdheid niet in intellectuele prestaties en op een IQ-test tot uiting is gekomen.

### Autonoom (zijn)

Door hun hoge intelligentie hebben hoogbegaafden vaak een eigen, autonome en onafhankelijke manier van denken en doen. Ze gaan sterk op in hun eigen gedachten en theorieën. Van jongs af aan merkten ze dat wat autoriteiten zeggen, niet altijd klopt en de mening van een 'formele' autoriteit weegt voor hen niet zwaarder dan die van een ander. Ze volgen bestaande protocollen alleen als ze effectief lijken en onderbouwd zijn.

Door de combinatie van sterk autonoom gedrag, het soms negeren van de sociale context en de sterke gerichtheid op de inhoud zien we vaak aansluitings- en communicatieproblemen op het werk<sup>6</sup>, die tot arbeidsconflicten kunnen leiden. Ook hebben hoogbegaafden vaak moeite met routinematig werk en het nakomen van afspraken. Volgens hun werkomgeving gedragen zij zich soms als ongeleide projectielen. Ter vermindering van arbeidsconflicten zien we bij sommige hoogbegaafden ook juist het omgekeerde gedrag: een sterke aanpassing, passiviteit, afhankelijkheid en slachtoffergedrag.

Bij Karel komt zijn autonomie naar voren in zijn behoefte aan vrijheid in zijn werk. Hij heeft eigenzinnige oplossingen voor ingewikkelde problemen en heeft geen boodschap aan de positie van zijn baas. Hij neemt geen blad voor de mond en begrijpt niet dat zijn baas hem soms bedreigend vindt. Het gaat hem om goede oplossingen. De inhoud staat voorop, niet de relatie.

### Hoogsensitief (waarnemen)

Prikkels vanuit de buitenwereld worden snel en intens waargenomen. Dit geldt voor zintuiglijke prikkels (geluiden, geuren, visuele prikkels), voor informatie en (in mindere mate) voor onderlinge verhoudingen. De overgevoeligheid voor prikkels kan leiden tot snelle irritaties, soms onverklaarbare uitbarstingen. De hoogbegaafde kan somber en lastig worden, zeker als het lange tijd duurt. Een radio aan op het werk, teveel mensen op



een kamer, een slecht zittende stoel verdragen veel hoogbegaafden bijvoorbeeld niet. Bij Karel zien we dit kenmerk niet.

#### **Rijk geschakeerd gevoelsleven (voelen)**

Hoogbegaafden kunnen intens voelen en daar helemaal in opgaan. Ze voelen ook vaak sterk mee met anderen. Ze kunnen dit kenmerk goed gebruiken wanneer ze bijvoorbeeld werken in de zorg, maar ook in het ontwikkelen van klantgerichtheid. Hoogbegaafden kunnen in het voelen geblokkeerd zijn door hun ervaringen thuis of op school. Vaak voelen ze zich van jongs af aan 'anders' waardoor er gevoelens van eenzaamheid kunnen optreden. Soms ook worden ze gepest of worden er door de ouders vanwege hun hoge intelligentie vooral intellectuele prestaties verwacht. Zo komt er een eenzijdig accent op het denken en raakt het gevoelsleven achterop. Ze raken het contact met hun eigen gevoel kwijt en verliezen de aansluiting met hun omgeving. Het aangaan van (intieme) relaties kan hierdoor een probleem worden.

Bij Karel zien we dat hij een goede band had met zijn moeder. Hij is een goede echtgenoot en liefdevolle vader. Zijn hoogbegaafde dochter ondervindt veel steun van hem. Ook het contact met zijn collega's is steeds goed. Hij slaat pas door als de druk van zijn werk en de onopgeloste problemen hem boven het hoofd stijgen en krijgt dan heftige woede-uitbarstingen.

