



HOOG
INTUITIEVE
KINDEREN

· over kinderen
· met een
· sterke intuïtie
· en empathie



Catherine Crawford

Leesfragment Hoog intuïtieve kinderen

Over het boek

Een zesde zintuig als uitdaging

Sommige kinderen lopen een kamer binnen en voelen – letterlijk – de sfeer aan, anderen leggen moeiteloos de vinger op een onuitgesproken familieconflict of drukken iemand op het hart voorzichtig te zijn bij het betreden van onbekend terrein. Intuïtief en empathisch sterk ontwikkeld, groeien ze op in een rationele wereld waarin alles wat maar lijkt op een zesde zintuig wordt beschouwd als volksvermaak. Dat geeft nogal eens problemen.

Psychologe Catherine Crawford, gespecialiseerd in de begeleiding van hoog intuïtieve kinderen, biedt ouders, leraren en therapeuten praktische steun bij het begeleiden en opvoeden van kinderen met bijzondere gaven.

De pers over de auteur

‘Ze biedt praktische steun bij het opvoeden van kinderen met bijzondere gaven.’ – *Publishers Weekly*

Over de auteur

Catherine Crawford is opgeleid als psychotherapeut en werkzaam om het gebied van gezins- en relatietherapie. Al twintig jaar begeleidt ze kinderen en jong volwassenen bij het leren omgaan met hun sterke intuïtie.

Bezoek www.levboeken.nl voor informatie over al onze boeken.
Volg @LevBoeken op Twitter en bezoek onze Facebook-pagina:
www.facebook.com/Levboeken

Catherine Crawford

Hoog intuïtieve kinderen

Over kinderen met een sterke intuïtie en empathie

Vertaald door Bonella van Beusekom



Oorspronkelijke titel

The Highly Intuitive Child

© 2009 Catherine Crawford

Vertaling

© 2009 Bonella van Beusekom

Omslagbeeld

Tommy Wu © Corbis

Omslagontwerp

Freddy Vermeulen

© 2014 A.W. Bruna Uitgevers B.V., Utrecht

ISBN 978 90 449 7260 3

NUR 770

www.levboeken.nl

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16 Auteurswet 1912 dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

Opgedragen aan mijn oogappel Ariela Rose

Belangrijk

Het materiaal in dit boek is bedoeld om een overzicht te geven van hulpmiddelen en informatie in verband met de verzorging en ondersteuning van intuïtieve kinderen. Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie accuraat en betrouwbaar is. Toch kunnen deskundigen op dit gebied er natuurlijk andere meningen op nahouden en blijft dit terrein in beweging. De behandelingen die hier worden beschreven, mogen alleen onder leiding van gediplomeerde therapeuten worden uitgevoerd. De auteur, redacteurs en uitgevers kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele fouten of omissies, voor professionele meningsverschillen, voor het feit dat het materiaal achterhaald is of voor nadelige resultaten als gevolg van het gebruik van de behandelingen of informatiebronnen in dit boek, of dit nu gebeurt tijdens zelfbehandeling of onder leiding van een gediplomeerde therapeut.

Inleiding

De intuïtie is een heilige gave en de ratio een trouwe dienaar daarvan. We hebben een maatschappij gecreëerd die de dienaar vereert en de gave is vergeten.

Albert Einstein

Welkom in *Hoog intuïtieve kind*, een boek dat ouders en andere verzorgers wil helpen kinderen te begrijpen die sterk intuïtief en empathisch zijn. Omdat je je op de een of andere manier aange trokken voelde tot dit boek, vermoed ik dat je al beseft of denkt dat je een hoogintuïtief kind in je leven hebt. Je verzorgt misschien een kind dat opvallend intuïtief is en zit met vragen waar je moeilijk antwoorden op kunt vinden. Of je staat perplex van de intuïtieve talenten van je kind, je wordt er zenuwachtig van of je vindt ze geweldig. Ik hoop dat dit boek je een antwoord zal geven op je vragen over hoog intuïtieve kinderen en dat het je de hulp, de steun en het advies zal geven waarnaar je op zoek bent.

Het hoog intuïtieve kind gaat over kinderen die niet alleen hoogintuïtief zijn, maar ook een sterk inlevingsvermogen hebben. Intuïtie is het vermogen om subtiele informatie op te pikken die niet direct wordt waargenomen door een van de vijf zintuigen, maar door een onzichtbaar zesde zintuig. Inlevingsvermogen of empathie is het vermogen om je af te stemmen op hoe een ander zich voelt doordat je de gevoelens van diegene via je lichaam registreert.

