

# Niet iedereen is gemiddeld!



*Hoogbegaafdheid bij kinderen, daar wordt nogal eens over geschreven. Gelukkig wordt steeds meer erkend dat een aantal van deze kinderen aparte aandacht en soms een aparte school nodig heeft.*

*Hoogbegaafde volwassenen of senioren? Je leest er eigenlijk bijna nooit iets over, terwijl er vele duizenden moeten zijn. Het is van groot belang om van jezelf te weten of je hoogbegaafd bent, omdat je door kennis over je eigen kenmerken en valkuilen gelukkiger en minder eenzaam kunt worden.*

## Hoogbegaafdheid

Veel hoogbegaafden komen er nooit, of pas heel laat in hun leven, achter dat ze hoogbegaafd zijn. Dat is jammer, want het herkennen van deze oorzaak van 'anders zijn' en 'anders voelen' kan helpen om beter te gaan functioneren en meer aansluiting te krijgen. Hoogbegaafde mensen vinden het vaak moeilijk om aansluiting te krijgen bij anderen die minder snel denken dan zij en vaak ook heel andere interesses hebben. Ze vervelen zich ook snel wanneer ze niet worden uitgedaagd. Op hun werk, bijvoorbeeld, vinden ze de gesprekken die er in de pauzes worden gevoerd vaak saai en trekken zich dan liever terug.

In hun laatste levensfase trekken hoogbegaafde senioren zich vaak terug omdat ze onvoldoende mensen om zich heen vinden met wie ze op hun belevingsniveau kunnen praten. Van het reguliere aanbod aan activiteiten voor hun leeftijdsgroep worden ze ook al niet blij. Het gevolg is dan dat ze eenzamer zijn dan ze eigenlijk zouden willen.

## Herkennen hoogbegaafdheid helpt!

Het herkennen van de eigen hoogbegaafdheid is vaak een *eye-opener* voor de betrokkene.

Dat betekent niet dat het pad van herkenning altijd eenvoudig is. Voor sommigen heeft het zelfs meer het karakter van een rouwproces. De ervaring leert gelukkig dat mensen achteraf meestal heel blij zijn dat ze deze weg zijn gegaan.

In contacten met andere hoogbegaafden voelen ze zich beter begrepen. Gesprekken verlopen vaak zo geanimeerd dat ze de tijd vergeten. Toch is niet elke hoogbegaafde automatisch een vriend of vriendin. De onderlinge verschillen zijn groot. Ook in grotere woon-gemeenschappen zoals een verzorgingshuis zijn er vaak maar weinig mensen met wie een hoogbegaafde een 'klik' heeft. Activiteiten rond een inhoudelijk thema geven de grootste kans op het ontmoeten van gelijkgestemden. Dat kunnen bijvoorbeeld lezingen zijn (met discussie achteraf), muziekkuitvoeringen of denkspelen zoals scrabble, bridge, schaken en mah-jong.

Weten dat je hoogbegaafd bent, helpt om jezelf beter te leren kennen. Dan kun je gericht zoeken naar activiteiten die bij je passen en naar mensen met wie je iets gemeenschappelijks hebt.

Herkent u zichzelf in veel van de vragen en kenmerken in het kader hieronder, dan is dat een sterke indicatie voor hoogbegaafdheid. Ook als u zich niet in alles herkent, kunt u behoefte hebben aan meer uitdagende en verdiepende activiteiten. Dat is waar het uiteindelijk om gaat.

### **Hoe herkent u hoogbegaafdheid bij uzelf?**

#### *Vragen van hoogbegaafde senioren*

1. Ik voel me mijn hele leven al anders dan anderen. Wat is er toch met me aan de hand?
2. Waarom kan ik met de andere mensen hier geen echt gesprek voeren?
3. Waarom bieden ze hier alleen maar activiteiten aan die niets voor mij zijn?
4. Waarom behandelen ze me als een klein kind?
5. Waarom begrijpen ze mijn vragen zo vaak niet?

#### *Kenmerken die wijzen op hoogbegaafdheid*

1. U heeft een brede belangstelling en een of meer bijzondere hobby's.
2. U bent zeer nieuwsgierig en leert graag nieuwe dingen.
3. U bent creatief en kunt goed associatief denken.
4. U bent zeer gesteld op uw autonomie.
5. Eén of meer van uw eigen kinderen en/of kleinkinderen is hoogbegaafd.
6. U voelt zich vaak niet prettig in groepen en gaat niet graag naar verjaardagen en feestjes. U leest liever een boek of gaat alleen naar buiten.
7. U hebt een bijzondere schooltijd achter de rug, bijvoorbeeld: U wilde studeren, maar dat kon of mocht niet. Of u liep vast op school, maar hebt op latere leeftijd alsnog een opleiding afgerond.
8. U hebt veel verschillende banen gehad en soms ook conflicten op het werk.