

Prikkels als last of juist als motor?

Prikkelverwerking door hoogbegaafden

"We moesten van de juf een beestje maken, mam. Gewoon een beestje. Maar zie je wat ik gemaakt heb? Een echte kralenvlinder vol dromen. De juf zag het niet, maar in zijn sprieten heb ik de vlaggen van landen verstoppt. Zie jij ze? Dan vlieg ik in mijn dromen met mijn kralenvlinder mee...en maak ik zo de les en het leven leuk, fijn, gezellig en ook nog interessant." (Jop, 6 jaar)

De cognitieve aspecten van hoogbegaafdheid worden altijd sterk belicht: onder andere een snel werkend brein en leerhonger. Met als gevolg dat scholen vooral insteken op het cognitief uitdagen van leerlingen. En natuurlijk, dat is belangrijk, want veel hoogbegaafde kinderen kunnen meer aan dan in de gewone lessen aan bod komt. Ze zoeken de verdieping, willen het naadje van de kous weten.

Maar hoogbegaafdheid is meer dan alleen cognitief, daar is de laatste tijd meer aandacht voor. Tessa Kieboom bijvoorbeeld, beschrijft – in wat zij het 'zijnsluit' noemt – andere typerende kenmerken van hoogbegaafden, zoals perfectionisme, gevoeligheid, kritisch ingesteld zijn en een groot rechtvaardigheidsgevoel. Ook het Delphi-model, opgesteld door ervaringsdeskundigen en deskundigen uit het veld, noemt gevoeligheid en daarnaast het 'rijkgeschakeerd voelen'. Alertheid voor de omgeving is bij hoogbegaafden sterk aanwezig; zij beschikken als het ware over een soort antennes waarmee ze prikkels op verschillende gebieden kunnen opvangen.

Het derde belangrijke aspect is dat hoogbegaafden alles met grote intensiteit beleven. Een kleine tegenvaller kan een ramp zijn. En naar een uitje kan intens toegeleefd worden. Dat maakt dat ze in de put kunnen raken als iets tegen zit, maar ook enorm kunnen genieten van kleine dingen en fijne momenten.

In dit artikel ga ik dieper in op het opvangen en verwerken van prikkels bij hoogbegaafde kinderen.

PRIKKELBEHOEFTE EN OVERPRIKKELING

Er is nog veel onduidelijk over de werking van de (hoogbegaafde) hersenen. David Sousa en Roy Kessels concluderen dat het erop lijkt dat bij hoogbegaafden de 'bekabeling' in de hersenen goed en efficiënt werkt. Het is daarom mogelijk om op een effectieve manier prikkels te verwerken zonder dat er veel energie voor nodig is. Je zou de conclusie kunnen trekken dat hoogbegaafden in staat zijn om grote hoeveelheden informatie te verwerken zonder dat het veel moeite kost. Dat zou de enorme leerhonger van hoogbegaafde kinderen kunnen verklaren. Een leerhonger die zich uit in het stellen van heel veel vragen. Prikkels zijn als het ware de motor, de 'voeding' van de hoogbegaafde. En dit verwerken van de prikkels gaat continu door.

Maar toch, het kan ook teveel worden... Er zijn er situaties waarin een hoogbegaafd kind overprikkeld kan raken.

Het aanpassen op school om niet op te vallen kost bijvoorbeeld veel energie. Maar ook de intensiteit die de kinderen ervaren bij situaties van onrechtvaardigheid kunnen leiden tot heftige reacties. Als iemand bijvoorbeeld afwijkt van de afspraken die er zijn gemaakt.

