

Omgaan met blokkades en overlevingsgedrag

‘Een gevoel van onrecht, overvalt het kind’



Laura Groebbé

verdriet, boosheid, verlegenheid

Van de hand van Laura Groebbé verschijnt binnenkort een bijzonder boek over hoogbegaafdheid. Het is een kinderboek, een theoretisch boek én een praktisch boek ineen. Het is ontstaan vanuit haar jarenlange werkervaring met hoogbegaafde mensen. Groebbé heeft een eigenzinnige visie op hoogbegaafdheid en een heel eigen manier om de problematiek waar hoogbegaafde mensen vaak mee te maken krijgen aan te pakken. Een paar voorbeelden van deze aanpak.

Hoogbegaafden denken en voelen anders en ervaren hun omgeving ook op een andere manier. We noemen dit voor het gemak 'beleven'. Hoogbegaafden 'beleven' anders dan de meeste mensen. Hun emoties zijn intenser, hun gevoeligheden groter, hun gevoel van onrecht heftiger, hun verwachtingen hoger. Dit maakt dat ze het gedrag van anderen vaak niet kunnen plaatsen en zich snel 'in de steek gelaten', 'gepest', 'aangevallen' of 'vernederd' voelen. Andersom geldt het ook: de omgeving van een hoogbegaafde snapt vaak niet waarom hij of zij zo 'extreem gevoelig' reageert, zo 'boos kan worden om een grapje' of iets zo 'verkeerd op kan vatten'. Geen wonder dat een hoogbegaafde zich vaak anders, vreemd en een buitenstaander voelt.

Zo bezien vormt hoogbegaafdheid dus vaak een 'communicatieprobleem' met de omgeving. Natuurlijk is het onderwijsaanbod of de werkomgeving ook vaak onvoldoende afgestemd, maar de crux van de problematiek omtrent hoogbegaafdheid is dikwijls terug te voeren naar miscommunicatie en daardoor ontstaand onbegrip.

BLOKKEREN

Een hoogbegaafd kind kan regelmatig 'blokkeren'. Een aanleiding voor een blokkade kan iets kleins zijn, bijvoorbeeld onduidelijkheid over wat het moet doen, een (oneerlijke) terechtwijzing, kattig gedrag van andere kinderen, verlegenheid of angst om iets verkeerd te doen. Een gevoel van onrecht, verdriet, boosheid, verlegenheid overvalt het kind, waardoor het (even) 'niet verder' kan met zijn werkblad, opdracht, spel, voetbaltraining e.d. Deze blokkades worden vaak niet begrepen, niet door het kind zelf en niet door de omgeving

(ouders, leerkrachten, trainers) en daardoor wordt het kind ook maar zelden geholpen.

Hoogbegaafden die regelmatig blokkeren en zich onbegrepen voelen ontwikkelen probleemgedrag of zoals wij het noemen 'overlevingsgedrag'. Dit overlevingsgedrag kan vele vormen aannemen (zie tabel 1)

Tabel 1: vormen van overlevingsgedrag bij hoogbegaafden

Te koppig	Lichamelijke klachten
Te gesloten	Slaap-, eetproblemen
Negatieve focus	Piekeren
Woede, Agressie	Angsten
Terugtrekken en alleen voelen	Hyperactief en druk gedrag
Apathisch gedrag	Te emotioneel
Te verlegen	Faalangstig
Dromerig en afwezig	Clownesk
Dominant, dwingend gedrag	Chaotisch
Dwangmatig gedrag, tics	Betweterig
De lat te hoog leggen	Niet tegen onrecht kunnen
Somberheid	Onzeker
Wantrouwig	Brutaal
Sociaal onhandig en star gedrag	Zenuwachtig, gespannen, stress
Niet op (willen) vallen en onzichtbaar zijn	Weinig van anderen kunnen verdragen
Jezelf minderwaardig en tekort gedaan voelen	Niet tegen druk kunnen en verplichtingen ontlopen
Te gevoelig (harde geluiden en prikkels)	Niet kunnen kiezen (overmatig twijfelen)

Overlevingsgedrag is lastig te doorbreken. De fout die door velen wordt gemaakt, is dat men het gedrag op zich aan probeert te pakken. Door te focussen op het



probleemgedrag van een hoogbegaafde en niet te kijken naar de oorzaak van dit gedrag, pakt men de kern van het probleem niet aan. Sterker nog, door het overlevingsgedrag centraal te stellen wordt een kind vaak fout gediagnosticeerd. De angsten verworden tot angststoornis, te druk gedrag wordt ADHD en teruggetrokken gedrag wordt als 'autisme' gediagnosticeerd.

