Mens in volheid

Hoogbegaafd in balans



DINEKE VAN KOOTEN

Mens in volheid

Hoogbegaafd in balans

Mens in volheid
Hoogbegaafd in balans

Deel 1 van de reeks Hoogbegaafd in al zijn facetten

© 2026 Drs. Dineke van Kooten

Tekst: Drs. Dineke van Kooten
Omslagontwerp: Depositado
Illustraties: Drs. Dineke van Kooten
Redactie: Annika Verweij, Msc.
Vormgeving binnenwerk: Annika Verweij, Msc.
Druk: Emmaüs | Academie voor Bezield Leven

Uitgeverij: Emmaüs | Academie voor Bezield Leven, Garderen

Eerste druk, 2026

ISBN 978-90-838006-7-7
NUR 770

www.dinekevankooten.nl

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Inhoudsopgave

Voorwoord

Inleiding

Hoofdstuk 1 - Hoogbegaafdheid in perspectief

- 1.1 De tien misvattingen
  - 1.1.1 Het leven gaat vanzelf voor een hoogbegaafde
  - 1.1.2 Een hoogbegaafde heeft altijd hoge cijfers
  - 1.1.3 Hoogbegaafden zijn in alles goed
  - 1.1.4 Een hoogbegaafde heeft geen extra hulp nodig
  - 1.1.5 IQ zegt alles
  - 1.1.6 Hoogbegaafden zijn vooral nerds of autisten
  - 1.1.7 Hoogbegaafden voelen geen emoties
  - 1.1.8 Het onderwijs is voldoende voor hoogbegaafden
  - 1.1.9 Een hoogbegaafde weet dat zelf meteen
  - 1.1.10 Hoogbegaafdheid is hetzelfde als een stoornis
- 1.2 De diamant: één steen, vele zijden
  - 1.2.1 De lichamelijke zijde
  - 1.2.2 De zintuiglijke zijde
  - 1.2.3 De emotionele zijde
  - 1.2.4 De cognitieve zijde
  - 1.2.5 De verbeeldende zijde
  - 1.2.6 De grond onder de vijf: existentiële intensiteit
- 1.3 Ontdekken van hoogbegaafdheid op latere leeftijd

Hoofdstuk 2 - Hoe hoogbegaafdheid werkt

- 2.1 Dabrowski: intensiteit van binnenuit
- 2.2 Renzulli en Mönks: de prestatie en de omgeving
- 2.3 Kieboom: het zijnsluik

2.4 Vier blikken, één mens
Hoofdstuk 3 - Het Balansmodel van Hoogbegaafdheid
3.1 De vier domeinen in balans
3.1.1 Hoogintelligent
3.1.2 Hoogsensitief
3.1.3 Hoogseksueel
3.1.4 Hoogspiritueel
3.2 Disbalans als uitgangspunt
3.2.1 Hoogintelligent: tussen chaos en controle
3.2.2 Hoogsensitief: tussen chaos en controle
3.2.3 Hoogseksueel: tussen chaos en controle
3.2.4 Hoogspiritueel: tussen chaos en controle
3.3 Van disbalans naar ontwikkeling
Hoofdstuk 4 - Persoonlijke ontwikkeling en balans
4.1 Dabrowski's fasen van persoonlijke ontwikkeling
Fase 1: Primaire integratie - Egypte
Fase 2: Unilevel desintegratie - De plagen en het willen weggaan
Kanttekening - waarom de meesten niet verder komen
Fase 3: Spontane multilevel desintegratie - De woestijn
Fase 4: Georganiseerde multilevel desintegratie - Het binnentrekken, naar Kanaän
Fase 5: Secundaire integratie - Wonen in Kanaän
Benodigdheden voor de reis
4.2 De weg in de praktijk
Tot slot - Wat hierna komt
Literatuurlijst
In deze reeks

Voorwoord

In 1995 hoorde ik dat ik hoogbegaafd ben, en mijn eerste gedachte was dat de test niet deugde. Het kwam onverwachts. Ik had een test gemaakt als onderdeel van een selectie voor een pilotproject, zonder iets daarbij te denken. Wat uit de test kwam, paste op geen enkele manier bij het beeld dat ik van mezelf had. Veel had ik me kunnen voorstellen over mezelf, maar dit niet. Ik hoorde het, zoals dat heet, in Keulen donderen. In plaats van het te omarmen, deed ik wat ik later bij talloze cliënten zou terugzien: ik ging op zoek naar de fout. Een half jaar lang verdiepte ik me in hoogbegaafdheid, niet om mezelf erin te herkennen, maar om aan te tonen dat de uitslag niet klopte, dat het een vergissing moest zijn. Dat ik niet hoogbegaafd was.

Pas toen ik de conclusie niet meer onderuit kreeg, begon er iets te kantelen. Het was een moeizame verschuiving van een oud, ingesleten idee over mezelf naar een nieuw, ongemakkelijk besef. Ik was niet dom. Dat klinkt als goed nieuws, maar wie jarenlang van zichzelf heeft gedacht dat hij tekortschoot, ontdekt met zo'n uitslag niet alleen wie hij is, maar ook hoeveel jaren hij zichzelf verkeerd heeft begrepen. De erkenning en het verlies kwamen tegelijk binnen.

Mijn eerste leermeester was Rob Brunia (1947–2005). Hij begeleidde onze dochter, maandelijks en met grote toewijding: hij deed bordspellen met haar, at met ons mee en beantwoordde ondertussen al mijn vragen. Toen hij ziek werd, nam Wendy Lammers van Toorenburg het stokje van hem over. Zij is de oprichter van HIQ, Expertisecentrum Hoogbegaafdheid, en auteur van *Hoogbegaafd, nou én?* (2005) en *Ben ik in beeld?* (2015).

