



Persoonlijkheidsgroei

Leen Verbeeck heeft op 22 september 2015 in Antwerpen een lezing gegeven over persoonlijkheidsgroei, of hoe ze in De Bleekweide hoogbegaafde kinderen laten groeien.

De Eén-reportages over VZW De Bleekweide hebben velen onder ons naar de keel gegrepen. Het programma heeft duidelijk getoond hoe ook kinderen en jongeren met betrokken en liefhebbende ouders soms in zware persoonlijke crisissituaties kunnen terechtkomen.

Leen Verbeeck begeleidt kinderen, jongeren en volwassenen in De Bleekweide, en heeft daarbij ook ervaring met mensen die worstelen met hoogbegaafdheid. Op 22 september heeft ze voor Bekina Regio Antwerpen een lezing gegeven rond het ontwikkelen van draagkracht en persoonlijkheidsgroei, die ze levendig heeft geïllustreerd met voorbeelden uit haar eigen ervaring.

Met het “ontwikkelen van draagkracht” verwijst Leen naar het belang om kinderen te laten groeien naar wie ze van binnen zijn, met hun mogelijkheden maar ook met hun beperkingen. Kinderen krijgen immers te vaak een etiket opgeplakt en “worden” dan ook vaak dat etiket, terwijl ze *allemaal* dingen in beweging kunnen zetten.

Een tweede essentiële pijler bij de ontwikkeling van draagkracht is een constructieve opvoeding. Een valkuil bij hoogbegaafde kinderen is dat men daarbij vaak de nadruk zal leggen op de cognitieve aspecten, en minder zal letten op de gevoelens. Kinderen dienen echter als geheel gezien te worden. Als men het gevoelsmatige verwaarloost bestaat er een risico dat deze pijler minder zal ontwikkeld worden.

De motor achter de ontwikkeling van draagkracht is dat kinderen zichzelf graag gezien moeten voelen, en een gevoel van vertrouwen en veiligheid krijgen. Intrinsieke waardering is belangrijk bij identiteitsontwikkeling: wie je bent, niet wat je kan. Vergelijkingen met andere kinderen zijn daarbij uit den boze - zeker hoogbegaafde kinderen zijn daar zeer gevoelig voor.

Opvoeders moeten kinderen vertrouwen geven, maar wel in dingen waar de kinderen dat vertrouwen wel al aankunnen: je kan maar vertrouwen geven als het kind geleerd heeft wat hij te leren heeft.

Het helpt daarbij om symbolen te gebruiken die het “samen” zijn uitdrukken, zoals bijvoorbeeld uitzwaaien bij het vertrek, expliciet zeggen dat men elkaar graag ziet, **samen** bezig zijn. Kinderen moeten leren communiceren over zowel goede als slechte gebeurtenissen van de dag.

Ook de stijl van de opvoeder is belangrijk. Typische valkuilen zijn:

- Een autoritaire begeleider geeft een kind weinig ruimte; een hoogbegaafd kind dat heel creatief kan denken, wordt dan in een stramien geduwd.
- Negatief ingestelde begeleiders komen terecht in een spiraal van klagen over het kind. Hoogbegaafde kinderen stellen meestal hoge verwachtingen aan zichzelf. Als ze dan het signaal krijgen dat het nooit genoeg is, ontwikkelen ze een gevoel van waardeloosheid. Als zoiets voorvalt is het belangrijk om de momenten vast te pakken dat je niet moet reclameren.
- Bij overbezorgde ouders, tenslotte, zal het kind binnen het kader blijven, maar zal het geen zelfvertrouwen ontwikkelen.

Bij De Bleekweide vind men het heel belangrijk om de onderliggende signalen te begrijpen. Eén techniek die daar bij wordt gebruikt zijn de “twee stoelen”.

De “eerste stoel” is wat het kind toont. Bij hoogbegaafde kinderen komen daar al direct veel verzuchtingen zoals: ‘ik ben anders’, “ze vinden me een bemoeial”, enz.

Het is echter belangrijk achter het signaalgedrag (bijvoorbeeld ‘woedeaanvallen’) te kijken en de echte boodschap (‘mijn mama ziet mij niet graag’) te ontcijferen – de tweede stoel.

Het achterliggende probleem kan zijn dat het kind de druk niet aankan. Hoogbegaafde kinderen zijn meestal zeer gevoelig en sloppen zeer veel op. Daardoor zitten ze ook met zeer veel angsten en stellen ze hoge verwachtingen aan zichzelf (“ik ben slim, dus ik moet het goed doen”) - bij slimme kinderen worden de verwachtingen ook meer uitgesproken.

Daarnaast gebruikt De Bleekweide nog andere hulpmiddelen, zoals bijvoorbeeld het “krachtmatje”: kinderen schrijven dingen op het matje waar ze “zichzelf kunnen zijn”. Ze moeten gevoelens uitbeelden die ze in normale omstandigheden zouden willen laten zien, maar niet kunnen.

Voor kinderen die veel piekeren, kan een “gedachtenpotje” dan weer veel rust geven (bv. voor slapen gaan).

Maar ook voor ouders bestaan er hulpmiddelen om beter om te gaan met bepaalde problemen. Iedereen heeft zijn ‘vatje’ van gevoelens van lang geleden of minder lang geleden. Als het vatje vol zit, kan het exploderen of imploderen (‘jezelf van binnen geweld aandoen’, van binnen ontploffen). Na school en werk ontmoeten vaak overvolle vaten elkaar thuis. Het is dan belangrijk voor elke volwassene om te

begrijpen welke woorden van zijn kind brengen hem of haar uit het evenwicht halen. Je moet dus de “triggerplekken” ontdekken waardoor je eigen vat ontploft. Ook voor volwassenen kan een time out nodig zijn.

Een mogelijke stappenplan wanneer je kind je “triggerplek” raakt, bestaat uit de BBB's:

- **Bissen:** Letterlijk herhalen wat het kind zegt: daardoor geef je hen het gevoel dat je de boodschap hebt gehoord
- **Benoemen:** hierbij verwijzen we naar het niet verbale (dit is vooral voor kleuters belangrijk)
- **Bevragen:** dit is nodig om op tweede stoel te gaan zitten

Daarna kan men samen alternatieven bedenken - maar eerst moet men erkenning geven, de “waarom” vraag komt vaak te vroeg.

Bekina regio Antwerpen
9 december 2015