

Leren stilstaan bij gevoel



In het vorige nummer kwam Hanny Kusters aan het woord in deze serie over mensen die hun sporen hebben verdiend in het op de kaart zetten van hoogbegaafdheid en die bijdragen aan het herkennen, erkennen en stimuleren van talenten. Elke geïnterviewde mag iemand anders nomineren voor het volgende nummer. Hanny nomineerde Laura Groebbé, omdat Laura zich volgens haar elke dag met veel dynamiek, enthousiasme en betrokkenheid inzet voor hoogbegaafden. Ook is Laura de auteur van *Paul, ons hoogbegaafde wonderkind*. In dit boek staan de blokkades die hoogbegaafde kinderen ondervinden en hun overlevingsgedrag centraal. Met dit zestiende interview komt er een einde aan deze serie.

door Leonieke Boogaard

Op een zonnige dag in de zomervakantie ben ik te gast bij Laura in de prachtige praktijkruimte van La Luna, waar zij al vijftien jaar hoogbegaafden begeleidt. Vol passie vertelt ze over haar visie op hoogbegaafdheid en over de vele mooie, maar ook de moeilijke momenten in de begeleiding van hoogbegaafden van alle leeftijden.

Blokkadegedrag

Bij La Luna komen kinderen, jongeren en volwassenen die niet in balans zijn. Ze vertonen vaak wat Laura blokkadegedrag noemt. Ze vindt het jammer dat er zo vaak een label aan dat gedrag wordt gekoppeld en dat de begeleiding dan op dat label wordt afgestemd. Gedrag ontstaat namelijk niet vanzelf. Het is juist nodig om te kijken wat er achter dat gedrag zit, waar het vandaan komt, om te weten wat nodig is om het te doorbreken. Die interesse om echt in de hoofden van kinderen te kruipen heeft Laura al als ze nog in het basisonderwijs les geeft aan de kleutergroep. Ze vraagt zich af hoe je het verschil kunt maken, hoe je zorgt dat een kind een fijne dag heeft in een klas met zo veel verschillende kinderen op zo veel verschillende niveaus. Ze wil het kind echt in beeld hebben en de ouders in een tienminutengesprek kunnen vertellen hoe het kind is en niet alleen hoe hij op de Cito's scoort. Laura wil graag uitleggen dat de beleving van het kind belangrijk is en dat wij als ouders en leerkrachten daar iets mee moeten. Dat worden dus lange tienminutengesprekken. Het is heel frustrerend voor haar dat ze de problemen wel ziet maar niet mag oplossen – zo frustrerend, dat ze daar uiteindelijk op stukloopt.

Denkdeurtjes

In die periode wordt duidelijk dat ze iets anders wil gaan doen. In 2003 begint ze met La Luna en in 2006 rondt ze de ECHA-opleiding af.

Volgens Laura ondervinden hoogbegaafden vooral problemen in de communicatie. Zij beleven de wereld anders: ze hebben vaak intensere emoties, ze zijn gevoeliger, hun gevoel van onrecht is meer ontwikkeld, hun verwachtingen, van anderen en van zichzelf, zijn hoger. Omdat hun beleving zo anders is, hebben ze vaak moeite met de aansluiting met mensen om hen heen. Dit communicatieprobleem kan zich uiten in zich terugtrekken of in het ontwikkelen van problematisch gedrag. Dit overlevingsgedrag wordt vaak onjuist geïnterpreteerd. Men ziet het gedrag als een opzichzelfstaande stoornis en handelt daarnaar, zonder te kijken naar de onderliggende oorzaak. Regelmatig ervaren hoogbegaafden dat ze gekwetst worden als ze echt hun gevoel laten zien. Als dat te vaak gebeurt, kunnen ze depressief worden, lichamelijk ziek, of hun gedrag gaan aanpassen, waardoor gedragsproblemen ontstaan. Eenzaamheid is daardoor een van de grootste problemen onder hoogbegaafden. Laura wil juist op zoek naar de onderliggende oorzaak van het overlevingsgedrag en de daarmee samenhangende blokkades. Om met het kind hierover in gesprek te gaan ontwikkelde ze Wereldtaal. In dit model wordt gewerkt met drie denkdeurtjes, gebaseerd op de intelligenties van Sternberg. Het creatieve deurtje staat voor je gevoel. Als dat helemaal openstaat, ben je superblij. Het analytische deurtje geeft weer in hoeverre je her-

is de weg naar geluk

sens kraken en het praktische deurtje geeft aan hoe het proces in zijn werk gaat. Kinderen kunnen, als er een probleem is, aangeven hoe ver die drie deurtjes open of dicht zijn. Maar ook wat ze nodig hebben om een deurtje weer open te laten gaan als het dicht is.