Daarna begon een zoektocht, die zich niet liet scheiden van mijn eigen ontwikkeling. In diezelfde tijd zat ik in een groep voor mensen met chronische pijn. Daar leerde ik iets wat de boeken me niet hadden kunnen geven: dat zelfonderzoek geen denkwerk is, maar een afdaling, en dat het lichaam meepraat. Rond 2000 raakte ik betrokken bij Choochem, een christelijke vereniging voor mensen met kenmerken van hoogbegaafdheid. Ik heb me er tientallen jaren voor ingezet en ontmoette er mensen met verhalen die niet pasten in de gangbare beelden. Te gevoelig, te veel, te intens, te zoekend — en nergens een taal die dat omvatte.

In 2004 begon ik mijn eigen praktijk en tot mijn verrassing droeg een groot deel van mijn cliënten dezelfde kenmerken, vaak zonder het zelf te weten. Ze kwamen voor iets anders — vastgelopen, overspoeld, op zoek — en gaandeweg bleek telkens diezelfde intensiteit eronder te liggen. Ik merkte hoe nodig het was om snel en concreet te kunnen laten zien wat er aan de hand was. Niet als diagnose, maar als taal. Want wat geen naam heeft, kun je niet dragen.

Uit dat werk groeide langzaam een manier van kijken die de complexiteit hanteerbaar maakte: vier domeinen — hoogintelligent, hoogsensitief, hoogseksueel en hoogspiritueel — die samen de verschillende vormen van intensiteit beschrijven. Deze vier intensiteiten komen bij hoogbegaafde mensen vaak samen voor. Na elke nieuwe ontdekking schreef ik er een artikel over op mijn website, met de simpele gedachte dat iemand anders er misschien iets aan had. Het werden honderden artikelen. En juist door die hoeveelheid ontstond een nieuw probleem: niemand zag door de losse stukken nog het geheel. Of ik het niet eens wilde samenbrengen, werd me steeds vaker gevraagd.

Dit boek is het antwoord op die vraag. Het is geschreven voor wie zichzelf in deze bladzijden herkent, maar evengoed voor iemand die een hoogbegaafde begeleidt, liefheeft of probeert te begrijpen. Niet om een etiket uit te delen, maar om iets te geven wat veel hoogbegaafde mensen nooit hebben gekregen: een spiegel die klopt. Want uiteindelijk gaat het daarom — dat een mens leert begrijpen wie hij is, zijn gaven leert aanvaarden in plaats van wantrouwen, en zijn leven in overeenstemming durft te brengen met wat voor hem werkelijk telt. Dan kan hoogbegaafdheid veranderen van een bron van verwarring naar wat ze altijd al was: een kracht die richting geeft aan een bezield leven.

Inleiding

Hoogbegaafdheid wordt bijna altijd gemeten door het verstand te meten. Het IQ staat centraal, de score bepaalt, wat boven de grens komt heet hoogbegaafd. Het lijkt logisch. En toch klopt er iets niet. Bijna iedereen die met hoogbegaafde mensen werkt, stuit vroeg of laat op hetzelfde: dat de mensen die zo gemeten worden hun leven niet alleen in hún denken intens beleven. Ze voelen intenser, nemen scherper waar, verlangen heftiger, zoeken hardnekkiger naar zin. Het verstand is maar één plek waar de intensiteit zich toont. Juist die plek is het makkelijkst te meten en slokt daardoor alle aandacht op.

Daar zit de fout, en het is geen kleine fout. Een maat bepaalt niet alleen wat je meet; ze bepaalt wat je ziet. Wie hoogbegaafdheid gelijkstelt aan een hoog verstand, maakt al het andere onzichtbaar. Niet onbelangrijk, maar letterlijk onzichtbaar. Het valt buiten de maat en wordt daardoor niet opgemerkt. De gevoeligheid wordt dan overgevoeligheid, een probleem. De levenskracht wordt te druk zijn, iets om in te tomen. De honger naar zin wordt zwaarmoedigheid, een kwestie voor later. Stuk voor stuk worden de andere intensiteiten weggezet als afwijking, terwijl ze in werkelijkheid bij dezelfde gave horen. De focus op het hoge verstand maakt dat de andere intensiteiten niet in beeld komen, erger nog: ze worden verminkt door ze als iets anders te benoemen dan ze zijn.

En dat raakt de mens zelf, niet alleen de theorie. Want een kind dat met die maat wordt gemeten, past zich aan naar die maat. Het leert zichzelf zien zoals het gezien wordt: knap, maar verder te veel, te gevoelig, te ingewikkeld. Het leert dat zijn verstand telt en dat de rest van zijn intensiteit een last is die het beter verbergen kan. Zo groeit een mens op die in zichzelf een tegenstelling voelt — alsof zijn hoofd en zijn hart, zijn lijf en zijn ziel niet bij elkaar horen, terwijl ze in werkelijkheid uit dezelfde bron komen.

Dit boek vertrekt vanuit die andere, bredere kijk. Het beschrijft hoogbegaafdheid niet als een hoog vermogen, maar als intensiteit op vier samenhangende domeinen: hoogintelligent, hoogsensitief, hoogseksueel en hoogspiritueel. Wat die vier precies zijn, hoe ze zich tonen en hoe ze in elkaar grijpen, is waar de hoofdstukken over gaan; hier volstaat dat ze niet

los van elkaar staan, maar samen één manier van zijn vormen. Wanneer ze samenwerken, ontstaat een rijk en scheppend leven. Wanneer ze botsen — en dat doen ze, zodra ze niet worden herkend — ontstaat de overprikkeling, de innerlijke strijd, de vervreemding die zoveel hoogbegaafde mensen kennen en niet kunnen plaatsen.



Het Balansmodel van Hoogbegaafdheid is bedoeld om zichtbaar te maken: waar de intensiteiten samenkomen, waar ze uit balans raken, en hoe persoonlijke ontwikkeling ze weer kan laten samenwerken. De eerste hoofdstukken brengen het model en de vier domeinen in kaart. Daarna volgt de disbalans — hoe ze ontstaat, en hoe ze zich in het dagelijks leven laat voelen. In het laatste hoofdstuk komt de wending die het hele boek draagt: de innerlijke spanning waaronder een hoogbegaafde lijdt, blijkt de motor van zijn groei, de weg, zoals Dabrowski het zag, van uiteenvallen naar een hogere samenhang.

