

HOOGBEGAAFDHEID | REFLECTIE

De laatste jaren neemt de kennis over hoogbegaafde volwassenen stap voor stap toe. In het Delphi-Model Hoogbegaafdheid worden de volgende persoonlijkheidskenmerken toegeschreven aan een hoogbegaafde volwassene: autonoom (zijn), hoogintelligent (denken), rijkgeschakeerd voelen (voelen), gedreven en nieuwsgierig (willen), hoogsensitief (waarnemen), scheppingsgericht (handelen). En in samenspel met zijn omgeving is de hoogbegaafde snel, intens, complex en creatief.

MODEL | HOOGBEGAAFDE VOLWASSENEN IN BEELD

Ik coach vanuit het uitgangspunt dat ieder mens een unieke, talentvolle, creatieve en sociale persoonlijkheid is. Die een eigen persoonlijk verhaal heeft, dat gekend wil worden en van betekenis wil zijn in de wereld. Die er helemaal mag zijn, met al zijn levensenergie, in verbinding met hoofd, hart, lichaam en ziel. In denken, voelen en willen én in verbinding met de ander en de wereld om hem heen. Ik ga ervan uit dat er in ieder mens een verlangen aanwezig is om te worden wie hij of zij ten diepste is. Noem het jouw ziel, jouw zelf, jouw persoonlijkheid. En het hoogbegaafd-zijn zie ik daarbij als een wezenlijk onderdeel van iemands persoonlijkheid dat ook herkend, gekend en omarmd mag worden.

COACHING

Loop je vast op jouw pad? Twijfel je of je überhaupt wel op het voor jou goede pad loopt? Sta je op een tweekoppig en vind je het lastig om te kiezen? Wil je meer de diepte induiken? Als coach begeleid ik je graag bij jouw ontdekkingsstocht naar je (hoogbegaafde) talenten en drijfveren, de keuzes die je zou willen maken en de stappen die je zou willen zetten. Om vanuit een herontdekt bewustzijn op jouw eigen kwaliteiten, drijfveren, zon- en schaduwzijden, mogelijkheden en belemmeringen keuzes te maken. Om ook de delen van jezelf die je misschien bent kwijtgeraakt of hebt verstopt weer te ontdekken, te leren kennen en waarderen. Om in beweging te komen, te leren en ontwikkelen. Zodat je weer de vrijheid ervaart om vanuit je hele zelf te zijn, leven en werken.

ZEVEN VRAGEN VOOR JOU

In het model en de beschrijving op de volgende pagina heb ik geprobeerd dit zo goed mogelijk weer te geven. Je kan het model gebruiken om te kijken welke kenmerken je bij jezelf herkent en welke niet of minder. Mogelijke vragen die je jezelf kan stellen zijn:

