

Ik en hoogbegaafdheid

INZICHT IN JEZELF

Nathalie van Kordelaar, Esther de Boer en Mariken Althuisen

niño

Ik en hoogbegaafdheid

Inzicht in jezelf

Nathalie van Kordelaar, Esther de Boer en Mariken Althuisen

ISBN 978 90 8560 676 5

NUR 210

Eerste druk 2011 en tweede druk 2015 zijn verschenen onder ISBN 978 90 8560 598 0

Derde herziene druk 2017

© 2017 B.V. Uitgeverij SWP Amsterdam

Boekverzorging: Chidi Onwuka (www.chidi.org)

Illustraties en omslagontwerp: Ingrid Robers (www.ingridrobers.com)

Tekstcorrectie: Redactie bureau Boxelaar

Niño is een imprint van Uitgeverij SWP.

Voor meer informatie: www.ninoboeken.nl

Voor België: www.epo.be

Inhoud

Vooraf	5
1 Denken over intelligentie	7
2 Hoe is of voelt het om hoogbegaafd te zijn?	25
3 Hoogbegaafdheid op school	42
4 Perfectionisme	51
5 Faalangst	58
6 Hoogbegaafd denken (creativiteit, geheugen, concentratie)	66
Ter afsluiting	82
Bijlage Test je creativiteit	85
Bijlage Wat is je CQ?	90

Vooraf

Wat kun je doen met *Ik en hoogbegaafdheid*?

Dit boek is een werkboek voor kinderen die hoogbegaafd zijn. Naast het lezen van de tekst, kun je voorbeelden van jezelf in het boek erbij schrijven, informatie die je belangrijk vindt markeren en dingen erbij tekenen om het boek meer van jou te maken. Je geeft aan welke informatie uit het boek bij jou past door achter de stellingen in de hoofdstukken aan te geven wat jij ervan vindt. Het maken van een mindmap kan je helpen om de voor jou belangrijke informatie samen te vatten (wanneer je niet weet wat een mindmap is, kun je via Google informatie hierover en voorbeelden ervan opzoeken).

Soms schrijven we hij. Maar natuurlijk mag je hier ook zij lezen (we hebben alleen voor 'hij' gekozen om het makkelijk leesbaar te houden).

In zes hoofdstukken wordt verteld wat er bij hoogbegaafdheid past. Verder staan er veel tips, spelletjes en opdrachten in dit boek.

Het kan prettig zijn om dit boek samen met iemand door te lezen. Je kunt dan jouw mening, gedachten of ideeën met je meeleezer delen en kijken hoe die erover denkt.

Als je de volgende pictogrammen ziet, weet je meteen waar dat stukje tekst over gaat.



Vraag



Opdracht



Voorbeeld



Informatie



Om over na te denken



Tip

1. Denken over intelligentie

► Ik weet wat er bij hoogbegaafdheid kan horen. ja ongeveer nee

Je hersenen verwerken alle informatie die bij je binnenkomt. De informatie komt binnen via je zintuigen: reuk, gehoor, zicht, tast en smaak. Hoe snel je hersenen informatie verwerken en de manier waarop je hersenen informatie verwerken, heeft te maken met intelligentie. Dit geldt ook voor het kunnen oplossen van problemen, je geheugen, creativiteit in denken enzovoort.