Uiteindelijk wil dit boek perspectief brengen, verder dan begrip alleen. Hoogbegaafdheid hoeft geen bron van verwarring te blijven. Wanneer ze in haar volle breedte wordt herkend en gedragen, kan ze uitgroeien tot wat ze in de kern is: een kracht die om bedding vraagt in plaats van om beheersing.

Hoofdstuk 1 - Hoogbegaafdheid in perspectief

Aan hoogbegaafdheid is iets vreemds: van alle uitzonderlijke gaven is dit de enige die de drager meestal niet van zichzelf weet. Of vaak niet wil weten en die ook zelden als rijkdom wordt ervaren. Wie uitzonderlijk kan voetballen of musiceren, wordt dat van jongs af aan verteld. Wie uitzonderlijk denkt, voelt en waarneemt, wordt vaak iets heel anders verteld: doe normaal, stel je niet aan, waarom maak je het zo ingewikkeld. De gave die binnen leeft en zich niet laat zien, vindt zelden een spiegel die haar bevestigt en wat geen spiegel vindt, leert een mens niet als gave kennen, maar als gebrek.

Dat is de reden dat dit hoofdstuk niet begint bij wat hoogbegaafdheid ís, maar bij wat erover wordt gedacht. Niet omdat de misverstanden het belangrijkste zijn, juist niet. Maar juist omdat ze in de weg staan. Zolang ze er zijn, kijkt iedereen, ook de hoogbegaafde zelf, langs de werkelijkheid heen. Tien misvattingen en stuk voor stuk leiden ze de blik weg van waar het werkelijk gebeurt.

Want hoogbegaafdheid is geen getal (IQ>130) en geen type. Het is een manier van in de wereld staan die intenser is dan gemiddeld. Intenser in het denken, het voelen, het waarnemen, het verlangen en het zoeken naar betekenis. Die intensiteit is de kern, en bijna alles wat in dit boek volgt komt eruit voort. Maar voor we die intensiteit kunnen zien, moeten eerst de tien beelden weg die haar verbergen. Niet om ze te weerleggen, dat is reactief, en het houdt de buitenwereld aan het roer. Maar om eronder te graven, naar wat ze telkens missen en naar wat een kind over zichzelf is gaan geloven omdat niemand het tegensprak.

1.1 De tien misvattingen

Voordat we de tien langslopen, één ding vooraf. Het zijn geen tien losse vergissingen. Het is tien keer dezelfde blinde vlek, telkens van een andere kant belicht. Het gaat erom dat de buitenwereld de hoogbegaafde een

maat aanmeet. Deze maat klopt alleen niet. Slim, zo luidt de maat, en dat betekent: makkelijk, snel, hoge cijfers, weinig gedoe. Wie die maat aanmeet en vervolgens een mens ziet die worstelt, twijfelt, vastloopt of onderpresteert, trekt de logische conclusie: het zal wel niet zo'n vaart lopen met die begaafdheid. De maat wordt niet in twijfel getrokken. De mens erachter wel.

En hier wordt het ingrijpend, want een kind dat zo gemeten wordt, neemt die maat over. Het heeft ook geen andere. Het leert zichzelf zien door de ogen van degene die niet ziet wat in hem omgaat — het tempo, de diepte, de vragen die te vroeg komen. Het kind vindt geen weerklank, en wat geen weerklank vindt, leert een kind kennen als iets wat er niet toe doet. Niet de waarde ervan wordt betwist. Het bestáán ervan wordt niet bevestigd.

Daarom zijn de tien misvattingen geen onschuldige misverstanden van buitenstaanders. Ze zijn de stem van de afwezige spiegel. Elke misvatting is een manier waarop de omgeving langs de intensiteit heen kijkt en elke keer kijkt het kind mee. Op deze manier leert het langs zichzelf heen te kijken. Wie de tien misvattingen opruimt, ruimt niet tien vergissingen op. Diegene haalt tien lagen weg van iets wat een mens over zichzelf is gaan geloven.

Zo loop ik ze met je langs.

1.1.1 Het leven gaat vanzelf voor een hoogbegaafde

De gedachte is begrijpelijk. Het leven van een hoogbegaafde moet wel als vanzelf gaan als iemand zoveel ziet en zo snel begrijpt. Maar wie dat denkt, verwart zien met gemak. En het is bijna het omgekeerde.

Want als je zoveel ziet, kun je ook te veel zien. Juist het te veel zien maakt het leven zwaar. Voor een eenvoudige keuze — welke kant ga ik op, wat zeg ik nu, wat ga ik deze ochtend doen — verschijnen niet twee opties, maar twintig. En alle twintig hebben hun vertakkingen, hun gevolgen, hun verborgen valkuilen. Een hoogbegaafde ziet die allemaal tegelijk en allemaal even helder. Waar een ander één weg ziet en hem inslaat, ziet hij het hele landschap liggen en moet hij kiezen. Kiezen betekent: al het

andere laten gaan. En alle andere opties zijn ook zichtbaar, dus het kiezen van één weg doet wat.

Voor de meeste mensen zakt het meeste van een dag weg in het gewone — de route naar het werk, het klaarmaken van het ontbijt, het half gevoerde gesprek. Het vraagt geen aandacht meer; het is afgehandeld. Bij een hoogbegaafde handelt het brein dit minder snel af. De route roept nog steeds de vraag op of het anders kan, het half gevoerde gesprek wordt nog steeds beluisterd op alles wat eronder meeklinkt. Het is niet dat hij het simpele niet wíl laten rusten. Hij kán het niet als simpel ervaren, omdat hij overal de lagen eronder blijft zien. En wat je ziet, kun je niet ongezien maken.

En dan is er nog wat eronder ligt. Iemand voor wie het leven werkelijk vanzelf zou gaan, zou er niet voortdurend de zin van bevragen. Juist de existentiële laag — waarom doe ik dit, waar is dit goed voor, klopt dit met wie ik ben — maakt het gewone bestaan zwaarder dan het van buiten lijkt. De buitenwereld ziet iemand die het toch makkelijk zou moeten hebben en het zichzelf moeilijk maakt. Wat ze niet ziet is dat het moeilijk-maken niet vrijwillig is. Het is hoe dit brein de wereld binnenkrijgt: vol, gelaagd, nooit af. Een hoogbegaafde kan niet anders.

