

Hoogbegaafde kinderen weer lekker in hun vel

In het vorige nummer van *gifted@248* (lente 2016) heb ik geschreven over Sam, die uiteindelijk de handdoek in de ring gooide nadat hij oneindig veel veerkracht en doorzettingsvermogen had laten zien in de hoop dat de leerkracht hem zou zien en zou helpen. Sam was veranderd van een lief, sensitief, onderzoekend, nieuwsgierig, vrolijk en leergierig kind in een kind met boze driftbuien. Boos op de hele wereld. Maar vooral boos op zichzelf. Hij deed toch echt wat fout, dacht hij, waardoor de meester de afspraken met hem niet nakwam. Sam gaf soms aan dat het leven van hem niet meer hoefde als het zo moest. Als niemand hem begreep... Samen met acht andere hoogbegaafde kinderen tussen de 5 en 11 jaar oud heeft Sam de eerste HB-special van de Blij met MIJ!-training gevolgd.

Op pagina 38 kun je een interview lezen met Els Pronk over de Blij met MIJ!-training. Hoe gaat het bij de 'editie HB'?

Positief

Het ontmoeten van ontwikkelingsgelijken tijdens de training is al heel verbindend. De herkenning, je met een half woord al begrepen voelen en vooral horen dat je niet de enige bent die soms dingen echt niet kan of weet, hoe slim je ook bent – dat alles maakt dat er al heel snel verbinding ontstaat.

Blij met MIJ! is bijzonder omdat we op een positieve manier, met kleine stapjes, kinderen helpen meer veerkracht te 'verzamelen'. We (her)ontdekken, samen met de ouders, talenten die jou maken wie je bent. We leren dat zwarte gedachten over jezelf er mogen zijn. Maar we leren ook dat je er een gekleurde gedachte tegenover mag zetten. En daar oefenen we mee. De gedachten komen helder maar ook subtiel voorbij in kleine oefeningen en opdrachten tijdens de kindermiddagen en ouderavonden.

Een inkijkje in de training

Bij alle bijeenkomsten ligt er voor alle kinderen er een zacht vachtje klaar, waar ze hun eigen kussen op mogen leggen om daarop te gaan zitten: een eigen plekje. Bij de eerste kindermiddag zijn de ouders er het eerste halfuurtje bij, dat is fijn en helpt om het veilig te laten voelen. Ouders doen actief mee met de eerste oefening. Dat is belangrijk, want de ouders hebben we de hele training hard nodig. Kinderen kunnen niet alleen een verandering in gang zetten – hoe slim ze ook zijn. We gaan met de kinderen verder met schilderen, tekenen en aan elkaar vertellen waar je goed in bent. Dat mag hier zomaar...





We doen het samen



Hoe gaat dat dan?

Veel hoogbegaafde kinderen hebben de overtuiging dat ze alles moeten kunnen omdat ze hoogbegaafd zijn. Toch merken ze dat ze hard moeten werken om erbij te horen en dat ze vaak niet gewaardeerd worden om wie ze zijn. De omgeving helpt daar soms flink aan mee. De worsteling met zichzelf, het veelal niet gezien worden en het dagelijks incasseren van opmerkingen die dit versterken, maken dat deze kinderen weleens op het 'positieve BMM- dieet' gezet mogen worden. Dat doen we door tijdens de eerste twee bijeenkomsten op zoek te gaan naar de echte talenten van de kinderen. Een talent is iets wat je heel goed kunt én waar je passie voor hebt. Als je het vanzelf doet, heb je soms niet eens in de gaten dat iets een talent van je is, maar je wordt er wel blij van. Dat blij worden geeft een positief gevoel. Dat blij, positieve gevoel zorgt voor positieve emoties.

Het is inmiddels bekend (Barbara Fredrickson, 2009) dat positieve emoties onze veerkracht vergroten. En veerkracht zorgt er op zijn beurt weer voor dat we in staat zijn om andere oplossingen te bedenken voor een situatie waar we in vastzitten. Vooral voor faalangstige kinderen, kinderen die gepest worden en kinderen die zich niet gezien voelen (en die zijn er veel onder hoogbegaafden) is dat een fijne ervaring.

Dat is de basis en de kracht van Blij met MIJ!. Veerkracht opbouwen door het benoemen en/of ontdek-

ken van je talenten. Want daarmee bezig zijn geeft een goed gevoel. En dan is het cirkeltje rond.

We benoemen in de training nadrukkelijk wat goed gaat, waar vooruitgang in zit en waar we groei zien bij kinderen. We ondersteunen dat door kinderen via groeizinnettes (zie het interview met Els Pronk elders in dit blad) te stimuleren door te gaan.

Zwarte en gekleurde gedachten

Kinderen helpen elkaar een zwarte gedachte helder te formuleren. 'Eigenlijk zeg je dat je je zo alleen voelt. Dat heb ik ook, het voelt voor mij dan net alsof ik niet belangrijk ben, en dan doe ik maar net als de anderen doen. Heb jij dat ook?' De herkenning maakt dat de zwarte gedachte er mag zijn. In dit geval hebben we opgeschreven: Ik ben niet belangrijk. En daar begint vaak een omslag in het kijken, denken en voelen. Na dit onderdeel moeten we ook echt even naar buiten, hoor...