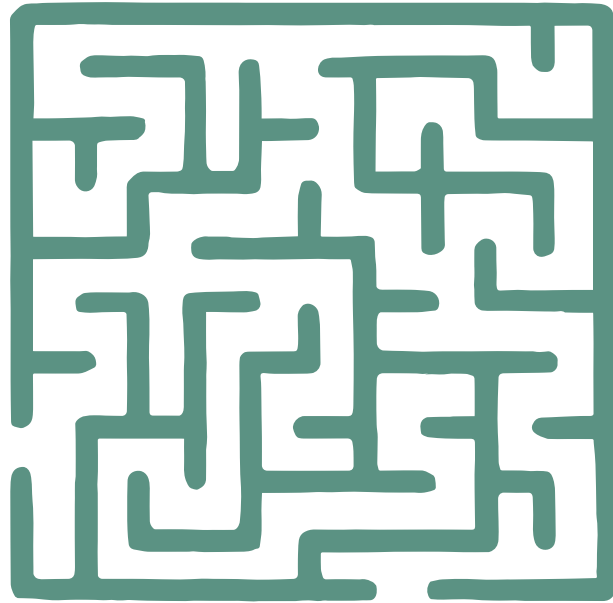
Intelligentie is lastig te meten. Meestal gebeurt dit met een intelligentietest. Na die test wordt een getal berekend. Dit getal is je IQ. IQ staat voor intelligentiequotiënt. Meestal wordt iemand hoogbegaafd genoemd als hij een IQ heeft van 130 of hoger. Toch kun je wel degelijk hoogbegaafd zijn als een intelligentietest aangeeft dat je IQ lager is dan 130. Je score op een intelligentietest is een momentopname. Als je even niet zo lekker in je vel zit, kan de uitslag lager uitvallen. Jij kunt op een test soms iets níet laten zien wat je misschien wél kunt. Maar je kunt niet wél laten zien wat je níet kunt: je kunt dus nooit 'per ongeluk' te hoog scoren. Het IQ-getal wat uit de test komt, is dus de ondergrens: het is dat of hoger. Daarom kun je zeggen dat je score op een intelligentietest altijd een minimum is.

Intelligentietests bestaan meestal uit twee delen die elk een andere kant van je intelligentie meten: het verbale deel en het performale deel.

Het *verbale deel* meet vaardigheden die te maken hebben met taal (verbaal betekent mondeling). In het *performale deel* van een test zitten meer doe-dingen.



Het maken van doolhoven is een onderdeel van de meest gebruikte intelligentietest in Nederland. Kun jij het doolhof maken? Teken de weg van de ingang naar de uitgang.



Heb jij ooit al een intelligentietest gedaan? Hoe vond je dit?



Iemand die hoogbegaafd is, is ook creatief in zijn denken. Hij kan bijvoorbeeld originele oplossingen bedenken (hier gaan we verder naar kijken in hoofdstuk 6). Ook heeft hij een grote motivatie om dingen te leren. Daarbij

gaat het niet altijd per se om schoolingen. Daarnaast zijn hoogbegaafden vaak erg gevoelig voor allerlei soorten prikkels. Hier vertellen we later meer over.

Als iemand hoogbegaafd is, dan is dat al voor zijn geboorte in aanleg aanwezig. Bij hoogbegaafde mensen is het waarschijnlijk zo dat hun hersenen efficiënter werken. Dat wil zeggen dat er minder energie nodig is om informatie op te nemen en te verwerken. Ook zullen er in de hersenen van hoogbegaafde mensen waarschijnlijk gemakkelijker en sneller nieuwe verbindingen tussen hersencellen worden gemaakt dan in de hersenen van niet-hoogbegaafde mensen. Zo komt informatie gemakkelijk binnen in hun hersenen en wordt de informatie gemakkelijker verwerkt en doorgestuurd naar andere delen van de hersenen.



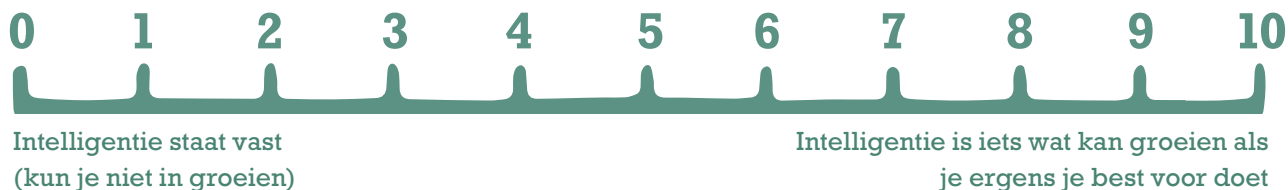
Probeer je eens een voorstelling te maken van die verbindingen tussen hersencellen. Je mag hierover ook meer informatie opzoeken op internet. Hoe zouden die verbindingen eruit kunnen zien in jouw hoofd? Teken dit eens.