Dat het er van buiten als luxe uitziet — al die mogelijkheden, al dat overzicht — is precies waarom deze misvatting zo eenzaam maakt. De hoogbegaafde die het zwaar heeft, krijgt te horen dat hij niet moet zeuren. En hij gelooft het, want ook hij heeft geleerd dat hij het makkelijk hoort te hebben.



1.1.2 Een hoogbegaafde heeft altijd hoge cijfers

Bij “Een hoogbegaafde heeft altijd hoge cijfers” botst de maat het hardst op de werkelijkheid, want hier is de maat het concreetst. Slim is cijfers. Hoge cijfers zijn het bewijs, lage cijfers de weerlegging. En dus is het kind met de wisselende rapporten, de onaffe werkstukken, de zessen waar tienen werden verwacht, in de ogen van de omgeving simpelweg niet zo bijzonder als gedacht.

Wat daar gebeurt, is dat een associatief, top-down brein wordt beoordeeld door een systeem dat bottom-up is gebouwd. Het onderwijs gaat van klein naar groot, van stap naar stap, van herhaling naar beheersing. Veel hoogbegaafden werken precies andersom: ze willen eerst het geheel zien, de structuur, het waarom, en pas als dat er is krijgen de losse stappen betekenis. Zonder dat overzicht voelen de details niet als opbouw, maar als chaos — alles even belangrijk, niets met voorrang, een berg losse feiten zonder kapstok.

En dan is er het automatiseren, of beter: het niet-automatiseren. De tafels uit het hoofd leren door ze tien keer op te dreunen werkt niet als je brein niet via herhaling onthoudt maar via beeld, beweging, verband. Het kind dat de tafel van zeven koppelt aan een patroon of een ritme in plaats van aan stampen, krijgt het uiteindelijk wel — maar trager, omslachtiger, en zichtbaar anders dan de klasgenoot die het gewoon erin stampt. Voor de buitenwereld ziet dat eruit als moeite. Soms zelfs als zwakte.

Het wrange is wat het kind hieruit leert over zichzelf. Het ziet klasgenoten die dingen moeiteloos reproduceren, maar zelf moet het hetzelfde met omwegen veroveren. De conclusie die het kind dan trekt is het enige wat het kan concluderen: zij zijn slim, ik niet. Dat het kind ondertussen verbanden ziet die niemand in de klas ziet, telt niet mee, want daar wordt geen cijfer voor gegeven. De maat meet het verkeerde, en het kind gelooft die maat.

Onderpresteren is daarom zelden een tekort aan vermogen. Het is veel vaker een brein dat niet past in de vorm waarin het wordt getoetst en een kind dat die mismatch op zichzelf betrekt in plaats van op de vorm.



1.1.3 Hoogbegaafden zijn in alles goed

Hoogbegaafden zijn in alles goed is de keerzijde van de vorige misvatting en hij komt uit dezelfde maat voort. Als slim betekent: het gaat makkelijk, dan zou het overal makkelijk moeten gaan. De begaafdheid wordt voorgesteld als een soort algemene meerwaarde, gelijkmatig uitgesmeerd over alles wat de persoon aanraakt.

Een hoogbegaafd brein blinkt uit in het zien van verbanden, het doorgronden van complexiteit en het bedenken van wat er nog niet is. Zo'n brein werkt niet hetzelfde als een brein dat goed is in het netjes uitvoeren van wat al bedacht is. Dat zijn twee heel verschillende dingen, en het tweede is vaak juist lastig voor wie sterk is in het eerste. Het herhalende, het procedurele, het stap-voor-stap afwerken van iets wat allang begrepen is, daar haakt het hoogbegaafde brein af. Niet uit onwil, maar uit een soort verzet tegen zinloosheid. Tien sommen maken terwijl de eerste het principe al duidelijk maakte, voelt niet als oefenen maar als tijd verspillen aan iets wat al af is.

Daar komt iets bij wat zelden wordt benoemd en wat later in iemands leven hard kan aankomen. Wie jarenlang in een omgeving zit die onder zijn niveau ligt, krijgt nauwelijks de kans om te leren wat ieder ander wél leert: hoe je doorzet bij iets wat niet meteen lukt. Hoe je een fout maakt, hem onderzoekt, en het nog eens probeert. Dat oefen je alleen aan weerstand, en weerstand is er niet als alles vanzelf gaat. Het kind dat nooit hoefde te ploeteren, leert niet ploeteren en mist daardoor later niet een gave, maar een vaardigheid. De omgeving die nooit weerstand bood, heeft het kind iets onthouden wat ieder ander wel gaandeweg oppikt. En als het dan eindelijk op echte weerstand stuit, bijvoorbeeld pas op de universiteit of bij de eerste baan, leest het dat ontbreken niet als een gat in zijn oefening, maar als een gat in zichzelf. Zo iemand denkt niet: dit heb ik nooit geleerd. Maar: dit kan ik niet, dus ben ik niet slim of hoogbegaafd.

1.1.4 Een hoogbegaafde heeft geen extra hulp nodig

Dit volgt logisch uit de maat: wie slim is, redt zich wel. Hulp is voor wie iets tekortkomt, en wie meer heeft, komt niets tekort. Dus de aandacht, de begeleiding, de extra ogen gaan naar de kinderen die achterblijven. Het kind dat vooruit is, wordt aan zichzelf overgelaten, als beloning bijna, voor zijn voorsprong.

Maar zien wat er allemaal kan, is iets anders dan weten waar je begint. Een brein dat overal mogelijkheden ziet, ziet ook overal even veel mogelijkheden, en dat is geen rijkdom maar veel vaker een verlamming. Alles is interessant, dus niets heeft voorrang. Alles is mogelijk, dus niets is

dringend. De ideeën blijven rondgaan, vermenigvuldigen zich, haken in elkaar en komen niet tot iets, omdat er geen instantie is die zegt: “dit eerst, de rest later”. De buitenwereld ziet iemand die met een hoofd vol plannen niets afmaakt en denkt: gebrek aan discipline. Wat ze niet ziet is een brein dat verdrinkt in zijn eigen overvloed, zonder oever om naartoe te zwemmen.