Mensen die zowel over een sterke intuïtie als een sterk inlevingsvermogen beschikken, nemen via hun eigen lichaam en emoties vaak onzichtbare vibraties van anderen waar. Ter illustratie: als je een stemvork neemt, die aanslaat en er een andere stemvork van dezelfde grootte naast houdt zonder dat ze elkaar

aanraken, zal de niet-aangeslagen stemvork samen met de andere in trilling komen. Intuïtieve empathen nemen niet alleen de gevoelens van anderen waar, maar voelen ze zo sterk dat ze de neiging hebben die te internaliseren. Het is dus belangrijk om ze te leren hoe ze hun intuïtieve/empathische 'openstelling' kunnen reguleren, zodat ze zich niet onnodig belasten met de pijn en de stemmingen van anderen. In dit boek lees je waarom dit gebeurt en leer je speciale manieren om je kind te helpen zijn vermogens beter te reguleren, zodat het meer kan genieten van de voordelen en minder last heeft van de nadelen van zijn talenten.

Ik ben van mening dat intuïtie en empathie prachtige gaven zijn. Intuïtie kan een bron zijn van innerlijke leiding, creativiteit, verbeelding, persoonlijke leiding en zingeving, en je in staat stellen om betere beslissingen te nemen en je zelfs veiligheid bieden. Empathie zorgt ervoor dat we in de schoenen van iemand anders kunnen gaan staan en ten diepste kunnen voelen wat diegene voelt. Daardoor komen er goede eigenschappen als vriendelijkheid, medeleven en begrip bij ons boven, eigenschappen die ons kunnen helpen succesvolle en blijvende relaties op te bouwen. Samen kunnen intuïtie en empathie sterke bondgenoten zijn op onze levensreis.

Waarom zou je een boek uitkiezen dat steun wil bieden aan kinderen die die vermogens versterkt hebben? Misschien omdat kinderen die geboren worden met zo'n verhoogde empathische intuïtie met specifieke uitdagingen te maken krijgen. Ondanks alle positieve aspecten weten kinderen of hun ouders niet altijd hoe ze ermee om moeten gaan. Wat doe je bijvoorbeeld als je kind je kan vertellen dat je een conflict met je echtgenoot hebt, ook al heb je het er met geen woord tegen je kind over gehad? Wat zeg je tegen je kind als het intuïtief terecht gevaar aanvoelt? Hoe kun je je intuïtieve kind helpen als het de pijn van een vriend of vriendin zo diep voelt dat het die niet af kan schudden? Als het zich verantwoordelijk voelt om situaties weer goed te maken omdat het de pijn van de ander zo scherp voelt? Als het

gedurende de dag zoveel stress van de klas in zich opneemt dat het er 's nachts bijna niet van kan slapen? Als het in de war raakt in conflicten en denkt dat de gevoelens van de ander eigenlijk die van hemzelf zijn, en zelfs de pijn van de wereld voelt?

Een groot deel van dit boek is eraan gewijd je kind te leren hoe het moet omgaan met de unieke uitdagingen die vaak deel uitmaken van het leven van een intuïtief kind. Je zult gaan begrijpen waarom die uitdagingen zich voordoen, op welke stresssignalen je bedacht moet zijn en wat je kunt doen om je kind te troosten. Hoewel niet alle intuïtieve kinderen gestrest raken door hun talenten, geldt dat voor veel van die kinderen wel, en dit boek is bedoeld om je steun te bieden en je voor te bereiden op die mogelijkheden.

Mijn ervaring

Wat ik inbreng zijn mijn eigen ervaring als intuïtief kind, mijn ervaring in mijn werk als psychotherapeut met hoog intuïtieve kinderen en volwassenen en mijn ervaring als moeder. Ik ben intuïtief, empathisch en sensitief en heb de vaardigheden die ik in dit boek aandraag tientallen jaren in zowel mijn persoonlijke leven als in mijn werk ontwikkeld. Door mijn werk als huwelijks- en gezinstherapeut en gediplomeerd creatief therapeut met twintig jaar ervaring in counseling heb ik met honderden cliënten van alle leeftijden gewerkt en mocht ik uit de eerste hand getuige zijn van hun intuïtieve inzichten. Het boek dat je nu gaat lezen is het resultaat van al die ervaring en ik ben alle mensen die dit boek en deze inzichten hebben helpen vormgeven dankbaar dat ze me hebben toegelaten in hun leven. De verhalen die in dit boek worden aangehaald zijn gebaseerd op werkelijke gebeurtenissen. Als het verhalen en persoonlijke ervaringen van cliënten betreft, is specifieke informatie gewijzigd om te voorkomen dat ze zullen worden herkend.