Vervolgens helpen de kinderen elkaar oprecht en betrokken bij het vinden van een gekleurde gedachte. De kinderen binnen de editie HB maken hier het verschil. Hun analytisch denken, het scherp kunnen waarnemen, intuïtief handelen en de veelal stille helpers in de groep zorgen dat ze elkaar aan verrassende en bijzondere oplossingen helpen. Het voelen van die verbondenheid maakt dat er 'vrienden voor het leven' ontstaan zijn in deze HB-special.

De taart van Sam

Op de eerste bijeenkomst heeft Sam al snel een plekje naast mij veroverd. Hij pakt mijn hand om die op zijn rug te leggen: veilig en vertrouwd. Het kwetsbare deel in hem is voelbaar voor mij. Ik zeg zachtjes tegen hem dat het vast een heel fijne middag gaat worden. Daarna blijft mijn hand nog even op zijn rug liggen terwijl ik ondertussen met aandacht aan de andere kinderen vertel wat we gaan doen.

Een van de opdrachten die middag is dat ze hun wens mogen tekenen: 'Hoe ziet het er voor jou uit als BMM! afgelopen is?' Sam kijkt om zich heen en loopt wat rond. Dan doet hij wat een van de andere kinderen ook doet, zodat zijn tekening lijkt op de tekening van een ander. Sam zegt heel duidelijk dat zijn wens is dat hij

'superblij naar huis wil gaan en dat ook altijd wil blijven'.

Sam heeft nog duidelijk het kabouterijtje op zijn schouder zitten dat tegen hem zegt:

Aan het eind van de eerste bijeenkomst krijgen kinderen een taartpuntje mee dat ze mogen versieren met iets waar ze goed in zijn én blij van worden; dat gaat dus over hun talent. Sam neemt de volgende bijeenkomst een mooi taartstukje mee terug. 'Ik ben goed in het bakken van aardbeien-sinaasappel-slagroom-chocoladetaart en word daar heel blij van.'

De andere kinderen vullen aan dat zijn taart wel een beetje op de lente lijkt en dat ze daar ook vrolijk van worden. Het geven van welgemeende complimentjes is begonnen en Sam groeit, nog ietwat verlegen.

Niet iedereen heeft iets met zijn taartstukje gedaan. Dat hoefde ook niet. Het mocht. Sam vraagt zich wel af wat Bram, een jongen die hij bewondert, nu wel van



hem moet denken dat hij het taartstukje zo gemaakt heeft. Want Bram heeft deze keer een leeg taartstukje mee terug genomen. Dat gaat Sam de volgende keer ook doen,

bedenkt hij. Dan zal Bram hem vast zien en hem ook stoer vinden. Dan hoort hij erbij.

Het kabouterijtje zit nog overduidelijk op zijn schouder en fluistert weer dat hij maar net als de anderen moet doen, omdat ze hem dan vast lief vinden...

Sam heeft veel geleerd deze training. Veel gegeven maar ook veel mogen ontvangen. Dat maakt dat hij gedurende de training zijn zwarte gedachte heeft kunnen omzetten in deze gekleurde gedachte:

Door de speciale voor Blij met MIJ! geschreven verhaal-



© Sam

tjes over het kabouterijtje en het elfje heeft Sam, net als de andere kinderen, woorden kunnen geven aan dat wat er was. Nu kan Sam soms zeggen: 'Dat was het kabouterijtje, eens even vragen wat het elfje nu tegen me zou zeggen.'

Met Sam komt het wel goed: het lukt hem steeds beter om naar zijn elfje te luisteren. ■



© Sam

© Sam



Marianne Rietveld is specialist Hoogbegaafdheid en Talentontwikkeling en eigenaar van De WijsWijzer. De WijsWijzer gaat uit van oplossingsgericht werken en begeleidt leerkracht, kind en ouder in het omgaan met hoogbegaafdheid. Marianne blogt over haar dagelijkse praktijk als coach en trainer.

De WijsWijzer verzorgt workshops en studiedagen, adviseert en begeleidt scholen. Deskundig en bevlogen, vanuit kennis, ervaring en vaardigheden, maar altijd vanuit het hart. www.dewijswijzer.nl

De moeder van Sam:

'Ik zie Sam groeien. De erkenning, herkenning en de veiligheid om jezelf te mogen zijn. Sam vindt het geweldig en maakt daardoor grote stappen. Dit gun ik ieder kind.'

De moeder van Fedor:

'Als ouder heb ik bij deze Blij met MIJ! vooral heel veel herkenning gevonden. Niet alleen bleken (bijna) alle kinderen net zulke wiebelkonten te zijn als onze zoon, maar ook liepen zij en hun ouders tegen dezelfde problemen aan. School wat niet gaat, een kind dat niet happy is, heel veel herkenning. En ook al is het probleem natuurlijk niet weg, her- en erkenning vinden bij een ander maakt je last een beetje lichter.'