Dat is precies waar begeleiding voor nodig is, en het is een ander soort begeleiding dan de bijles voor wie achterloopt. Niet meer stof, meer herhaling of harder werken. Maar helpen kiezen. Helpen een mogelijkheid afsnijden, zodat een andere mogelijkheid ruimte krijgt. Helpen de sprong te maken van zien naar doen, want dat is de sprong die dit brein niet vanzelf maakt.

Een kind dat die hulp niet krijgt, leert iets vernietigends over zichzelf. Het ziet zijn eigen onafgemaakte projecten, zijn talloze begonnen en verlaten sporen, en het concludeert niet: ik heb nooit geleerd hoe ik kies. Het concludeert: ik ben iemand die niets afmaakt. Iemand die veel kan en weinig doet. En dat oordeel — lui, ongedisciplineerd of verspild talent — neemt het over van een omgeving die de verlamming aanzag voor onwil.

1.1.5 IQ zegt alles

Bij deze misvatting is de maat tot een getal gestold. Eén cijfer, en daarmee zou alles gezegd zijn. Dít ben je, zoveel ben je waard, hier is je begaafdheid in twee of drie cijfers. Het is de aantrekkelijkste misvatting van allemaal, want een getal is hard en objectief, niet voor discussie vatbaar. En precies dat harde is wat misleidt.

Wat een IQ-test meet, is een smalle strook van het denken onder zeer bepaalde omstandigheden: logisch redeneren, ruimtelijk inzicht, verwerkingssnelheid, op een tijdstip, in een kamer, onder tijdsdruk. Het meet het antwoord op dat moment. Wat het niet meet, is alles wat zich afspeelt op weg naar dat antwoord en juist daar zit de intensiteit. Terwijl de test om het cognitieve antwoord vraagt, neemt het hoogbegaafde brein ook de kamer waar, de geur, het geluid op de gang, de manier waarop de tester zit en de sfeer. Dat wordt allemaal binnengelaten en verwerkt, want dat is hoe dit brein de wereld binnenkrijgt: niet selectief,

maar vol. De test ziet daar niets van, die meet het eindresultaat en negeert de storm die eraan voorafging.

Daar komt iets bij wat een hoogbegaafde op een test juist trager kan maken dan zijn vermogen zou doen vermoeden. Hij ziet vaak het antwoord onmiddellijk en vertrouwt het niet. Hij controleert, hij overweegt de alternatieven die ook zouden kunnen kloppen, hij vraagt zich af wat er nu precies bedoeld wordt met de vraag en of er een addertje onder zit. Dat grondige, dat wantrouwen tegen de eigen snelheid, kost tijd. En de test, die tijd meet, rekent dat af als traagheid. Het brein dat het meest ziet, wordt gestraft voor het zien.

Maar de diepste reden waarom het getal niet alles zegt, is een andere, en die raakt aan alles wat na dit hoofdstuk komt. Een mens is niet één intensiteit maar meerdere tegelijk — denken, voelen, waarnemen, verlangen, betekenis zoeken — en het IQ tikt er één van aan. Het zegt niets over de diepte waarmee iemand voelt, de scherpte waarmee hij prikkels binnenkrijgt, de vragen die hem 's nachts wakker houden. Iemand kan een hoog getal hebben en zich nooit hoogbegaafd voelen, of geen getal hebben en het in alles zijn. Het getal is geen onwaarheid. Het is een waarheid over een klein deel, gepresenteerd alsof het over het geheel gaat.



1.1.6 Hoogbegaafden zijn vooral nerds of autisten

Dit is de misvatting met een gezicht. De andere negen zijn aannames; deze is een beeld. Het gaat om de stille jongen achter in de klas, het boek, de bril, de moeite met kletspraat, de blik die net langs je heen gaat. Het beeld is zo ingesleten dat het bijna geen weerlegging meer toelaat: zo iemand is dus hoogbegaafd.

Het eerste wat er niet klopt, is de vereenzelviging met één type. Hoogbegaafdheid zit in de uitbundige evengoed als in de stille persoon, in de atleet, de ondernemer, de kletskous, het feestbeest. Ze delen geen temperament. Wat ze delen is intensiteit — en die kan naar buiten slaan net zo goed als naar binnen keren. Het stille type is zichtbaarder als stereotype, maar is in werkelijkheid niet talrijker.

Maar begin bij de nerd zelf, want dat is het taaiste deel van het beeld. De stille, de verdiepte, de jongen die liever met het boek of de computer is dan met de klas. Dat beeld is hardnekkig, omdat er een kern van waarheid in zit. Veel hoogbegaafden zijn inderdaad teruggetrokken en vinden kletspraat inderdaad moeizaam. Maar de kern zit niet in het gegeven dat hij niet met mensen kan omgaan en daarom vlucht hij in de boeken. De kern van waarheid zit in: hij vindt in de boeken de diepte die het contact hem niet biedt, en daarom trekt hij zich terug. Niet uit onvermogen, maar uit honger naar iets wat hij elders niet vindt.

Het beeld doet nog iets, iets wat verklaart waarom het zo blijft plakken. Het ontslaat je van de ontmoeting. Zolang de hoogbegaafde een nerd is — een type, een categorie — heb je hem al in een kader geplaatst voordat hij iets heeft gezegd. Daardoor hoef je het gesprek niet meer aan te gaan. Dat scheelt twee dingen. Je hoeft zijn brein niet bij te benen, dat te snel gaat en te veel verbindt en je het gevoel geeft achter te blijven. En je hoeft jezelf niet bloot te geven aan zijn zoektocht: de vragen die te diep gaan voor een gewoon gesprek en je dwingen mee de diepte in te gaan. Het label snijdt allebei af in één beweging. De hoogbegaafde is nu onbegrijpelijk, een ander soort, en wie onbegrijpelijk is hoef je niet te begrijpen. Dat is waarom het stereotype zo standhoudt: niet omdat het klopt, maar omdat het bevrijdt van de inspanning.