Mensen denken heel verschillend over intelligentie. Sommige mensen denken dat intelligentie iets is wat je nu eenmaal hebt, of niet. Zij denken dat je er niet veel aan kunt veranderen en dat je jezelf dan ook niet heel erg kunt ontwikkelen. Andere mensen zijn het hiermee niet eens en denken juist dat je jezelf enorm kunt ontwikkelen als je je ergens voor inzet en er hard voor oefent.



Geef aan op de lijn wat jij denkt over intelligentie.



Als je denkt dat intelligentie iets is wat vaststaat, wat je dus niet verder kunt ontwikkelen, dan kan dat gevolgen hebben voor je inzet. Als je het gevoel hebt dat je niet heel erg intelligent bent, heeft het dus ook geen zin om erg je best te doen. Je kunt dan bij voorbaat denken dat dit toch niet zal helpen om betere resultaten te halen. Maar ook voor de kinderen die wel van zichzelf denken dat ze intelligent zijn, kan het nadelige gevolgen hebben als ze denken dat intelligentie vaststaat. Zo'n intelligent kind denkt dan misschien: ik ben slim, ik red het toch wel op school, ook als ik niet hard mijn best doe. Die kinderen laten dan misschien niet altijd zien wat ze kunnen en presteren onder hun echte niveau. Of een intelligent kind kan denken: stel dat ik bij deze moeilijke opdracht een foutje maak, dan vinden ze me straks niet meer slim; ik doe de opdracht maar niet, dan kan het ook niet fout gaan. En zo onthoudt dit kind zichzelf de kans om eens iets moeilikers of iets nieuws te proberen wat hij misschien wel heel erg leuk vindt of waar hij met oefening wel heel goed in zou kunnen worden.

Hoe je denkt over intelligentie is dus belangrijk voor je prestaties en voor het aanleren van vaardigheden en kennis. Tegenwoordig zijn de meeste wetenschappers (mensen die onderzoek doen) het erover eens dat intelligentie geen vast gegeven is. Je kunt dus wel degelijk invloed

uitoefenen op je intelligentie en op de werking van je hersenen. Je maakt je hele leven steeds hersencellen en nieuwe verbindingen tussen hersencellen aan. De verbindingen tussen hersencellen kunnen sterker worden als je ze vaker gebruikt. Ze kunnen ook zwakker worden als je ze weinig gebruikt. Daar heb je zelf dus invloed op!



Koos jij op de lijn meer in de richting 'intelligentie staat vast'? Dan is het belangrijk om bij jezelf na te gaan of dit van invloed is of was op je werken, je inzet en je prestaties op school. Als je de lijn nu nog een keer mag invullen met de kennis die je nu net hebt opgedaan, wat zou je dan nu invullen?



0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Intelligentie staat vast
(kun je niet in groeien)

Intelligentie is iets wat kan groeien als
je ergens je best voor doet

▶ Ik denk dat ik minder energie in schoolwerk hoef te steken dan andere kinderen.

ja nee soms

Van 1925 tot 1959 is er een langlopend onderzoek gedaan door een wetenschapper. Hij heette Lewis Terman. Hij wilde bewijzen dat mensen met een zeer hoog intelligentieniveau (IQ meer dan 140) automatisch ook succesvolle volwassenen zouden worden. Hij volgde kinderen met zo'n hoge intelligentie totdat ze volwassen waren. De uitkomst van dit onderzoek was dat die mensen over het algemeen allemaal goed terecht waren gekomen. Op alle vlakken (prestaties, gezondheid, relaties enzovoort) scoorden ze bovengemiddeld, maar niet extreem hoog. Er zat bijvoorbeeld geen Nobelprijswinnaar bij. Maar er was wel een man die als kind niet hoog genoeg scoorde om deel te mogen nemen aan de onderzoeksgroep van Terman, en die won wél de Nobelprijs, voor natuurkunde... De vraag kwam dus al snel of alleen een hoge intelligentiescore wel een voorspeller kan zijn voor extreem goede prestaties. Misschien moet je ook naar andere zaken kijken?