#### **Gedreven en nieuwsgierig (willen)**

Door hun scherpe verstand ontwikkelen hoogbegaafden al vroeg

hoe bijvoorbeeld muziek zou moeten klinken of hoe de wereld er beter uit zou kunnen zien. Met die ideaalbeelden willen ze graag iets doen. Daarnaast hebben veel hoogbegaafden al jong een sterk rechtvaardigheidsgevoel ontwikkeld, omdat ze in moreel opzicht al vroeg verder zijn dan leeftijdsgenoten. Omdat ze van mening zijn dat ze met hun (vaak vernieuwende) ideeën een buitengewoon zinvolle bijdrage kunnen leveren, zetten ze zich tot het uiterste in (gedrevenheid) om hun ideaalbeelden te realiseren. Zij beschouwen dit tevens als een zoekproces, zijn nieuwsgierig hoe een en ander tot stand kan komen, en willen ontdekken waar nieuwe mogelijkheden zitten (nieuwsgierig). Grensoverschrijdend denken is daarbij een tweede natuur. De keerzijde hiervan is dat hoogbegaafden drammerig kunnen worden in het realiseren van hun ideaalbeelden. Ook zijn veel hoogbegaafden - omdat ze denken vanuit ideaalbeelden - eigenwijs, perfectionistisch en overkritisch. Of ze worden faalangstig als hun projecten (te vaak) stuklopen op teveel weerstand in de omgeving.

Bij een hoogbegaafde in balans is het willen in evenwicht met het denken, voelen en zijn en is het realistisch. Een hoogbegaafde uit balans wil te weinig (is passief, soms depressief) of wil juist teveel (overmatig veel plannen, te snel willen, manisch), met als gevolg dat er niets tot stand komt.

Karel zet zich met hart en ziel in voor zijn werk, voor zijn gezin en voor zijn collega's (gedrevenheid). Naar zijn baas toe is hij veeleisend, kritisch en op het laatst ook drammerig.

#### **Scheppingsgericht (doen)**

Met bovenstaande kenmerken in balans kan een hoogbegaafde snel en veel creëren: in producten, in dienstverlening, in ideeën, in beelden. Opvallend zijn de vaak bijzondere hobby's zoals het onderzoeken van het zonnestelsel, het ontleden en het ontdekken van de verschillen in kikkers of het verzamelen van alle gegevens van watermolens. Door hun manier van denken en hun vernieuwende ideeën kunnen ze bijdragen aan probleemoplossing en innovaties in de organisatie <sup>6</sup>.

Het snelle en creatieve doen kan echter bij collega's of leidinggevende ook leiden tot gevoelens van jaloezie of zich bedreigd voelen <sup>7</sup>: de output van een hoogbegaafde kan veel groter zijn dan van een collega. Ook kan het snelle en creatieve doen leiden tot chaotisch gedrag en gebrek aan discipline in het afmaken van taken.

Bij Karel zien we het scheppingsgericht handelen in het gegeven dat hij graag knutselt, technische problemen oplost en daarin zeer vindingrijk is. Hij wil graag snelle oplossingen zonder vaste procedures.

#### **Tips voor de begeleiding**

In het algemeen geldt: Erken hoogbegaafdheid als thema in iemands leven, het kleurt namelijk alle levensgebieden. Enkele tips op basis van de beschreven kenmerken:

1. **Denken:** goede uitleg doet wonderen, veel hoogbegaafden hebben grote behoefte aan iets begrijpen voordat ze iets willen doen. Benut zijn of haar vermogen tot het maken van een heldere probleemanalyse vanuit verschillende perspectieven en het vinden van oplossingen. Zijn of haar analyses zijn soms verrassend. Soms ook verrassend eenzijdig, maar een goed onderbouwde aanvulling daarop werkt!



Veel hoogbegaafden zijn eigenwijs, perfectionistisch en overkritisch.

en hoe hij in zijn valkuilen was beland. Hij zocht oude foto's op en kreeg de opdracht een plaatje te zoeken van zijn eigen ideaalbeeld. Daarna ging hij samen met de psycholoog na of hij wel op de goede plek zit in zijn werk. Hij voerde een goed gesprek met zijn baas, die hem voorstelde om bij zijn re-integratie een tijdje te gaan werken op de planningsafdeling en de logistieke afdeling. Karel kon zo met zijn ervaringen uit de praktijk goede tips geven. Hiermee kreeg Karel de kans actief mee te denken en te werken aan realistische verbeteringen. Karel vond dit geweldig, voelde zich erkend en gemotiveerd om weer aan de slag te gaan. Samen met een loopbaancoach zocht hij verder naar nieuwe kansen in het werk.

