



Hoogbegaafdheid



Van 'weten dat' naar 'weten hoe'

Marianne Rietveld

Het kwetsbare moment binnen een leerproces

30

Het kwetsbare moment binnen een leerproces

Karlijn besluit op een mooie dag in de zomervakantie dat ze helemaal klaar is met die bandjes om haar arm en buik. Het is tijd om echt te gaan zwemmen – zónder al die bandjes, wel te verstaan. Ze heeft dat nog nooit gedaan, maar ze is ervan overtuigd dat ze het kan. Ze heeft goed naar haar grote zus gekeken, is mee geweest naar haar zwemlessen, heeft wat geoefend met alle bandjes nog om en dat lukte heel goed. In haar hoofd weet ze precies wat ze moet doen. Karlijn is vijf jaar en ze is er helemaal klaar voor...



ONBEWUST ONBEKWAAM

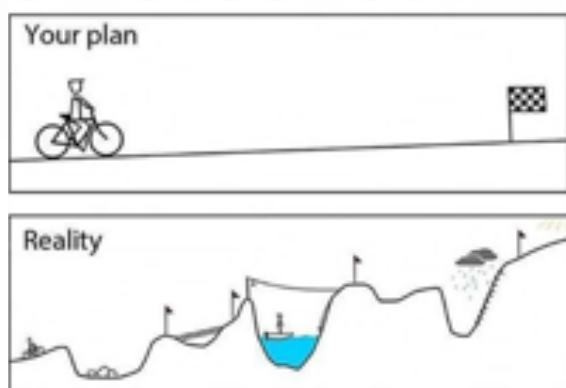
Karlijn is zich er nog niet van bewust dat ze nog niet kan zwemmen. Ze is ervan overtuigd dat ze het kan en dat het gaat lukken. Ze is onbewust onbekwaam in zwemmen. Sterker nog, eerder wist ze nog niet eens dat ze het zou willen leren, dat zwemmen iets zou zijn om te gaan leren. Ze dobberde immers heerlijk met

haar bandjes in het water rond, zich onbewust van het hele leerproces rondom zwemmen en dat dat een volgende stap zou kunnen zijn.

*Karlijn is **onbewust onbekwaam** in zwemmen en niemand heeft daar last van.*

Leerproces

Een leerproces kenmerkt zich door verschillende fasen die je doorloopt als je iets nieuws wilt leren. In een leerproces ontstaat een verandering van kennis en vaardigheden. Het voegt iets toe aan jouw kennis en vaardigheden. Je hersenen maken nieuwe verbindingen. Door te oefenen worden de verbindingen steeds sterker; de vaardigheid zet zich uiteindelijk vast en dan gaat het als vanzelf. Steeds als je weer een stapje verder bent in het proces, als je oefent en steeds beter wordt, ervaar je een ultiem geluksgevoel, wat het stofje dopamine vrij laat komen en een goed gevoel geeft. En dat moment van beheersing voelt heel fijn en mag vaker voorbijkomen. Daarop gaan we doorzetten en steeds opnieuw proberen. Of, om met de woorden van een coach te spreken: 'Nu snap ik waarom ik even een rondedansje ging doen van blijdschap toen ik na weken oefenen "ineens" dat stuk op de piano kon spelen. Dat gevoel smaakt naar meer.' Maar het leren van iets nieuws gaat niet zomaar.



BEWUST ONBEKWAAM

Na de fase van onbewust onbekwaam komt de volgende fase. Ineens ben je niet meer onbewust onbekwaam (OO), maar word je bewust onbekwaam (BO). Je ontdekt dat het eigenlijk helemaal nog niet lukt. Je bent je er opeens pijnlijk van bewust dat je het nog niet kunt. Dan kunnen observeren en imiteren van wat je wilt gaan leren nog zulke belangrijke leerprocessen zijn, daar red je het niet altijd mee.