Datzelfde misverstand keert terug in wat sociale onhandigheid wordt genoemd. Wat van buiten lijkt op moeite met contact, is vaak iets anders: een afstemming op een diepte waar de omgeving niet in meekomt. Wie betekenis, nuance en echtheid zoekt in een gesprek, loopt vast in het gesprek dat daar niet over gaat — niet uit onvermogen, maar uit een honger die niet gevoed wordt. De afstand die dan ontstaat, wordt gelezen als: hij kan niet met mensen omgaan. Terwijl het vaak is: hij vindt zelden het gesprek dat hij zoekt, en trekt zich terug uit de gesprekken die hem leeg achterlaten.

Ook het terugtrekken zelf wordt verkeerd gelezen. Een intens brein heeft tijd nodig om te verwerken, ruimte om een idee uit te denken, stilte om de prikkels te laten zakken. Van buiten ziet stilte eruit als afstandelijkheid, en concentratie als ontoegankelijkheid. Maar dat terugtrekken is geen afwijzing en geen onzekerheid; het is een noodzaak.

En dan is er de behoefte aan duidelijkheid. Een hoogbegaafde wil vaak precies weten waar hij aan toe is, en kan van slag raken als een afspraak verandert of een plan onverwacht anders loopt. Bij sommigen blijft het bij van slag. Bij anderen is het paniek — en paniek is geen ongemak in het hoofd, het is het lijf dat alarm slaat. Van buiten ziet het eruit als starheid, als moeite met flexibiliteit. De bron ligt elders: zolang er een plan ligt, hoeft hij niet alles tegelijk te overzien. Valt het weg, dan staat hij weer midden in de overvloed. Waarom het lijf dan alarm slaat, en niet alleen het hoofd ergernis voelt? Omdat het niet de eerste keer is. Dit kind is al vaker in die overvloed weggezakt, en heeft geleerd wat er dan gebeurt: niets. Er kwam niemand die hielp kiezen, niemand die het veld terugbracht tot één weg. Het heeft de verdrinking gevoeld en de afwezigheid van een hand. Dus als het plan nu wegvalt, is het niet alleen “daar is de overvloed weer.” Het is: daar is de overvloed weer, en ik weet dat ik er alleen voor sta. De paniek is geen angst voor verandering. Het is een lichaam dat zich een eerdere verdrinking herinnert.

Dit gedrag — het terugtrekken, de afkeer van oppervlakkigheid, de behoefte aan structuur — lijkt op autisme. Gelijkenis aan de buitenkant is geen gelijkheid aan de binnenkant. Wat het verschil tussen autisme en hoogbegaafdheid precies is, en wanneer de twee tóch samengaan, is waar hoofdstuk 3 over gaat.

1.1.7 Hoogbegaafden voelen geen emoties

Deze misvatting komt voort uit een oude scheiding: hoofd hier, hart daar. Logisch gevolg van die redenatie is dan: wie veel hoofd heeft, zal wel weinig hart hebben. Het denken zou de gevoelens verdringen, het verstand op de plaats van het gemoed. Het is bijna de tegenovergestelde werkelijkheid.

Bij veel hoogbegaafden is het voelen niet minder, maar méér — dieper, heftiger, met een kracht die de omgeving overvalt. Vreugde die te groot lijkt voor de aanleiding, verdriet dat te lang aanhoudt, een onrecht ergens ver weg dat binnenkomt alsof het hier gebeurt. En empathie die geen afstand houdt: de stemming van een ander wordt niet waargenomen, maar overgenomen. Soms bijna lichamelijk, alsof het een eigen gevoel is. Dat maakt verbonden, en het maakt kwetsbaar, want een ruimte vol spanning is dan een eigen lijf vol spanning.

Omdat dat voelen zo zichtbaar is, zo groot, krijgt het kind te horen wat talloze intense kinderen te horen krijgen: dat het zich aanstelt, overdrijft, drama maakt of aandacht zoekt. Het kind voelt iets echt en met volle kracht, maar krijgt te horen dat het niet echt is, of niet zo erg, of aanstellerij. Het leert dus niet alleen dat de buitenwereld het niet begrijpt. Het leert ook te twijfelen aan zijn eigen voelen. Het leert dat wat het van binnen als waar ervaart, van buiten als overdreven geldt — en het begint zijn eigen binnenwereld te wantrouwen. Niet alleen mijn weten telt niet, ook mijn voelen klopt niet, leert het kind.

Dus wat deze misvatting mist, is dat het brein van een hoogbegaafde geen scheiding maakt tussen het hart en het hoofd. Het gevoel wordt niet alleen beleefd, het wordt onmiddellijk gedacht — onderzocht, geduid en doorgeredeneerd naar oorzaak en gevolg. Een emotie zet een denken in gang en dat denken voedt de emotie terug, in een lus die niet stopt. Een kind dat zich verdrietig voelt, voelt zich niet alleen verdrietig; het vraagt zich af waarom, wat het betekent, of het terecht is en wat het zegt over hemzelf. Voelen en denken zijn geen twee vermogens die om voorrang strijden. Ze zijn bij dit brein één beweging — en juist daarom zo zwaar en juist daarom zo diep.

1.1.8 Het onderwijs is voldoende voor hoogbegaafden

De gedachte achter deze misvatting is bijna geruststellend: als een kind slim is, dan biedt de school het wel wat het nodig heeft. En anders versnellen we of geven we wat extra's. Maar die gedachte rust op een aanname die het hele probleem verbergt, namelijk dat hoogbegaafdheid een kwestie is van leerstof. Meer ervan, moeilijker of sneller. Alsof de honger van dit kind een honger naar méér is.