"Na een dag op school te zijn geweest is mijn begaafde dochter moe van de prikkels. We weten nu dat een flinke huiltui de lucht klaart. Zowel voor moeder als dochter niet de meest ideale manier om de middag te beginnen, maar het helpt wel. Daarna kan ze ook prima onder woorden brengen wat er aan de hand was. Vaak is dat een situatie in de klas waarbij het de hele dag onrustig is en vooral ook onduidelijk. Ze wil graag alles meekrijgen, ze wil alles zien en ze wil zo graag... Op school laat ze perfect gedrag zien en valt de juf niets op. (Sarah, 8 jaar)"

HOOGALERT ZIJN IN DE KLAS EN THUIS

De ideeën van de Poolse psychiater Dabrowski over hypergevoeligheden (overexcitabilities) helpen om de gevoeligheid van hoogbegaafde kinderen beter te begrijpen. Volgens de theorie van Dabrowski ervaren hoogbegaafden prikkels sterker. Dit komt omdat zij kanalen hebben die wij open staan om prikkels te ontvangen. Ze vormen als het ware een lens waardoor ervaringen (uit)vergroet worden. Hierdoor voelen ze ook meer intens.

Dabrowski beschrijft vijf belevingskanalen. Het gaat om hypergevoeligheden op vijf verschillende gebieden: psychomotorisch, zintuiglijk, intellectueel, verbeeldings- en emotioneel gebied.

Kinderen waarbij je veel energie ziet, die niet houden van stilzitten, die snel praten en graag bezig willen zijn, laten kenmerken zien van de **psychomotorische**

De citaten in dit artikel zijn afkomstig uit het boek "Een andere kijk op hoogbegaafdheid" (2015) geschreven door Mariken Althuisen, Nathalie van Kordelaar en Esther de Boer.



hypergevoeligheid. Er is lichamelijke onrust en ze zijn erg actief. Het zijn kinderen die in hun gedrag impulsief kunnen zijn. Rustig stilzitten is lastig en leidt tot meer onrust. Zo ook het aanhoren van bekende stof en maken van bekende opdrachten. Bij veel enthousiasme en als kinderen gespannen zijn, neemt deze gevoeligheid vaak toe.

Kinderen met een verhoogde zintuiglijke hypergevoeligheid kunnen intens genieten van zintuiglijke prikkels. Genieten van dingen die zij zien (een vlinder), voelen, ruiken (een bloem), proeven (lekker eten) en horen (mooie muziek). Intens ervaren van zintuiglijke prikkels kan ook onprettig zijn, zoals een geur waar je misselijk van wordt, of een naadje in kleding dat blijft irriteren. In de klas merk je dat deze kinderen last kunnen hebben van geluiden, licht of geuren, maar ook intens kunnen genieten van een mooie wandeling.

De **intellectuele** hypergevoeligheid zie je bij bijna alle hoogbegaafde kinderen. Het gaat hier om een niet te stillen leerhonger, dus niet per definitie om schoolse prestaties. Maar juist om het willen leren, dat soms vooral buiten school goed te zien is. Deze kinderen willen graag alles weten en stellen heel veel vragen. Ze willen graag de diepte in en houden van filosoferen. Het kan als betweterig overkomen als ze steeds de discussie met de leerkracht aangaan. Daarnaast leggen deze kinderen vaak de lat hoog en stellen dus hoge eisen aan zichzelf en ook aan de mensen in hun omgeving. Mooi aan deze hypergevoeligheid is dat het zich kan uiten in vernieuwende ideeën, creatief en kritisch denken.

Hoor je bij kinderen beeldend taalgebruik of zie je dat ze veel fantasie hebben, dan zijn dit wellicht kenmerken van de **verbeeldingsrijke** hypergevoeligheid. Ze kunnen zich situaties en dingen makkelijk voorstellen en bedenken eenvoudig nieuwe dingen en verhalen. Het creatief en fantasievol denken kan heel handig en mooi zijn. Veel hoogbegaafden hebben hun schooltijd al dromend doorgebracht. Maar tegelijkertijd leidt dit natuurlijk ook af. Daarnaast kunnen kinderen met een groot voorstellingsvermogen soms ook angstig worden van bijvoorbeeld grote wereldproblemen. Het is dan