Mijn inspiratie om dit boek te schrijven

Het doel van dit boek is de problemen te helpen voorkomen die ontstaan als niet wordt ingespeeld op de behoeften van een hoogintuïtief, empathisch kind. Als ik met hoog intuïtieve volwassenen werk, merk ik vaak dat ze als kinderen hun intuïtieve vermogens moesten onderdrukken en afsluiten door de negatieve reacties daarop van familieleden en andere belangrijke mensen in hun leven. Dat kan leiden tot een loskoppeling van het eigen ik, gebrek aan vertrouwen in de eigen innerlijke leiding, schaamte, angst of depressiviteit. Gelukkig kun je deze gave terugkrijgen in je leven, maar de ervaring heeft me geleerd dat er vaak een lang genezingsproces noodzakelijk is voor een volwassene die in zijn jeugd zijn natuurlijke talenten leerde onderdrukken.

We kunnen dit voorkomen door deze vermogens bij kinderen te erkennen, door erover te praten en hun unieke behoeften deskundig te ondersteunen. Om hoog intuïtieve kinderen goed te kunnen steunen, is het nodig dat we intuïtie begrijpen en serieus nemen, en die niet veroordelen, er bang voor zijn of die onderdrukken.

Mijn inspiratie om dit boek te schrijven ligt niet alleen in mijn hoop voor deze maar voor alle kinderen. Onze kinderen zijn onze toekomstige wetenschappers, politici, artsen, leiders, leraren en genezers. Hoe kunnen we het ons veroorloven de belangrijke rol die intuïtie in het leven kan spelen niet serieus te nemen in een tijd waarin we oplossingen moeten zien te vinden voor de problemen waarmee de wereld geconfronteerd wordt en de klok op vijf voor twaalf staat als het gaat om kwesties als de opwarming van de aarde, armoede, gezondheidszorg en meer! Kinderen verdienen het om het hele scala aan talenten dat ze hebben gekregen te kunnen gebruiken als ze de volwassenheid binnengaan. Ik denk dat het onze plicht is de toekomstige generatie volledig te steunen in de talenten die ze meebrengen in het leven, of ze nu hoogintuïtief zijn of niet.

Barrières overwinnen

We kunnen intuïtieve kinderen niet volledig ondersteunen zonder open te staan voor hun ervaringen. Het onderwerp hoog intuïtieve kinderen ontbreekt om uiteenlopende redenen in de gewone opvoedings- en psychologieboeken. Intuïtie is vaak het doelwit van cynisme, twijfel en angst. Zelfs de grondlegger van de moderne psychologie Sigmund Freud schreef dat hij bang was om over zijn eigen intuïtieve ervaringen te praten omdat hij zijn geloofwaardigheid als wetenschapper niet wilde verliezen. Toch was hij gefascineerd door wat hij *gedachteoverbrenging* noemde, wat nu bekendstaat als telepathie. Hij worstelde met zijn verlangen om zich daar diepgaander mee bezig te houden, met collega's die zijn belangstelling deelden, maar ironisch genoeg eindigde het ermee dat hij eiste dat hun bevindingen geheim werden gehouden.¹ Dit soort angsten zorgen ervoor dat het moeilijk is om kwesties met betrekking tot hoog intuïtieve kinderen op een zinvolle manier te bestuderen en erover te praten. *Het hoog intuïtieve kind* is bedoeld om dit onderwerp, waar een zekere geheimzinnigheid omheen hangt en dat vaak wordt gemarginaliseerd, van iets van zijn mysterie te ontdoen, zodat deze kinderen de steun en het begrip kunnen krijgen die ze nodig hebben.

Indigokinderen

In hun boek *De Indigo-kinderen* (1999) stelden Lee Carroll en Jan Tober vast dat een groeiend aantal kinderen opmerkelijke karaktertrekken en gedrag vertoont. Het kan daarbij gaan om hoogsensitiviteit, intuïtief en origineel denken, naast een gevoel van persoonlijke autoriteit. Sinds het boek verscheen hebben veel andere auteurs bijgedragen aan het concept van het indigokind en ook nieuwe categorieën in het leven geroepen zoals 'kristalkinderen', die, hoewel ze verder hetzelfde zijn als indigokinderen, meer empathische en sensitieve eigenschappen hebben.

Hoog intuïtieve kinderen delen een aantal van die kenmerken, vooral kenmerken die in verband staan met intuïtie, sensitiviteit en empathie. Of je nu in indigo- of kristalkinderen gelooft of niet, door de toenemende populariteit van boeken die gewijd zijn aan dit onderwerp is het duidelijk dat er een groeiende nieuwsgierigheid is naar de intuïtie van kinderen en dat men er steeds meer voor openstaat.

Het hoog intuïtieve kind is uniek omdat het zich niet alleen bezighoudt met hoe je sterke intuïtie en empathie bij kinderen vaststelt, maar ook praktische instrumenten en advies biedt om ze te helpen de unieke uitdagingen die bij hun aangeboren vermogens horen de baas te worden.