In het boek *"Paul ons hoogbegaafde wonderkind"*, staan blokkades en overlevingsgedrag van hoogbegaafde kinderen centraal. De hoogbegaafde Paul vertelt op een humoristische wijze aan het begin van ieder hoofdstuk hoe hij de wereld heeft ervaren en van welke blokkades hij last had op de peuterspeelzaal, basisschool en thuis met zijn streberige ouders. Dit humoristische verhaal zal zeer herkenbaar zijn voor hoogbegaafde kinderen en hun begeleiders. In het vervolg van ieder hoofdstuk wordt er in het theoretische gedeelte uitgelegd hoe deze blokkades ontstaan en hoe ouders, leerkrachten en andere begeleiders op deze blokkades kunnen reageren om een kind te helpen.

BEGRIJPEN

De eerste en belangrijkste stap om een kind met blokkades of overlevingsgedrag te helpen is om het te begrijpen: waar komt de blokkade vandaan en waarom ontstaat het overlevingsgedrag? Daartoe is het noodzakelijk om met het kind in gesprek te gaan. Alleen het kind kan jou als begeleider de noodzakelijke informatie geven om het probleem erachter te begrijpen. Let wel: begrijpen wil niet zeggen 'goedpraten'. Als een kind bijvoorbeeld erg brutaal is, moet het zeker hierop worden aangesproken.

Een zeer boos of verdrietig kind is echter vaak niet in staat om te praten. Ook begrijpt het vaak niet waarom het nou zo boos of verdrietig is. Het is dan zaak om met eenvoudige vragen samen met het kind 'de ui te pellen' en samen tot de kern van de blokkade of het gedrag te komen. In het boek wordt een aantal van deze vragen aangereikt en worden daarnaast veel voorbeelden van dit soort gesprekken gegeven. We zullen hieronder een aantal voorbeelden laten zien van een

kind met overlevingsgedrag en de manier waarop dit kind wordt geholpen. Het zijn fragmenten van casussen uit het boek *"Paul ons hoogbegaafde wonderkind"* van Laura Groebbé.

CASUS: GEPEST WORDEN/BIJTENSLUITEN (FRAGMENT)

Lotte is een hoogbegaafd meisje van 8 jaar oud en zit sinds dit schooljaar op een nieuwe school in groep 4. Ze heeft nog geen vriendinnen en voelt zich vaak alleen op de speelplaats. Ze vindt het moeilijk aansluiting te krijgen met andere kinderen. De leerkracht probeert haar hiermee te helpen. Ze hebben afgesproken dat Lotte eerst zelf aan kinderen vraagt of ze mee mag doen. Als dit niet lukt, gaat ze naar de leerkracht voor hulp. Als Lotte niet mee mag doen met het groepje van Rosa gaat ze naar de leerkracht. Na interventie van de leerkracht ziet deze Lotte tien minuten later weer alleen lopen met een boos gezicht.

De leerkracht roept Lotte bij zich en vraagt: "Lotte, waarom loop je nu weer alleen? Is er iets gebeurd?"

Lotte haalt haar schouders op en zegt niks.

Leerkracht: "Lotte, als je mij niet vertelt wat er gebeurd is, dan kan ik je ook niet helpen. Je ziet er totaal niet blij uit. Klopt dat?"

Lotte knikt.

Leerkracht: "Hoe erg op slot ben je op een schaal van 0-10?"

Lotte: "Een 10 van boos en verdriet."

Leerkracht: "Ik begrijp het niet Lotte. Je komt naar mij toe omdat je niet mee mag spelen. Ik los het op en je bent nog steeds niet blij. De meiden begrijpen niet dat je zomaar wegloopt. Ik weet zeker dat je een goede reden hebt voor je gedrag, maar dan is het wel belangrijk dat je mij het hele verhaal vertelt. Waarom hielp mijn oplossing niet?"

Lotte: "Ze hebben niet voor mij gekozen. Ze moeten van jou met mij spelen. Dat is geen vriendschap. En Rosa heeft ook geen 'sorry' tegen mij gezegd, dus ik denk dat ze mij eigenlijk stom vindt."

Leerkracht: "Lotte, wat goed dat je mij nu vertelt hoe het voor jou voelt. Ik begrijp het. Het is voor jou helemaal niet goed opgelost. Kom we gaan nog eens met die meiden praten."

Uit het vervolgesprek blijkt dat Rosa Lotte helemaal niet onaardig vindt maar bang is haar vriendinnen aan Lotte te verliezen. Ze doet daarom erg onaardig tegen Lotte en 'verbiedt' de andere meisjes ook met haar te spelen. De leerkracht legt uit dat iedereen eigen baas is en zelf moet bepalen met wie hij speelt. Als de meisjes vervolgens sorry zeggen is het goed voor Lotte.

The gifted are lonely in a world of misunderstanding.