Er zijn veel wetenschappers die aangeven dat intelligentiescores lang niet alles zeggen. Je moet vooral goed weten hoe je moet handelen in de maatschappij. Je kunt dus goed (genoeg) zijn in veel dingen, veel vaardigheden bezitten, maar je moet ook weten hoe je deze vaardigheden moet inzetten. Met alleen maar veel kennis red je het niet in het leven. Je moet ook weten hoe je aanvullende kennis moet verzamelen, hoe je moet samenwerken, wat je sterke en zwakkere kanten zijn, hoe je bepaalde problemen moet aanpakken enzovoort.

Er is aangetoond dat iedereen die in aanleg ergens goed in is, alsnog hard moet trainen en oefenen om in dit onderdeel echt uit te blinken. Misschien ben je van nature goed in rekenen. Maar om goed te blijven, moet je het rekenen veel trainen en oefenen. Als je dit niet doet, kan een ander kind dat in aanleg misschien minder goed is dan jij maar dat wel meer oefent, veel beter worden en in een rekenwedstrijd van jou winnen. Dit is bijvoorbeeld bewezen in een onderzoek onder kassajuffrouwen en wetenschappers in de wiskunde. De mensen achter de kassa moesten toen nog zelf uitrekenen wat de boodschappen samen kostten, want er bestonden in de tijd van dat onderzoek nog geen computerkassa's die alles voor je uitrekenden. De kassajuffrouwen bleken beter te zijn in hoofdrekenen dan de wetenschappers in de wiskunde! Dat kwam omdat zij veel meer geoefend hadden dan de wetenschappers, zij moesten immers dagelijks alle bedragen van de boodschappen bij elkaar optellen.



Jouw hoge intelligentie betekent niet dat je niet meer hoeft te werken op school. Integendeel, je moet juist leren om te leren door moeilijkere opdrachten te doen en te leren doorzetten als het moeilijk wordt. Je hebt door te oefenen zelf invloed op je hersenen en hoe deze werken. Hierdoor wordt het leren van nieuwe dingen alleen maar gemakkelijker, en daar heb je je hele leven iets aan.



Leren en doorzetten bij moeilijkheden is misschien niet altijd leuk. Het kan je boos of gefrustreerd maken. Soms voel je het zelfs in je lijf: een knoop in je buik, het zweet onder je oksels, een brok in je keel... Maar dat gaat over en je

vergeet al snel dat het misschien eventjes vervelend was. Wat je daarna hebt geleerd en kan, is voor altijd! Je hersenen gaan er ook beter van werken. Oefenen en trainen heeft dus nut voor nu én later.

► Ik zet door bij moeilijke taken. altijd soms bijna nooit



We hebben een paar vraagjes voor je:

1. Denk jij dat Lionel Messi, de wereldberoemde voetballer, meteen bij de eerste keer dat hij een bal voor zijn voeten kreeg al die knappe trucjes kon die hij nu met een bal kan? Vertel, hoe denk jij dat hij zijn trucjes heeft geleerd?



2. Denk jij dat de sterkste man ter wereld met van die grote spierballen ter wereld kwam? Hoe is hij de sterkste man geworden, denk jij?

3. Denk je dat Mozart (een bekende componist, muzikschrijver) al direct vanaf de eerste keer dat hij aan een piano ging zitten eigen muziekstukken schreef? Hoe is hij zo'n goede componist geworden, denk jij?

4. Denk jij dat een chef-kok al direct vanaf de eerste keer dat hij ging koken eigen recepten kon bedenken en de heerlijkste smaakcombinaties kon creëren? Vertel eens, hoe denk jij dat hij chef-kok is geworden?

Waarschijnlijk zul je bij de antwoorden wel bedacht hebben dat deze mensen gewoonweg heel veel oefeningen hebben gemaakt om zo goed te worden! Zij hebben hard getraind, juist om datgene wat ze in aanleg aan talent in huis hadden ook zo goed 'naar buiten' te laten komen.