Mijn benadering

Mijn benadering is breed. Je zult in dit boek bijvoorbeeld ook een hoofdstuk aantreffen over wat primitieve stammen en gemeenschappen van over de hele wereld over het opvoeden van intuïtieve kinderen te zeggen hebben. Richtlijnen voor het opvoeden van intuïtieve kinderen bestaan in onze wereld nog steeds, maar zijn bijna afwezig in ons moderne leven. De verhalen over de wijsheid van primitieve volken en de manier waarop zij intuïtieve kinderen opvoeden, herinneren ons eraan dat we onze heersende ideeën over intuïtieve kinderen kunnen veranderen door iets van die wijsheid over te nemen.

Ik ben voorstander van een nuchtere, realistische benadering van de opvoeding van hoog intuïtieve kinderen. Door die benadering zul je in dit boek praktische vaardigheden aantreffen, waaruit je, afhankelijk van de behoeften van jouw kind, een keuze kunt maken. Deze vaardigheden zijn bedoeld om je kind meer zelfvertrouwen met betrekking tot zijn vermogens te geven en stress op probleemgebieden te verminderen. Veel van de tien vaardigheden waar ik in hoofdstuk 8 op inga worden door het hele boek heen uitgewerkt. Ik probeer waar mogelijk de onzichtbare wereld van intuïtie en empathie te interpreteren als

iets wat toegankelijk is. Je zult in dit boek ideeën opdoen over de inzet van creativiteit bij intuïtieve kinderen. Er staan geleide meditaties in, waarmee je je kind kunt leren rustig te worden zodat het kan slapen of zijn stress onder controle kan krijgen. En er staat een heel hoofdstuk in dat bedoeld is om jou te steunen, de belangrijkste persoon in het leven van je kind, zodat je goed voor jezelf zorgt waardoor je kunt inspelen op de behoeften van je kind.

In het laatste hoofdstuk geef ik een voorproefje van de reis die voor je ligt door verhalen te vergelijken van twee intuïtieve vrouwen. De ene werd in haar jeugd gesteund in haar vermogens, de andere niet. Lees waarom het nooit te laat is om de kracht van je intuïtieve talent weer op te eisen. Andere volwassenen die de vaardigheden die je in dit boek worden geleerd in praktijk brachten, gingen je voor.

Beperkingen

Voor dit werk put ik uit tientallen jaren ervaring uit zowel mijn eigen leven als mijn werk, maar mijn onderzoek is zuiver anekdotisch van aard, het is niet gebaseerd op kwantitatief onderzoek. Ook zijn de onderzoeksgegevens die ik hier meld uit de neurobiologie, met name de implicaties van het onderzoek naar spiegelneuronen om empathie te begrijpen, relatief nieuw en veel relaties met dit onderwerp moeten nog bewezen worden. Het eerste onderzoek naar de verbanden is echter veelbelovend en ik denk dat nieuwe inzichten op dit gebied weleens belangrijk zouden kunnen blijken te zijn om te begrijpen welke biologische factoren ten grondslag liggen aan een sterke intuïtie.

Dit boek geeft zeker geen compleet beeld van de complexiteit en rijkdom van het leven van intuïtieve kinderen. Ik zie het als uitgangspunt voor mensen die erin geïnteresseerd zijn hoe ze hoog intuïtieve kinderen kunnen herkennen, waarderen, leiden en ondersteunen met zowel liefde als praktische vaardigheden. Ik hoop dat het aanleiding geeft tot meer aandacht voor en ondersteuning van deze kinderen.

Een uitnodiging

Ik nodig je uit je kind de tijd te gunnen om te leren hoe het met zijn intuïtieve ontwikkeling in balans komt. Er zijn geen onderdelen aan dit proces die je snel of exact kunt leren. We zijn allemaal uniek en ik wil je vragen op je eigen oordeelsvermogen en instinct te vertrouwen als het erom gaat hoe je deze informatie gaat gebruiken. Haal eruit wat werkt en laat de rest voor wat het is.

Tijdens het schrijven van dit boek heb ik geprobeerd de verschillende sterke kanten van ouders in mijn achterhoofd te houden. We zijn even verschillend als onze kinderen. Of je nu een ouder bent die de vermogens van zijn kind deelt en op zoek is naar extra hulp of dat je ze niet deelt, ik hoop dat dit boek je aanspreekt en je nuttige verklaringen en ideeën biedt.

Ik ben ervan overtuigd dat een van de belangrijkste dingen die we onze kinderen mee kunnen geven is dat we ze helpen op zichzelf te vertrouwen. Als ze dat doen, hebben ze een innerlijk kompas in het leven dat niemand hen af kan nemen. Ik kan me niets mooiers bedenken om een kind mee te geven. Ik hoop dat dit boek mag helpen het innerlijke kompas van intuïtie en empathie in onze kinderen levend en krachtig te houden.