De honger van dit kind is juist naar een ander soort voedsel. Een hoogbegaafd kind dat een klas overslaat, krijgt dezelfde kost, alleen sneller en loopt tegen precies dezelfde leegte aan, een jaar eerder. Want wat ontbreekt is niet de moeilijkheidsgraad. Wat ontbreekt is de richting waarin dit brein wil: niet van klein naar groot, maar van geheel naar deel. Het wil eerst weten waaróm, waar dit toe dient, hoe het samenhangt met al het andere en pas als dat er is, krijgen de losse stappen betekenis. Een systeem dat van stap naar stap bouwt en het geheel pas aan het eind belooft, laat dit kind het hele traject in het duister lopen. De stof is niet te moeilijk. De stof is leeg, omdat het kader er niet is.

Helaas is de diepste tekortkoming van het onderwijs niet didactisch. Ze is menselijk, en ze heeft een naam die in dit hoofdstuk al eerder viel: de spiegel. Een kind leert wie het is door anderen tegen te komen die zijn zoals het kind zelf. De gewone leerling vindt die voortdurend; een klas vol kinderen die ongeveer zo denken, zo snel gaan, dezelfde vragen stellen. Het hoogbegaafde kind vindt ze zelden. Het kijkt om zich heen en ziet niemand die op zijn manier denkt, niemand die zijn vragen stelt, niemand bij wie het zichzelf herkent. En een kind dat nergens een spiegel vindt, trekt niet de conclusie dat de spiegel ontbreekt. Het trekt de conclusie dat er met hemzelf iets niet klopt. Dat zijn manier van denken vreemd is, ongewenst of iets om te verbergen.

Hier gaat het mis op een manier die we bij geen enkel ander talent ooit zouden accepteren. Een kind dat uitzonderlijk voetbalt, krijgt een team van gelijken, een trainer die het snapt, een plek waar zijn talent gewoon is in plaats van afwijkend. Een kind dat uitzonderlijk speelt op een instrument, krijgt een conservatoriumklas, medeleerlingen, een traditie

om in te staan. Voor het denkende, voelende, betekenis-zoekende kind bestaat dat nauwelijks. Er is vaak geen talentklas voor intensiteit. En dus moet het in zijn eentje uitvinden wat het is, in een omgeving die het daarbij niet kan helpen omdat ze niet ziet wat er te helpen valt. De voetballer hoort ergens bij. Dit kind hoort nergens bij, en leert daardoor niet dat er geen plek voor hem is ingericht — het leert dat er voor hem geen plek hóórt te zijn.



1.1.9 Een hoogbegaafde weet dat zelf meteen

Dit is de misvatting die zichzelf opheft, zodra je hem omdraait. Want het tegendeel is waar, en niet bij wijze van uitzondering: bijna niemand die ik tegenkom weet het, en wie het te horen krijgt, gelooft het eerst niet. Ik geloofde het zelf ook niet; ik zocht een half jaar naar de fout in de test.

De aanname klinkt redelijk, want bij ander talent lijkt het te kloppen. Maar kijk preciezer, want hier zit een denkfout die de moeite waard is. Wéét een voetballend kind van zichzelf dat het talent heeft? Wéét een kind aan de piano dat het bijzonder speelt? Eigenlijk niet. Geen kind denkt van zichzelf “ik ben goed”; het heeft geen vergelijking, het kent alleen zijn eigen spel, en dat is voor hem net zo vanzelfsprekend als ademen. Ook het getalenteerde kind weet het niet uit zichzelf.

Het verschil zit niet in wat het kind weet, maar in wat het te horen krijgt. De bal die in het net gaat, valt niet te negeren — het veld juicht, de trainer ziet het, het kind wordt in de selectie gezet en apart genomen en aangemoedigd. De melodie die de kamer stil maakt, dwingt de kamer tot stilte. Zichtbaar talent dwíngt zijn omgeving tot weerklank, en die weerklank wordt het kind aangereikt lang voordat het zichzelf zou kunnen beoordelen. Het weet niet “ik ben goed.” Het hoort het. Steeds opnieuw, van buitenaf, tot het een gegeven wordt.

En de weerklank staat zelden alleen. Wie als bijzonder wordt gezien, wordt ook gevoed: de voetballer krijgt een betere training, een zwaarder elftal, een trainer die hem verder duwt; het muzikale kind krijgt les, een podium, gelijken om zich aan te meten. De erkenning opent een deur naar groei. Het kind dat te horen krijgt dat het iets kan, krijgt er meteen de plek

bij om het te wórden. Zo versterkt het zichzelf: erkenning leidt tot voeding, voeding tot kunde, kunde tot nog meer erkenning.

Bij de hoogbegaafde draait diezelfde spiraal de andere kant op. Denken, voelen, intensiteit dwingen niets af. Er gaat geen bal in het net, er klinkt geen melodie die de kamer doet zwijgen. Het gebeurt binnen, onzichtbaar, en wat binnen gebeurt kan moeiteloos worden genegeerd — of weggewuifd, of gecorrigeerd. Dit kind weet evenmin van zichzelf dat het bijzonder is. Maar anders dan de voetballer krijgt het dat ook nooit te horen. Geen weerklank, dus geen voeding. Geen voeding, dus geen plek om de intensiteit te leren hanteren, geen gelijken om zich aan te meten, geen uitdaging die past. En zonder dat alles blijft de intensiteit ruw, ongericht, soms tot last, wat de omgeving bevestigt in haar idee dat er iets mis is met het kind. Waar het zichtbare talent omhoog wordt gedragen door een spiraal van zien en voeden, zakt het onzichtbare weg in het omgekeerde: niet gezien, niet gevoed, en daardoor steeds minder zichtbaar.

Een hoogbegaafd kind krijgt vaak het tegenovergestelde van een spiegel. Het hoort weer: doe normaal. Allebei de kinderen, voetballer en hoogbegaafde, weten het niet van zichzelf. De een krijgt te horen dat het iets kan. De ander krijgt te horen dat er iets mis mee is.