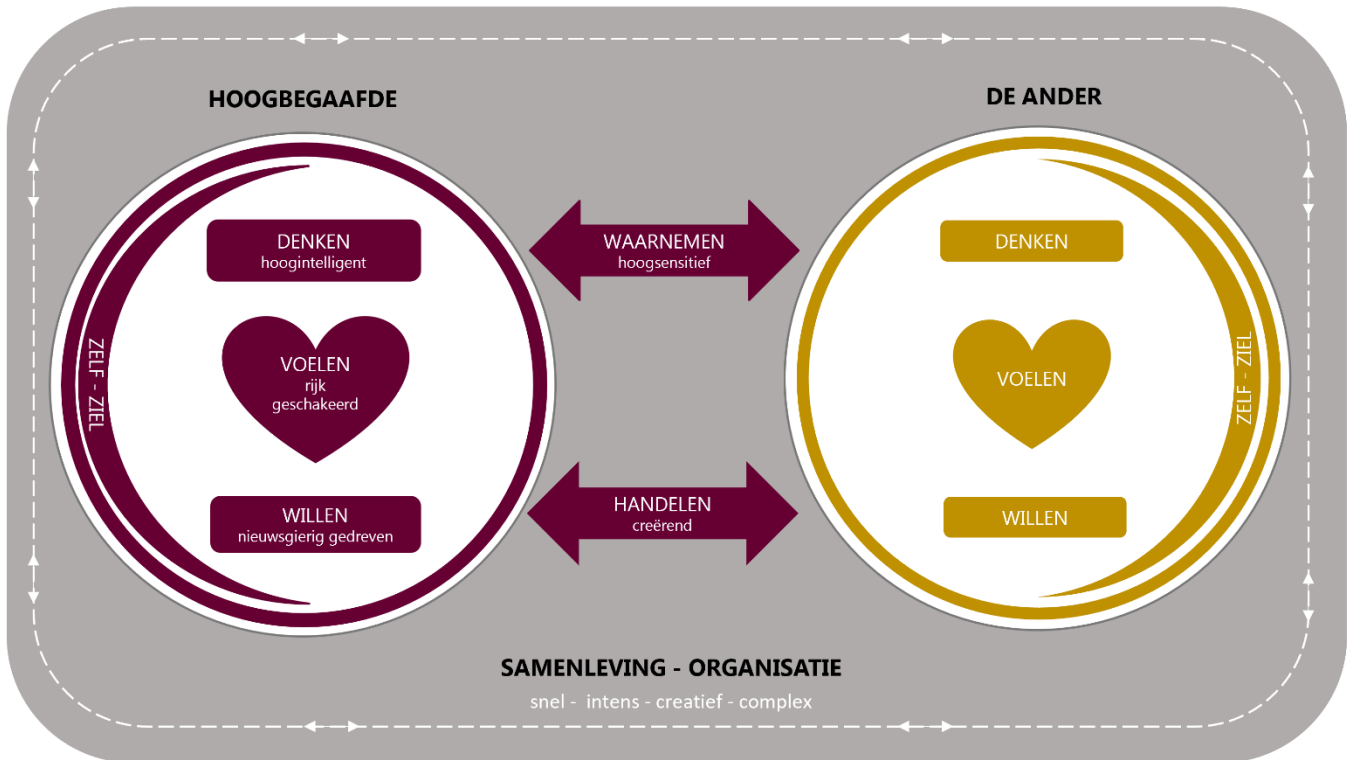
1. Welke aspecten van hoogbegaafdheid zijn bij mij sterk aanwezig?
2. Wat zie ik mezelf doen op de momenten dat ik die met veel plezier inzet?
3. Hoe heb ik deze kwaliteiten gedurende mijn leven en werken kunnen ontwikkelen?
4. Welke aspecten herken ik nog niet zo bij mezelf of laat ik – om welke reden dan ook – nog niet zo van mezelf zien? Waar zou dat mee te maken kunnen hebben? En wat wil ik daar dan nu mee?
5. Van welke kwaliteit heb ik zelf het meeste last? En anderen? Wat zie ik mezelf dan doen?
6. Als ik in de toekomst alle aspecten van mijn hoogbegaafdheid vol zou kunnen omarmen, wat zou er dan heel anders worden dan vandaag de dag? Wat zou er wezenlijk voor mij en / of voor anderen in mijn omgeving veranderen?
7. Als ik kijk naar de toekomst en dat vergelijk met waar ik in het hier-en-nu sta, wat heeft dan als eerste mijn aandacht nodig? Waarmee wil ik nu echt aan de slag? Wat wil ik gaan ontwikkelen?

CONTACT

Stapsteen | Praktijk voor Dieptecoaching
Bernhardstraat 51
7491 EA Delden
T: 06 – 81 95 85 86
E: info@stapsteen-dieptecoaching.nl
I: www.stapsteen-dieptecoaching.nl

HOOGBEGAAFDE VOLWASSENEN IN BEELD

Model voor het herkennen en begeleiden van hoogbegaafde volwassenen bij hun persoonlijke en professionele ontwikkeling



Noot: Dit model is gebaseerd op het Delphi-Model Hoogbegaafdheid uit M.B.G.M. Kooijman - van Thiel (red.), *Hoogbegaafd. Dat zie je zo! Over zelfbeeld en imago van hoogbegaafden*. Oya Productions, 2008.