Karlijn kijkt vol vertrouwen uit naar de dag waarop ze samen met haar moeder 'echt' gaat zwemmen. Voorzichtig glijdt ze het water in, eerst nog met de bandjes om de arm. Het is dat haar moeder dat zo graag wil, want van Karlijn hadden die ook gelijk af gemogen. Ze weet immers precies hoe het moet: benen intrekken, spreiden en sluiten. En bij de armen moet ze haar handen tegen elkaar doen, naar

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



foto Jord Visser

voren, handen draaien en een wijde boog maken weer terug naar haar kin en dan opnieuw. Ze heeft het wel honderd keer hardop tegen zichzelf gezegd. Hoe makkelijk kan dat zijn?

Karlijn doet met haar armen wat ze al zo vaak geoefend heeft. Dat gaat goed. Zie je wel, ze wist het wel! En nu haar benen. Dat gaat wat lastiger, ze zakken steeds naar beneden. Het kost Karlijn veel inspanning om met haar benen de zwembeweging te maken. Maar ze zet door en het lukt al heel af en toe een heel klein beetje. Maar als ze zo met haar benen bezig is, heeft ze geen tijd om goed aan haar armen te denken. Die liggen dan even stil of gaan spartelend heen en weer. Dat was niet de bedoeling... Zo had ze het niet bedacht. Het was de bedoeling dat ze gelijk zou kunnen zwemmen. Net zoals ze gelijk zonder zijwieltjes kon fietsen. Dat had ze ook goed in haar hoofd geoefend, en toen lukte het in één keer om naast de stoeprand op te stappen en weg te fietsen. Mama was wel blij, het scheelde haar heel veel naast de fiets lopen, en ze was super trots dat dat in één keer lukte.

Waarom lukt dat met zwemmen nu niet? Karlijn voelt de tranen omhoogkomen. Ook dat nog... Ze wil zwemmen, en niet huilen omdat het niet lukt. Dan zegt ze tegen moeder dat ze het eigenlijk koud heeft, de zon is achter de wolken verdwenen en dat is een mooie gelegenheid om uit het water te gaan. Want dit gaat ze nooit leren, al deze handelingen tegelijk. Karlijn wist niet dat zwemmen zo moeilijk was, het leek zo makkelijk...

Karlijn is nu **bewust onbekwaam** in zwemmen.

Van 'weten dat' naar 'weten hoe'

Bewust onbekwaam zijn... dat doet pijn. Voor hoogbegaafde kinderen is het niet in één keer iets kunnen een beleving die ze nog niet veel hebben meegemaakt. Sommigen hebben het zelfs nog nooit meegemaakt... Dat gevoel, die teleurstelling kennen ze niet en geeft een knauw aan hun zelfbeeld. Wat gebeurt er nu?

Hier, op dit moment, hebben we als volwassenen iets heel belangrijks te doen. De intense emotie waarmee een hoogbegaafd kind leeft in combinatie met een hoog IQ maakt dat alles onder een vergrootglas komt te liggen. Zo ook emoties. Deze fase, die zich kenmerkt door heftige **emoties** ('ik leer het nooit, hoe kan dat nu dat het me niet gelijk lukt, ik stop ermee'), is heel intens. In de casus van Karlijn verzint ze iets waarvan ze weet dat haar moeder er gevoelig voor is: 'Ik heb het koud...' Naast het direct kunnen fietsen zonder zijwieltjes is het Karlijn nog niet overkomen dat iets niet lukte. Ze heeft in de loop van haar leventje eigenlijk alleen maar succeservaringen opgedaan. En de omgeving prijst haar daarvoor de hemel in. Zo knap, nog maar drie jaar en dan al kunnen lezen. Nog maar vier jaar en nu al de tafels van vermenigvuldiging kennen. Nog maar vijf jaar en nu al naar groep 3... Karlijn haalt haar zelfbeeld vooral uit de complimenten die de omgeving haar geeft. Het staat vast dat iedereen haar knap vindt. Karlijn ontwikkelt hierdoor een niet-realistisch zelfbeeld, een **vaste mindset** en krijgt nu, in deze fase van het leerproces, heel veel **zwarte gedachten**: ik kan het niet, dus stop er maar mee. Er ontstaat **weerstand**, het voelt niet fijn, het schuurt, ik word hier niet blij van dus ik wil dit niet.

