

'Als je tuiniert en de sla wil niet groeien, dan scheld je die niet uit of je gaat er ook niet aan trekken. Je besteedt aandacht aan de aarde, de voedingsstoffen en de omgeving waar de sla in moet groeien.

Je vult tekorten aan en neutraliseert wat giftig is.' - Thich Nhat Hanh

Hoogbegaafd, hooggevoelig en niet naar school willen...

Het komt regelmatig voor... ouders die wanhopig zijn als hun hoogbegaafde kind niet meer naar school wil. Er wordt van alles aan gedaan om deze weerstand op te heffen: bijlessen, schoolwisselingen, huiswerkinstituten en therapeuten/psychologen. De weerstand om naar school te gaan kan zich openbaren op de basisschool, maar komt ook voor op de middelbare school. Dit verzet wordt mede versterkt doordat er sprake is van de combinatie puber en hoogbegaafdheid en soms ook hooggevoeligheid. Er zijn twee vormen van hoogbegaafdheid: extravert en introvert. Een extravert kind laat op school zijn weerstand zien door bijvoorbeeld agressief en brutaal gedrag en door geen respect te tonen voor leerkrachten. Bovendien heeft zo'n kind moeite met het onderhouden van vriendschappen. Introverte hoogbegaafde kinderen trekken zich juist terug, hebben weinig vriendjes, zijn stil en vallen niet op in de klas. Voor beide groepen geldt dat zij niet volledig tot leren komen.

Een kinder- en jeugdtherapeute moet zich goed realiseren dat hoogbegaafde kinderen die thuis of op school vastlopen, ook hooggevoelig kunnen zijn. Daarom is het raadzaam eigen expertise over hoogbegaafdheid en hooggevoeligheid te verbreden of te vergroten. De combinatie hooggevoelig - hoogbegaafd kan de optimale ontwikkeling van een kind belemmeren. Hierdoor kunnen er problemen op school ontstaan en is er soms ook thuis sprake van een disbalans.

Als een hoogbegaafd en hooggevoelig kind niet naar school wil, heb je als kinder- en jeugdtherapeute de uitdaging om diverse hypothesen op te stellen. Ieder kind is namelijk vanuit zichzelf nieuwsgierig en leergierig en wil van nature leren en ontdekken. Wat zou de oorzaak kunnen zijn waardoor dit kind het op dit moment niet zo ervaart?

Komt dit door zijn hooggevoeligheid en/of hoogbegaafdheid, het familiesysteem, school, het zelfbeeld, (gebrek aan) vaardigheden of wordt het kind niet genoeg gezien en gehoord?

Heb je met pubers te maken, dan is het heel belangrijk te bedenken dat het puberbrein niet stabiel is, dat eerst het emotionele deel van het brein zich ontwikkelt en pas op een later moment het rationele denken. De invloed van leeftijdgenoten is ook groot. Heeft de puber het gevoel er niet bij te horen, dan kan hij zich heel eenzaam, machteloos en soms zelfs depressief voelen.

Onderzoek

Als ouders met hun hoogbegaafde kind/puber bij mij komen, ga ik allereerst na of er op medisch gebied, op



fysiek niveau, iets aan de hand zou kunnen zijn. Vervolgens onderzoek ik onderstaande gebieden:

1. *Gedrag*. Welk gedrag laat het kind zien en wat zou er op een diepe onbewuste laag aan de hand kunnen zijn?
2. *Hoogbegaafdheid en hooggevoeligheid*. Is er sprake van deze combinatie? Hoeveel weten ouders al over dit onderwerp en hoe begeleiden zij samen hun kind hierbij?
3. *Vaardigheden*. Ieder kind heeft de volgende vaardigheden nodig:
 - Taalvaardigheden: het vermogen om te luisteren en te spreken.
 - Sociale vaardigheden: het vermogen om zich te verbinden met anderen en het tonen van beleefdheid en respect.
 - Executieve vaardigheden: het reguleren van gedrag dat emotioneel bepaald is, waarbij interactie met anderen een rol speelt. Deze vaardigheden zijn: werkgeheugen (informatiestapjes in je geheugen bijhouden bij het uitvoeren van taken), responsinhibitie (nadenken voordat je iets doet of zegt), flexibiliteit (aanpassen aan veranderingen) en plannen (een plan bedenken waarmee je je doel zult halen). En vervolgens: emotieregulatie (emoties beheersen), volgehouden aandacht (blijvend focussen op een taak), taakiniciatie (direct efficiënt starten met datgene wat gedaan moet worden), organiseren,