Een chef-kok zal de eerste keer dat hij kookte gewoon een recept hebben gevolgd en alle ingrediënten precies hebben afgewogen. Hij zal zich de eerste keren precies aan de beschrijvingen hebben gehouden. Pas na veel koken kon hij dit 'op de automatische piloot' en nog later zal hij zelf zijn gaan experimenteren en eigen recepten zijn gaan bedenken. Hij was niet direct een super kooktalent, hij heeft gewoon héél veel oefening gehad!

En eigenlijk is dit zo met alle mensen die ergens ontzettend goed in zijn (geworden). Zij hebben hier ook moeite voor gedaan en hebben doorgezet op momenten dat het lastig was, ongeacht het talent dat ze hebben!

We zetten even wat bekende mensen voor je op een rijtje die ook super hard hebben gewerkt om daar te komen waar ze wilden zijn:

Michael Jordan, een beroemde basketballer uit Amerika, werd ooit uit het schoolbasketbalteam gegooid omdat hij 'te middelmatig' was en 'te weinig talent had'. Maar basketballen was zijn droom. Hij wilde niets anders en hij wilde bewijzen dat hij het wél kon. Met doorzettingsvermogen en hard werken is hij een van de beroemdste basketballers aller tijden geworden. Volgens zijn coach was hij altijd de eerste die op het basketbalveld was en de laatste die naar huis ging. Hij werkte heel erg hard. Michael Jordan zegt zelf: 'I failed over and over and over in my life, that's why I succeed.' ('Ik faalde keer op keer op keer in mijn leven, dat is waarom ik slaag.')

Walt Disney werd in het begin van zijn carrière ontslagen omdat hij niet creatief genoeg zou zijn. Zijn eerste bedrijf dat tekenfilms maakte, ging failliet. Maar hij bleef doorzetten. En wij denken dat Walt Disney nu een naam is die overal op de wereld bekend is!

Thomas Edison (de uitvinder van de gloeilamp) heeft meer dan duizend mislukte pogingen gedaan voordat hij uiteindelijk een werkende gloeilamp kon maken. Edison zag deze pogingen zelf absoluut niet als mislukt. Zijn woorden waren: 'Ik heb niet gefaald... Ik heb gewoon duizend manieren ontdekt die NIET werken.' En hij heeft gelijk! Al die kennis over wat niet werkt is óók nuttig.

Het is maar net hoe je er zelf naar kijkt... Als Edison zijn pogingen had gezien als falen, had hij waarschijnlijk niet doorgezet. En dan stond hij nu niet in de boeken als de uitvinder van de gloeilamp. Dan hadden we moeten wachten op de gloeilamp totdat er een andere uitvinder was die wél doorzette. Stel je toch eens voor dat alle uitvinders zouden opgeven na een aantal pogingen. Dan hadden we nu niet de wereld die we kennen.

De schrijfster van de Harry Potter-boeken (*J.K. Rowling*) is nu superberoemd. Maar wist je dat zij in eerste instantie geen enkele uitgever kon vinden die haar boeken wilde uitgeven? Zij geloofde zelf zó in haar verhalen, dat ze door bleef zetten en uiteindelijk een uitgever vond die het aandurfde om haar boeken uit te geven. En nu? Nu zijn de Harry Potter-boeken en films wereldberoemd! En de uitgevers die haar afwezen, balen nu als een stekker.



Wanneer heb jij **ECHT** moeten doorzetten om een vaardigheid onder de knie te krijgen? Beschrijf eens hoe dit ging. Hoe voelde jij je achteraf?

De hiervoor genoemde voorbeelden gingen over beroemde personen. Nu gaan we eens kijken hoe dit bij jou verloopt. Iedereen heeft sterkere en zwakkere kanten. Iedereen kent situaties waarbij hij trots kan zijn op wat hij heeft bereikt/gedaan. Iedereen kent ook situaties die hij liever uit de weg gaat. Bijvoorbeeld omdat hij ze spannend vindt, of omdat ze hem stress opleveren. Dat is heel normaal! Het kan zinvol zijn om dit eens voor jezelf in kaart te brengen. Dan kun je daarna beoordelen of je het prima vindt zoals het nu gaat, of dat je misschien iets zou willen aanpassen.