Daar komt nog een mechanisme bij dat de zaak verder verwart. Wie ver kan kijken, ziet vooral hoe ver het strekt. Een denken dat alle mogelijkheden tegelijk overziet, overziet daarmee ook alle gaten van wat het nog niet weet. Domheid kent dat gevoel niet, die ziet de horizon niet en rust tevreden in wat ze meent te overzien. Diepte ziet juist hoever het doorloopt, en voelt zich daarom telkens tekortschieten. Het is de meetlat die zijn eigen onnauwkeurigheid scherper meet naarmate hij fijner is. De gave produceert het gevoel dom te zijn. Niet als bijwerking, maar als rechtstreeks gevolg.

Een hoogbegaafde weet vooral wat hij niet weet en daarbij vergeet hij wat hij wel weet. Dat tweede is geen geheugenkwestie en geen kwestie van iets vanzelfsprekend vinden en daarom niet meetellen, al lijkt het daarop. Er ligt iets onder. Een kind dat geen weerklank krijgt op wat het weet, slaat niet op: dit weet ik. Het slaat op: wat ik weet telt niet. Het vergeten van het eigen weten is dan geen fout in de opslag. Het is een vroeg geleerde

beweging om het eigen weten niet te laten bestaan — omdat het bestaan ervan ooit, toen het ertoe deed, niet werd erkend.

Daarmee staan er twee dingen onder hetzelfde niet-weten. Het ene is cognitief en hoort onlosmakelijk bij de gave: de blik die zijn eigen grenzen ziet. Het andere is biografisch en hoort bij wat het kind niet heeft gekregen, toen het dat nodig had — de spiegel die er niet was. Bij de meesten lopen die twee door elkaar, en samen verklaren ze waarom het zo hardnekkig is. Het is niet alleen dat een nieuw beeld van jezelf tijd kost. Het is vooral dat de ontdekking lijnrecht ingaat tegen een overtuiging die ouder is dan de taal: namelijk dat wat in mij leeft, er niet toe doet.

Wie hoort dat hij hoogbegaafd is, ziet dat niet als een prettig nieuwtje over zichzelf. Hem wordt gevraagd een conclusie los te laten die hij vóór hij kon praten al had getrokken. Natuurlijk vecht hij terug. De weerstand is geen teken dat het niet klopt. De weerstand is vaak het zuiverste teken dat het wél klopt. Want wie ergens van opleeft omdat hij het graag wil horen, omarmt het meteen. Wat tegen de wens van de ontvanger in standhoudt, is de bevestiging dat het juist wel klopt.

1.1.10 Hoogbegaafdheid is hetzelfde als een stoornis

Hier komt alles samen, want dit is de misvatting met de zwaarste gevolgen. Aan de andere negen houdt een mens een verkeerd zelfbeeld over. Aan deze houdt hij een diagnose over, een behandeling, soms medicatie, soms jaren in een systeem dat het verkeerde probeert te genezen.

Het komt doordat de intensiteit die dit hele hoofdstuk heeft beschreven, een bepaald gedrag oplevert. De intensiteit van het snelle associatieve denken, de heftige emoties, de gevoeligheid voor prikkels, de afkeer van zinloze herhaling, de paniek als de structuur wegvalt. Die intensiteit levert gedrag op dat van buitenaf lijkt op de symptomen die in de diagnostische handboeken staan. Het rusteloze, het afgeleide, het niet-afmaken lijkt op ADHD. Het teruggetrokken, het gestructureerde, het moeizame in het sociale lijkt op autisme. De heftige stemmingen, de overprikkeling, het piekeren lijkt op een angst- of stemmingsstoornis. De gelijkenis is niet ingebeeld. Ze is echt. Het gedrag lijkt er werkelijk op.

De meeste mensen die dat gedrag beoordelen — leraren, huisartsen, vaak ook hulpverleners — kennen de handboeken wel en kennen hoogbegaafdheid niet. Ze zijn getraind om symptomen te herkennen, niet om intensiteit te herkennen. Dus zien ze de buitenkant, leggen die naast de lijst die ze kennen, en grijpen naar het woord dat voorhanden is. Niet uit onkunde of onwil — maar omdat je alleen kunt zien waarvoor je ogen hebt gekregen. Wie hoogbegaafdheid nooit heeft leren zien, ziet haar ook niet als ze voor hem zit. Hij ziet ADHD, want dat heeft hij wél leren zien.

Het gevolg is een stille verschuiving die hele levens kan bepalen. Hetzelfde kind, hetzelfde gedrag, en het hangt af van wie er kijkt of het een gave wordt genoemd of een gebrek. Bij een topsporter of een jong muziektalent wordt de intensiteit — de gedrevenheid, de afwijkende leefwijze, het opgaan in één ding — gelezen als wat erbij hoort, als de prijs en het teken van uitzonderlijk talent. Bij het denkende kind wordt diezelfde intensiteit gelezen als afwijking. Het verschil zit niet in het kind. Het zit in het kader dat de beschouwer toevallig bij zich draagt. Het is opnieuw de spiegel: de een krijgt teruggekaatst dat zijn heftigheid bij zijn talent hoort, de ander dat zijn heftigheid een symptoom is.

Voor dit hoofdstuk laat ik het bewust hierbij. Want de vraag die nu opkomt — maar wát dan, hoe weet je het verschil, en kan het niet allebei tegelijk zijn — is de goede vraag, en ze verdient meer dan een snelle geruststelling. Eén ding wil ik hier alvast wegnemen: dit betekent niet dat een diagnose bij een hoogbegaafde altijd een vergissing is, en het betekent niet dat hoogbegaafdheid en een stoornis elkaar uitsluiten. Ze kunnen samengaan. Het punt is dat gedrag dat op een stoornis lijkt, daarmee nog geen stoornis ís — en dat wie alleen de buitenkant kent, kan het verschil niet zien, omdat het verschil zelden in het gedrag zit en bijna altijd in wat eronder ligt.

1.2 De diamant: één steen, vele zijden

De tien misvattingen hadden één ding gemeen. Ze grepen telkens naar één kant — het IQ, de cijfers of het gedrag — en die kant werd beeld voor het geheel. Alsof je een diamant beoordeelt door naar één zijde te kijken en te zeggen: zo ziet hij eruit. Maar een diamant heeft vele zijden, en wat