ZIJN: AUTONOOM

De meeste hoogbegaafden hebben behoefte aan vrijheid en een ruime mate van autonomie, in werk en relaties. Het is belangrijk om je eigen pad te kiezen, ook al is dat 'the road less travelled by'. Dat neemt niet weg dat je net als ieder mens tegelijkertijd verlangt naar – echte – verbinding met anderen. Iets wat voor veel hoogbegaafden van jongens af aan niet vanzelfsprekend is. Bij autonomie horen ook waarden als een sterk rechtvaardigheidsgevoel, idealistisch, integriteit, authenticiteit, puurheid. Daarin is de hoogbegaafde dan vaak redelijk zwart-wit.

DENKEN: HOOGINTELLIGENT

Een hoge intelligentie is een van de kenmerken van een hoogbegaafde die voor de omgeving vaak goed zichtbaar is. Het is ook het enige kenmerk dat objectief, met een IQ-test 'aangetoond' kan worden. Hoogintelligent denken zit vaak in onafhankelijk denken, out-of-the-box denken, snel een probleem kunnen analyseren en (creatieve) oplossingen verzinnen, overzicht hebben én oog voor detail, beeldend denken en een groot associatief vermogen.

VOELEN: RIJGESCHAKEERD & VEELKLEURIG

Een hoogbegaafde volwassene heeft het vermogen tot een rijkgeschakeerd of veelkleurig gevoelsleven. Je kan echt in je ziel geraakt worden door muziek, film, kunst, natuur, het lezen van een boek. En je hebt ook wel eens meerdere emoties tegelijkertijd, zoals geluk en verdriet en onderscheidt daarin ook verschillende nuances. Zoals een Eskimo wel vijftig woorden kan hebben voor de witte sneeuw...Je kan je goed inleven in andere mensen en bent van nature empathisch, maar dat hoeft niet te betekenen dat je altijd iedereen wil helpen of heel zorgzaam bent. Dat kan natuurlijk wel.

WILLEN: GEDREVEN & NIEUWSGIERIG

Je kan ergens helemaal voor gaan, de diepte induiken, over iets alles willen opzoeken, er alles van af willen weten of doorgaan tot het gaatje, puzzels die opgelost moeten worden, met passie en gedrevenheid...Tenminste, als het gaat over een onderwerp dat je interesse heeft of dat iets voor jou betekent (interne motivatie). Anders ziet jouw omgeving ook wel eens een luie en onverschillige kant van je. Je houdt van nieuwe dingen ontdekken, van de afwisseling, maar kan dat tegelijkertijd ook wel spannend vinden.

WAARNEMEN: HOOGSENSITIEF

Over hoogsensitiviteit (of: hooggevoeligheid) is veel onderzocht en geschreven. De essentie is dat je meer en genuanceerder prikkels waarneemt, bij jezelf of bij de ander, jouw omgeving. En dat je die prikkels daarnaast ook nog eens intenser en diepgaander verwerkt. Je kan je voorstellen dat je daardoor eerder dan een ander 'overprikkeld' raakt, behoefte hebt aan rust, tijd voor jezelf of juist een keer sneller uit je slof schiet. Maar het zorgt ook voor een sterk onderscheidingsvermogen, perfectionisme, zorgvuldigheid, genuanceerdheid, goed kunnen reflecteren en bijvoorbeeld onverwachte, intuïtieve en creatieve verbanden kunnen leggen.

HANDELEN: SCHEPPINGSGERICHT & CREATIEF

De meeste hoogbegaafden zijn er in alles wat ze doen op gericht om iets te 'maken'. Voor sommigen gaat het dan echt over het maken van kunst, een schilderij, een boek, pottenbakken of een muziekstuk. Voor anderen gaat dat over het maken van overzichten, een processchema, een nieuw idee, het ontwerp voor een tuin, een nieuw gerecht, het mooi dekken van een eettafel.