Daarnaast ben je in deze fase enorm **kwetsbaar**. Jijzelf en óók de omgeving ziet ineens een heel andere kant van je. Een kant die ze van jou nog niet kennen en eigenlijk ook niet verwachten. Is dit nu het kind dat 'alles' kan, dat zo goed en zo snel is in alles? Dan hebben we ons toch wel heel erg vergist... Het zelfbeeld, dat ontleend is aan vaststaande complimenten over wat je kunt, maakt dat je ineens heel klein en kwetsbaar wordt. Ineens voldoe je niet meer aan dat beeld van 'alles makkelijk of in één keer kunnen'.

Bij al deze gevoelens zullen wij als volwassenen het kind moeten helpen om eerst te ontladen. Eerst de emoties en gevoelens de ruimte geven, ze er laten zijn. En dan op een positief waarderende manier met groeizinnnetjes het kind helpen om de draad weer op te pakken en hem de volgende stap in het leerproces laten zetten. Groeizinnnetjes kenmerken zich door de groei die al zichtbaar is en die wordt uitgesproken. En groei betekent dat het al lukt, misschien nog niet zoals het zou moeten, maar dat er elke keer verbetering zichtbaar is. Bijvoorbeeld: 'Ik zie dat het je al vaker lukt om...',

of: 'Het lukt je al steeds beter om...', of: 'Ik merk dat je al sneller...' Groeizinnnetjes zijn positief bemoedigend. 'Je bent er nog niet, maar ik zie wel dát er groei is. En dat komt vast omdat je elke week toch weer naar zwemles gaat.' Of: 'Dat het je gelukt is, komt vast omdat je er zo veel op geoefend hebt.' Ze stimuleren om door te gaan, en daar kan een kind mee verder. **Zij zien** mijn inspanning, **ik voel** de vooruitgang en samen gaan we in vertrouwen naar de volgende stap.

BEWUST BEKWAAM

In deze fase is het kind zich ervan bewust dat het door door te zetten en veel te oefenen steeds vaker lukt. Ineens kan hij wel door het gat zwemmen, durft hij wel van de kant te springen zoals de zwemjuf dat wil en lukt het hem om de hele zwemles door te gaan en niet te huilen als het niet in één keer lukt.

Karlijn is inmiddels op zwemles. Ze is de fase van bewust onbekwaam voorbij en is zich ervan bewust dat ze eigenlijk toch al best goed kan zwemmen. Haar armen en benen doen in ieder geval wat ze tegelijk moeten doen en ze merkt dat ze steeds sneller wordt. In het water springen blijft nog wel wat spannend iedere keer, maar ook hier zal ze vast steeds beter in worden. Door veel te oefenen en te luisteren naar de zwemjuf begint Karlijn het zwemmen al aardig onder de knie te krijgen, en ze beseft dat ze er steeds beter of zelfs goed in wordt. Ze haalt zelfs haar zwemdiploma.

*Karlijn is zich ervan **bewust** dat ze al **bekwaam** is in zwemmen.*

ONBEWUST BEKWAAM

Door te oefenen met iets krijg je steeds meer grip op de opdracht of de vaardigheid die voor je ligt en gaat de uitvoering daarvan steeds makkelijker. Tot er een moment komt dat je niet meer na hoeft te denken over die opdracht of die vaardigheid. Je beheerst het en het gaat als vanzelf. Het autorijden gaat automatisch, het opzeggen van de tafels van vermenigvuldiging gaat heel snel, het skiën gaat zonder erbij na te denken, het lezen van dikke boeken is nu een feestje.

En Karlijn? Na veel vrij zwemmen, samen met vriendjes of met papa op zaterdag, wordt Karlijn **onbewust bekwaam** in zwemmen... Als een vis in het water!

Ik wens je wijsheid, verwondering en helpende groeizinnnetjes bij alles wat nieuw op je pad komt. <