- doorzettingsvermogen (een doel bereiken en verleidingen weerstaan), omgaan met tijd (goed plannen), metacognitie (van een afstand jezelf en de situatie reflecteren).
4. *Systemisch*. Iedereen maakt deel uit van een systeem, zoals een gezin, familie of schoolklas. In ieder systeem gelden wetmatigheden: binding, ordening en balans van geven en nemen, met een vaak grotendeels verborgen dynamiek. Als een persoon of gebeurtenis binnen een familie niet erkend wordt, zijn het vaak de kinderen die zich hiermee identificeren. Dat houdt in dat zij de rol, functie of gevoelens aannemen die samenhangen met de niet-erkende persoon of gebeurtenis. Dit gebeurt meestal onbewust. Het kind probeert daarmee zichtbaar te maken wat er niet mag zijn.
 5. *Trauma*. Is er sprake van traumatische ervaringen bij de ouders of het kind? Pesten komt vaak voor. Het is belangrijk om dit nauwkeurig te onderzoeken, omdat het grote invloed heeft op een gezonde, positieve identiteitsontwikkeling.

Hechting: voelt het kind zich veilig genoeg in gezin, familie, school en bij vrienden? Je bekijkt ook hoe de situatie voor, tijdens en na de bevalling is geweest. Andere zaken die van belang zijn: is het kind gewenst, waren ouders in verbinding met elkaar, was de zwangerschap gepland of ongepland. Er ontstaan namelijk geboortepatronen die bepalend kunnen zijn voor de ontwikkeling van het kind.

Samenvattend: om een goed beeld van een kind te krijgen, is het belangrijk zo veel mogelijk antwoorden in kaart te brengen. Dit doe ik meestal in de vorm van een mindmap of genogram, die ik samen met ouders uitwerk.



Hieronder volgt een casus, waarin ik het proces van begeleiding van een hoogbegaafd en hooggevoelig meisje beschrijf. De namen in deze casus zijn in verband met de privacy gefingeerd.

Casus

Marlien (10 jaar) wil niet meer naar school en zit thuis

Het dorpssteam benadert mij met de zorgvraag of er een mogelijkheid is voor individuele begeleiding van Marlien. Marlien is thuis, wil niet meer naar school en vertoont agressief en bedreigend gedrag naar leerkrachten en leerlingen. Haar ouders zijn radeloos en hebben hun zorg bij de huisarts gemeld, die hen heeft doorverwezen naar het dorpssteam.

Twee jaar geleden is Marlien getest. Ze bleek een IQ van boven de 145 te hebben. Vanaf dat moment heeft school haar ander werk aangeboden. School constateert een gebrek aan opvoeding in combinatie met een gedragsstoornis, terwijl de ouders naar school wijzen, omdat die geen veilige (leer)omgeving biedt. School wil dat Marlien naar een school gaat voor kinderen met

ernstige gedragsproblemen. De ouders weigeren hieraan mee te werken.

Ik wil onderzoeken wat er op de diepe onbewuste laag bij Marlien zou kunnen spelen, waarbij ik met een systemische blik zal kijken naar gezin en school.

Het gezin bestaat uit vader, moeder, twee oudere broers van 17 en 15 jaar, Marlien en een jonger zusje van 6 jaar.

De ouders hebben een uitgebreide intakelijst ingevuld, waardoor ik veel voorinformatie heb. Het is thuis niet gezellig, Marlien is dwars en boos en lijkt de baas in huis. Vader behandelt haar als een prinses en is erg beschermend. De twee oudsten accepteren haar prinsessengedrag niet en vluchten vaak naar vrienden. Moeder werkt momenteel niet, omdat ze zich ziek heeft gemeld. De jongste dochter gaat extra naar de BSO, omdat er thuis bijna geen tijd voor haar is. Vader heeft een drukke baan als advocaat en is vaak laat thuis.

Emoties

Moeder is erg emotioneel tijdens de intake, huilt veel en voelt zich wanhopig en machteloos. Ze vindt zichzelf op dit moment geen goede moeder. Ze is boos omdat ze door deze situatie een promotie misloopt op haar werk. Vader is boos op school, omdat zijn dochter volgens hem wordt gepest en de juf een hekel aan haar heeft. De ouders zijn tijdens het gesprek ook boos op elkaar, omdat moeder het gevoel heeft dat zij constant bezig is om haar dochter te beschermen en haar boze gedrag te temperen. Het gezin lijkt totaal ontwricht en ik begrijp dat het ontzettend moeilijk is om elk kind de juiste aandacht te geven.

Samen met de ouders bekijk ik waar we winst kunnen behalen. We spreken over wat het gedrag van Marlien bij hen doet, waardoor ze het moeilijk vinden om emotioneel stabiel te blijven en het lastig is duidelijke grenzen en structuur aan te geven. Er blijkt onvoldoende kennis over wat hoogbegaafde en in dit geval ook hooggevoelige kinderen nodig hebben.