### Tenslotte

Er is nog weinig onderzoek gedaan naar begeleiding van hoogbegaafden in de eerstelijns gezondheidszorg. Wij zijn daarom benieuwd naar uw ervaringen met hoogbegaafden! Reacties op dit artikel zijn welkom!

2. **Voelen:** laat hoogbegaafden aan den lijve ervaren wat ze voelen. Juist het contact tussen gevoel en verstand kan een hoogbegaafde weer in zijn/haar energie brengen. Werk met creatieve vormen. Laat hoogbegaafden beelden (foto's, kaarten) zoeken of zelf creëren (tekeningen, gedichten) die passen bij hun gevoel. En werk bijvoorbeeld met rolwisselingen, waarbij de hoogbegaafde cliënt steeds van perspectief wisselt.
3. **Zijn:** gebruik de autonomie. Zet de hoogbegaafde vooral ook zelf aan het werk met gerichte opdrachten en een duidelijke tijdslijm.

Enkele tips voor het contact met de omgeving:

4. **Waarnemen:** breng overgevoeligheden in kaart, zoek samen naar effectief copinggedrag in die situaties.
5. **Willen en doen:** werk aan haalbare doelen zonder de creativiteit in te perken. Laat niet terugschakelen naar een lagere versnelling (aanpassen aan de omgeving), maar omschakelen, d.w.z. het talent inzetten op verschillende niveaus: inhoud, relatie, proces.
6. **Met betrekking tot werk:** besteed aandacht aan het vinden van een geschikte werkplek, waar de talenten van de hoogbegaafde tot hun recht komen, met oog voor de acceptabele valkuilen.

### Karel

Toen Karel zich bij de psycholoog meldde was hij boos en voelde hij zich gefrustreerd. Hij begreep niet waarom zijn baas niet wilde meegaan in zijn voorstellen. Door het oefenen van perspectiefwisseling, waardoor hij aan den lijve kon ervaren welke reacties hij opriep bij zijn baas en enkele van zijn collega's, kreeg hij meer begrip voor en inzicht in de positie van zijn baas en diens beperkingen. Hierdoor raakte Karel gemotiveerd om iets te doen aan zijn eigen valkuilen. Ook was hij in de war: hij herkende door zijn dochter kenmerken van hoogbegaafdheid: hoe zat dat? Veel zocht hij zelf uit, hij deed een intelligentietest en samen met de psycholoog ontdekte hij waar zijn talenten zaten

### Noten

- 1 Jacobsen M-E (2000) *The gifted adult*. Ballantine Books
- 2 Delphi-methode: Een aantal schriftelijke rondes onder een groep experts waarmee men toewerkt naar consensus
- 3 Een nadere toelichting op deze kenschets en een schematische weergave is te lezen in: Kooijman-van Thiel MBGM (red) (2008) *Hoogbegaafd. Dat zie je zó! Over zelfbeeld en imago van hoogbegaafden*. Ede: OYA Productions (hoofdstukken 4 en 5)
- 4 Zie Kooijman-van Thiel (2008), noot 3
- 5 De casus is om privacy-redenen samengesteld uit verhalen van verschillende hoogbegaafden. Voor meer voorbeelden zie: Nauta N & Ronner S (2007) *Ongeleide projectielen op koers. Werken en leven met hoogbegaafdheid*. Harcourt Book Publishers
- 6 Corten FGP ea (2006) *The highly intelligent and innovation. Key to innovation? Academic paper voor HRD conferentie Amsterdam, oktober 2006*. Zie websites: [www.werkenwaarde.nl](http://www.werkenwaarde.nl), [www.noksnauta.nl](http://www.noksnauta.nl) en [www.meriones.nl](http://www.meriones.nl). Zie ook: Nauta AP & Corten FGP (2002) Hoogbegaafden aan het werk. *Tijdschrift voor bedrijfs- en verzekeringsgeneeskunde* 10: 332-335; Nauta AP & Ronner S (2008) Hoogbegaafdheid op het werk. *Tijdschrift voor bedrijfs- en verzekeringsgeneeskunde* 16: 396-399 (Beide ook te lezen op de websites van de auteurs)
- 7 Hoogbegaafde kinderen blijken al heel vroeg soortgelijke reacties van jaloezie en bedreiging op te roepen bij hun omgeving. Zie: Freeman J (2008) *The emotional development of the gifted and talented. Conference proceedings*. London: Optimus Educational