Gevoel is belangrijk

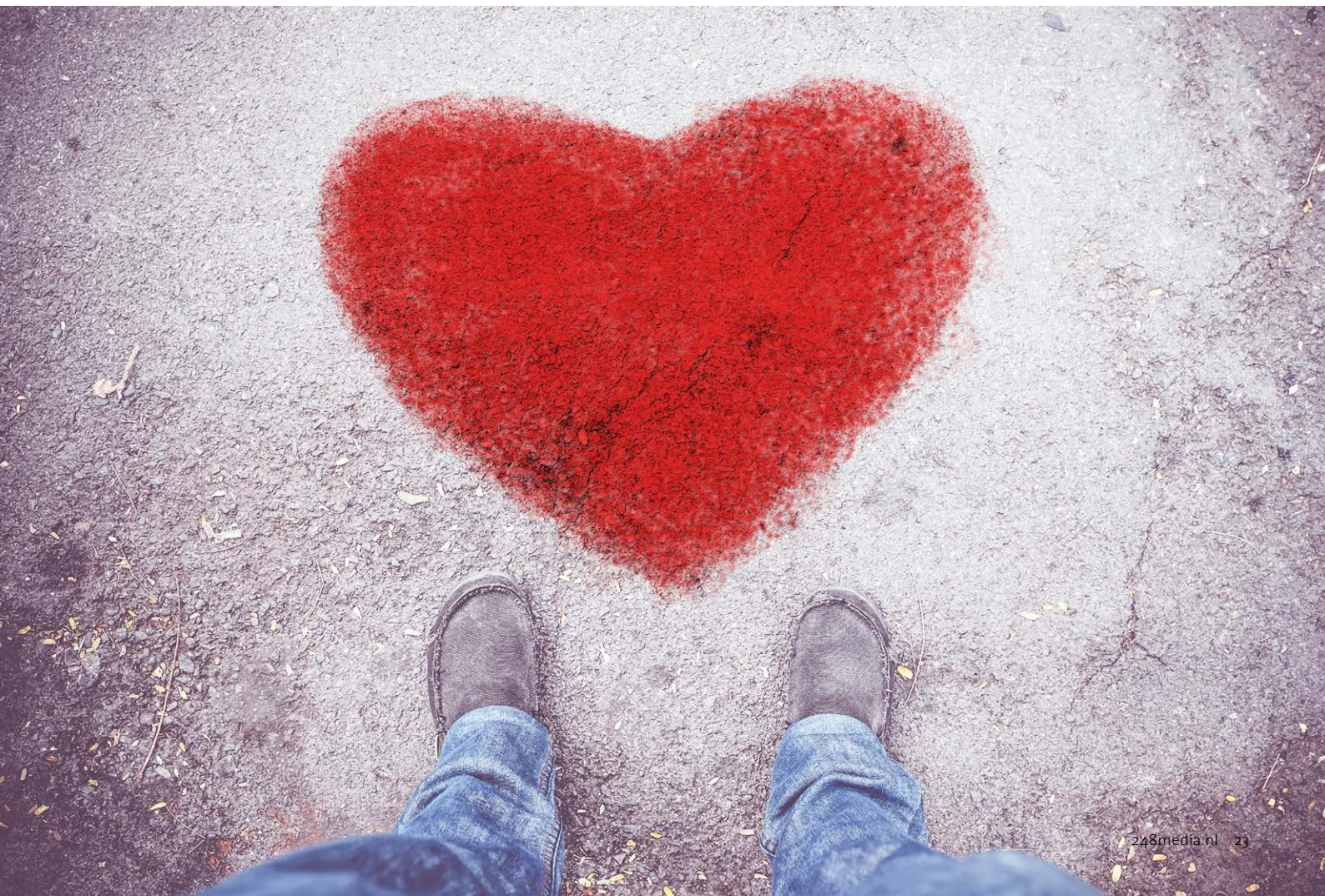
Door aan de hand van de denkdeurtjes te praten leren kinderen stil te staan bij hun gevoel. Volgens Laura is leren stilstaan bij je gevoel de weg naar geluk. Het verloochenen van je gevoel geeft alleen maar problemen en ellende. Op het moment dat je gevoel op slot zit, moet je hulp vragen. Maar dat is nu juist iets waar veel hoogbegaafden moeite mee hebben! Ze vragen niet graag om hulp, zeker niet als ze eerder hebben ervaren dat de geboden hulp voor hen niet werkt.