De twee oudste kinderen zijn begaafd en gaan hun eigen weg. Bij Marlien gaat alles echter moeilijker: zij laat zich volgens de ouders meeslepen in emoties, terwijl de ouders de emoties wegwuiven. Mag de hooggevoeligheid van Marlien er eigenlijk wel zijn in dit gezin? Ik leg de ouders uit dat als iets er niet mag zijn, het juist heel groot aanwezig is. Emoties zijn er niet voor niets en willen gezien en gehoord worden. Worden ze van tafel geveegd, dan kan het zijn dat kinderen ze versterkt gaan weergeven.

Handvatten

Hooggevoelige kinderen zijn gebaat bij duidelijke begeleiding en opvoeding. De belangrijkste handvatten waar ouders direct mee aan de slag kunnen:

- Erkennen wat Marlien voelt, zal haar helpen om emoties te herkennen en ze een plek te geven.
- Als Marlien zich bewust wordt van haar gevoelens, zal ze beter in staat zijn om met tegenslag om te gaan.
- Marlien heeft momenteel haar zintuiglijke systeem niet onder controle. De ouders moeten als een team gaan samenwerken.
- Marlien heeft meer inlevingsvermogen, mededogen en flexibiliteit nodig van haar ouders, evenals meer vastberadenheid, structuur en grenzen.
- Marlien moet aangemoedigd worden om initiatief te nemen, samen met haar ouders proberen oplossingen te vinden, zodat ze zich zekerder, onafhankelijker en geliefd kan voelen.
- Bij hooggevoeligheid moeten kinderen juist niet worden beschermd tegen de prikkels van de buitenwereld. Ouders die onaangename dingen voor hun kind wegnemen, moedigen het kind aan om passiever te worden. Dit leidt vaak tot een boos en wanhopig, zenuwachtig kind dat snel van streek raakt.

De ouders realiseren zich door deze uitleg dat Marlien dit gevoel misschien ook op school ervaart en dat dit misschien een van de oorzaken zou kunnen zijn dat ze weigert om naar school te gaan en boos en agressief gedrag vertoont.

Opstelling

Samen met een collega begeleid ik de ouders vervolgens om te bekijken hoe zij kunnen gaan samenwerken om meer rust, regelmaat en veiligheid in het familiesysteem te brengen. Zo versterken ze hun opvoedkwaliteiten.

Tijdens de eerste opstelling worden dynamieken zichtbaar waarvan de ouders zich niet bewust waren. Moeder is opgevoed in een gezin waarin het tonen van je emoties als zwak werd bestempeld. Je moest gewoon doorgaan, hard werken. Ze heeft dus niet geleerd om met gevoelens en emoties om te gaan, waardoor ze ook niet weet wat ze moet doen in de interactie met haar dochter.

Bij vader wordt duidelijk dat zijn hoogbegaafdheid nooit gezien is: door zijn grote doorzettingsvermogen en overlevingsdrang heeft hij het ver geschopt. Door zijn ouders en broer is hij echter altijd afgeschilderd als de domme van de familie, waardoor hij een enorme faalangst heeft ontwikkeld. Hij heeft dat gevoel altijd weggestopt, maar dat wordt wel gezien en gevoeld door Marlien.

Eveneens komt naar voren dat de andere kinderen zich ook niet gezien en gehoord voelen. De oudste zoon staat niet op de plek van de oudste en als overlevingsstrategie ontvlucht hij zijn familie. De tweede zoon

volgt zijn grote broer en voelt zich ook niet fijn. Marlien neemt een te grote plek in, ze staat boven haar twee oudere broers en windt haar vader om haar vinger. Dat is niet fijn voor een kind van 10 jaar dat wil dat ouders ervoor zorgen dat het kind gewoon kind mag zijn.

De jongste dochter heeft het gevoel dat zij te veel is en is daar erg verdrietig over. Uit zorg voor haar ouders (loyaliteit) kiest ze ervoor haar eigen behoefte om gezien en gehoord te worden te verbergen.

Wanneer de ouders zich hiervan bewust worden, geven beiden aan om in een vervolgstelling te willen kijken naar hun eigen positie in het gezin van herkomst. Door bewustwording van oude pijn uit het verleden en het zichtbaar maken van verborgen gezinsdynamieken kan een familiesysteem meer in balans komen. Als ouders hun verantwoordelijkheid nemen voor het welzijn van de kinderen, kunnen kinderen weer meer kind zijn in een veilige omgeving. Hierdoor kunnen kinderen zich op emotioneel, geestelijk en lichamelijk gebied optimaal ontwikkelen.

In mijn volgende artikel zal ik deze casus verder beschrijven. ■



Margriet Schouten is integratief kind- en jeugdtherapeute en heeft een kind- en jeugdpraktijk in Driebergen (www.kinderpraktijk-margriet.nl).

Ze geeft therapie en coaching voor kinderen, pubers, jongvolwassenen en ouders, is EMDR-therapeute en begeleidt kinderen die hooggevoelig, hoogbegaafd en vaak beelddenkers zijn, om op een andere manier te leren.