Linda Silverman (2012)

Op sociaal gebied leggen hoogbegaafden de lat vaak erg hoog. Ze stellen in vriendschap hoge eisen aan zichzelf en aan anderen. Veel kinderen zijn op die leeftijd veel minder loyaal en stabiel, waardoor een hoogbegaafd kind op jonge leeftijd al teleurgesteld en zelfs erg onzeker kan worden. Hoogbegaafde kinderen voelen zich al snel gepest en/of buitengesloten, terwijl die andere kinderen dat dan niet zo bedoelen. Het is belangrijk dat deze gevoelens serieus genomen worden en het kind geholpen wordt. Door in gesprek te gaan met de betrokken kinderen, wordt ieders aandeel belicht en zoekt men samen naar een goede oplossing. Uit het voorbeeld blijkt ook hoe belangrijk het is na te gaan of de oplossing voor het hoogbegaafde kind ook echt een oplossing is.

In de casus van Job (zie kader) spreekt een coach met Job. Job is bang om alleen in bed te zijn. Hij piekert veel en durft niet te gaan slapen. Angst is een veelvoorkomende vorm van overlevingsgedrag. Het is meestal geen uiting van een 'angststoornis', maar komt veelal vanuit een basisgevoel van onveiligheid. Ook bij deze vorm van overlevingsgedrag is het zaak dat basisgevoel te onderkennen en aan te pakken en niet alleen de angst zelf. Onveiligheid kan op vele manieren ontstaan. Allereerst door onbegrip. Een kind dat zich onbegrepen voelt, wordt onzeker. Hoe vaker het dingen meemaakt die het niet begrijpt of als vervelend ervaart, hoe groter die onzekerheid wordt. Veel angstige kinderen geven aan dat er op school gepest wordt of dat de sfeer in klas of zelfs een groepje niet fijn is. Of dat waar is of niet, het kind ervaart dit zo en dat gevoel dient serieus genomen te worden (zoals in het gesprek met Rosa en Lotte).

CASUS JOB PIEKERT VEEL EN IS ERG ANGSTIG (FRAGMENT)

Coach: "Wist je dat denkmensen vaak last hebben van het rotsblok 'angst'? En zal ik je vertellen hoe dat komt?"

Job: "Dat wist ik niet. Hoe komt dat dan?"

Coach: "Vaak voelen denkkinderen zich onbegrepen, verdrietig, boos en alleen op school. Deels ontstaat die negatieve beleving omdat denkkinderen vaak geen echte aansluiting hebben met de andere kinderen. Een denkkind gaat bijvoorbeeld heel serieus met vriendschap om en andere kinderen gaan daar op een meer 'kinderlijke' manier mee om. Het ene moment mag je meespelen en het volgende moment sluit je beste vriend je buiten, omdat ze 'drieling' spelen en er geen vierde bij kan. Een denkkind begrijpt daar niks van en voelt zich in de steek gelaten of gepest.

Kinderen bedoelen dat vaak niet echt gemeen, maar ze vertonen wat ik wel 'Bert en Ernie-gedrag' noem: het ene moment zijn ze je hartsvrienden en het andere moment

zijn ze je vijanden. Heel vaak worden dergelijke conflicten niet goed opgelost, waardoor je verdrietig en boos blijft. Dat voelt heel verdrietig en onveilig, omdat je eigenlijk nooit precies weet hoe die ander zal gaan reageren en waar je dus aan toe bent. Hier word je onzeker van.

Je kan dan stress krijgen en sommige kinderen worden er zelfs ziek van. Je kan ook in paniek raken, vooral in onbekende en vreemde en spannende situaties of erg bang om alleen te zijn..."

In dit gesprek legt de coach aan Job uit dat denkkinderen dingen anders ervaren dan de meeste kinderen. Hij probeert Job te laten zien dat zijn negatieve gevoel oprecht is, maar dat anderen het niet altijd zo bedoelen. Het is voor denkkinderen vaak erg leerzaam en geruststellend om op die manier naar situaties te kijken. Ze leren het gedrag van anderen 'begrijpen' en accepteren en ze leren dat zijzelf dingen anders voelen en dat dit niet 'raar' is maar bij hen hoort. In echte peestsituaties dient natuurlijk wel ingegrepen te worden. Een voor een kind onveilige situatie kan namelijk tot hevige blokkades, angsten en allerlei lichamelijke klachten leiden.

Hoogbegaafde kinderen hebben vaker last van blokkades dan de meeste kinderen. In het besproken boek wordt zeer duidelijk uitgelegd waarom deze blokkades (en overlevingsgedrag) ontstaan en wat je als begeleider kunt doen om het kind te helpen. Vaak bestaat hulp bieden vooral uit wederzijds begrip en acceptatie, dus een 'brug te bouwen' tussen het hoogbegaafde kind en zijn of haar omgeving.



'Paul, ons hoogbegaafde wonderkind' is vanaf medio juni te verkrijgen via www.laluna-Maastricht.nl
Kosten: 34,50 euro

Talent

jaargang 20 • nr. 4 • JUNI 2018



HB-Portret: Erik Sjoers, 15 jaar, 5 vwo
'Zoek naar je eigen geluk!'

Prikkels
als last of juist als
motor?

Hoe overleef ik
mijn
hoogbegaafdheid?

Uitdagend
taalonderwijs