Laura vertelt over een jongen uit haar praktijk, laten we hem Jan noemen. Zijn ouders lazen het boek van Laura en dachten: dat is ons kind. Jan zit al sinds zijn zesde in het speciaal onderwijs, hij kreeg het label ADHD. Zijn IQ is gemeten in een periode dat het heel slecht met hem ging – met een score van 129 was hij dus niet hoogbegaafd volgens de instanties. Inmiddels

is Jan acht en totaal niet meer hanteerbaar in de klas, men wil hem laten uitstromen naar het laagste niveau. De ouders zien hun kind steeds ongelukkiger worden. Naast de Ritalin die hij voor zijn ADHD krijgt, schrijft de psychiater hem nu ook antipsychotica voor vanwege zijn woedeaanvallen: 'Anders is er geen school die het met hem aandurft.' Laura wil toch proberen om Jan naar een reguliere basisschool te laten gaan. Het valt op dat er in alle rapporten van zijn huidige school nooit iets over hoogbegaafdheid wordt vermeld. Er staan alleen maar negatieve dingen in, zoals dat hij brutaal en niet hanteerbaar is. Jan geeft aan dat hij altijd alleen speelt en zich heel alleen op de wereld voelt. Hij komt naar La Luna om te 'resetten', Laura probeert daarbij zijn denkbeleving in beeld te brengen. Bij La Luna wordt zowel individueel als in groepen gewerkt. Jan neemt deel aan een verrijkings-/coachingsgroep.

Niet vervelend, maar verdrietig

De eerste paar keer gedraagt Jan zich heel raar in de groep. Zo gaat hij bijvoorbeeld gewoon door als er 'stop' gezegd wordt, terwijl de afspraak is dat kinderen ophouden als anderen met 'stop' aangeven dat ze last



van hun gedrag hebben. Maar bij Jan helpt alleen ‘stop’ zeggen niet. Wat wel helpt, is als Laura zegt: ‘Ik word hier niet blij van, want als je doorgaat na “stop”, wordt het pesten. Wil je dat?’ Nee, dat wil Jan niet, hij denkt dat het grappig is om door te gaan, dat kinderen hem dan leuker vinden. Laura geeft aan dat de kinderen liever de echte Jan zien en dat hij beter kan vertellen dat hij zenuwachtig is in deze nieuwe groep.

Zo zijn er meer voorbeelden van ‘raar gedrag’ van Jan, bijvoorbeeld gekke geluiden maken als hij een taak niet wil doen, of bang is dat hij die taak niet kan doen. Als Laura daarover met hem in gesprek gaat, blijkt steeds dat hij het eng vindt. Ze belt met zijn school in een poging uit te leggen dat er sprake is van blokkades. Dat Jan in wezen doodverdrietig is en dat hij overlevingsgedrag laat zien. Helaas begrijpt de school dit niet en blijven ze alleen een gedragsgestoord kind zien. Maar bij La Luna is het rare gedrag na een paar keer verdwenen. Gelukkig wordt er een goede school voor Jan gevonden die aanvoelt als een warm bad. Waar men samen kijkt wat Jan nodig heeft om daar goed te functioneren. Jan vindt het bijvoorbeeld heel belangrijk dat hij in het midden van de klas mag zitten zodat iedereen naar hem kan kijken en hem kan leren kennen. Laura geeft aan dat het heel belangrijk is om Jan nooit te negeren, maar even in een een-op-eengesprek te vertellen wat zijn gedrag met jou doet. Jan heeft in het verleden al zó veel op zijn kop gehad. Ook geeft ze aan dat school hem in het begin moet helpen met het naar buiten gaan in de pauze. Dat ze hem niet alleen moeten laten gaan omdat hij niet weet hoe dat moet, op zijn vorige school werd hij gepest.

Moeder vertelt dat het in de zomervakantie ontzettend goed gaat. Dat Jan gewoon speelt met de kinderen in de straat. Terwijl hij vroeger altijd in de problemen kwam, heeft hij nu geleerd hoe hij samen moet spelen. Na een keer of tien bij La Luna is Jan een totaal ander kind!

Het angstmonster

Niet alleen scholieren komen bij Laura, ook studenten en ouders. Zo vertelt ze over Lotte, een eerstejaarsstudente die als één brok stress bij haar komt. Lotte wil graag hoge cijfers halen, maar is bang voor collegezalen en bang om alleen op kamers te zijn. Nadat ze een krantenartikel over Laura’s boek heeft gelezen, koopt ze het. Het lezen is voor haar een feest van herkenning. Lotte gaat naar Laura om haar angsten te verkennen. Ze durft zichzelf niet te laten zien, ze wordt, in Laura’s woorden, vermorzeld door het paniekmonster. Op school had ze geen aansluiting, waardoor ze steeds meer alleen raakte en zes jaar lang met een boek de pauzes doorbracht. Nu wil ze het zo graag goed doen op de universiteit, maar ze loopt weg uit de collegezaal als ze het antwoord op een vraag niet weet. Ze woont op kamers, maar kan dat eigenlijk niet aan. Toch wil

ze niet weer thuis gaan wonen omdat ze bang is haar ouders tot last te zijn. Al die angsten zijn bagage uit het verleden.

Samen met Laura zoekt ze dingen uit, probeert ze in kleine veilige settings uit te voeren wat ze bij Laura leert. Ze bedenken samen ook hoe ze dingen aan anderen kan uitleggen.

Wergroepen vindt Lotte eng, niet omdat ze bang is dat ze het niveau niet aankan, maar bang om het in de interactie met anderen niet goed te doen. Ze is bang altijd eenzaam te blijven. Laura geeft aan dat het angstmonster haar weer in de greep heeft en vraagt haar wat kan helpen. Innerlijke kracht en vertrouwen! Lottes moeder zegt tegen haar dat ze vertrouwen kan hebben dat het goed komt als ze zelfs in zo’n moeilijk jaar alles gehaald heeft. Volgens Laura is innerlijke kracht luisteren naar je buikgevoel. Daar gelooft ze heilig in, steeds stilstaan bij je gevoel. Maar vooral meisjes en vrouwen doen dat te weinig. Hun frustratie uit zich dan vaak in lichamelijke klachten.

Mensen zijn magnifiek mooi

Laura vindt zelf vooral het creatief denkvermogen van hoogbegaafden heel leuk. Ze geniet van het heel goed kijken en luisteren naar mensen tijdens de gezinscoachingsgesprekken. Mensen kunnen zichzelf zo kwijt zijn, dat ze eigenlijk niet meer weten wie ze zijn en wat ze voelen. Ze zitten vast in hun hoofd en zijn hun gevoel kwijt. Het is volgens Laura zo magnifiek mooi als mensen weer kunnen voelen en ook in staat zijn hun gevoelens onder woorden te brengen. Ze vertelt dat ze ook vaak super lol kunnen hebben terwijl het eigenlijk over iets heel verdrietigs gaat. Volgens haar maakt het niet uit of de cliënt vier jaar is of vijftig, het werk blijft hetzelfde. Het doel van La Luna is mensen die het contact met zichzelf kwijt zijn, weer gelukkig te laten zijn.

Laura’s grote droom is niet dat La Luna zo groot mogelijk wordt, maar dat er veel meer bekendheid komt over blokkades bij hoogbegaafden. Die kennis zal heel veel problemen voorkomen en zal er hopelijk ook voor zorgen dat mensen hulp daadwerkelijk durven en willen aanvaarden. Ze wil heel graag dat het als een grote olievlek gaat werken. Het is ook een wens van haar dat mensen niet alleen bij La Luna maar ook elders minder beoordeeld en veroordeeld worden. Stigmatiseren helpt niet, mensen gaan zich gedragen naar het label dat ze krijgen.

Laura’s aanpak werkt, omdat ze mensen helpt hun gedrag te begrijpen. Invoelingsvermogen, vertrouwen en veiligheid zijn de sleutelwoorden om gedrag te kunnen spiegelen en gedragsverandering tot stand te brengen.

Op het bord bij La Luna staat heel groot een uitspraak van Loesje geschreven die Laura uit het hart gegrepen is: *Volg je hart, dat klopt altijd!* ●