

# Niet iedereen is gemiddeld!

*Hoogbegaafdheid wordt nog altijd vooral gekoppeld aan kinderen. Gelukkig wordt steeds meer erkend dat een aantal van deze kinderen aparte aandacht en soms een aparte school nodig heeft. Hoogbegaafde volwassenen krijgen nu al iets meer aandacht dan twintig jaar geleden, maar hoogbegaafde senioren, daar lees je bijna nooit iets over, terwijl er vele duizenden moeten zijn. Het is ook voor senioren van groot belang om van zichzelf te weten of men hoogbegaafd is. Door kennis over de eigen kenmerken en valkuilen kan men gelukkiger en minder eenzaam worden. Wetenschappelijk onderzoek naar hoogbegaafde senioren is eigenlijk niet aanwezig. We moeten het daarom vooral doen met ervaringsverhalen..*

## Hoogbegaafdheid

Veel hoogbegaafden weten niet van hun eigen hoogbegaafdheid. Ze komen er nooit, of pas heel laat in hun leven, achter dat ze hoogbegaafd zijn. Dat is jammer, want het herkennen van deze oorzaak van 'anders zijn' en 'anders voelen' kan beslist helpen om beter te gaan functioneren en meer aansluiting te krijgen.

Hoogbegaafde mensen vinden het vaak moeilijk om aansluiting te krijgen bij anderen die minder snel denken dan zij en vaak ook heel andere interesses hebben. Ze vervelen zich ook snel wanneer ze niet worden uitgedaagd.

In hun laatste levensfase trekken hoogbegaafde senioren zich vaak terug omdat ze onvoldoende mensen om zich heen vinden met wie ze op hun belevingsniveau kunnen praten. Van het reguliere aanbod aan activiteiten voor hun leeftijdsgroep worden ze ook al niet blij. Het gevolg is dan dat ze eenzamer zijn dan ze eigenlijk zouden willen.

## Herkennen hoogbegaafdheid helpt!

Het herkennen van de eigen hoogbegaafdheid is vaak een *eyeopener* voor de betrokkene.

Dat betekent niet dat het pad van herkenning altijd eenvoudig is. Voor sommigen heeft het zelfs meer het karakter van een rouwproces. De ervaring leert gelukkig dat mensen achteraf meestal heel blij zijn dat ze deze weg zijn gegaan.

In contacten met andere mensen met kenmerken van hoogbegaafdheid voelen ze zich beter begrepen. Gesprekken verlopen dan vaak zo geanimeerd dat ze de tijd vergeten. Toch is niet elke hoogbegaafde automatisch een vriend of vriendin. De onderlinge verschillen zijn groot. Ook in grotere woongemeenschappen, zoals appartementengebouwen zijn er vaak maar weinig mensen met wie een hoogbegaafde een echte 'klik' heeft. Activiteiten rond een inhoudelijk thema geven de grootste kans op het ontmoeten van gelijkgestemden. Dat kunnen bijvoorbeeld lezingen zijn (met discussie achteraf), muziekkuitvoeringen of denkspelen zoals scrabble, bridge, schaken en mahjong.

Weten van kenmerken van hoogbegaafdheid helpt om deze mensen zichzelf beter te leren kennen. Dan kunnen zij en hun omgeving gericht zoeken naar activiteiten die bij hen passen en mensen zoeken met wie men iets gemeenschappelijks heeft.

## Zorg krijgen en autonomie kunnen botsen

We zien nogal eens dat hoogbegaafde senioren die zorg nodig hebben, daar veel moeite mee hebben. Hoewel het voor iedereen lastig is om te aanvaarden dat je niet alles meer zelf kunt, lijkt dat voor een hoogbegaafde nog sterker het geval te zijn. Ze krijgen dan conflicten omdat ze bijvoorbeeld alles onder

controle willen houden, ze aan hun eigen gewoontes tot in details willen vasthouden, daar hebben ze immers goed over nagedacht. Maar dat blijkt voor de hulpgever dan niet meer werkbaar. Ook kan het lastig zijn als de communicatie met een hulpverlener niet goed loopt en de hoogbegaafde het gevoel heeft totaal niet te worden begrepen en vooral lastig wordt gevonden.

Ook kunnen er conflicten met artsen ontstaan, omdat de hoogbegaafde had gehoopt met die nu juist wél op niveau te kunnen praten. Voor artsen en andere hulpverleners heeft het IHBV daarom ook leaflets over hoogbegaafdheid geschreven om hen uit te leggen wat hoogbegaafd zijn betekent.

### **Hoogbegaafd en dementie**

De combinatie van hoogbegaafdheid met dementie is complex. We weten er alleen iets van op basis van verhalen. De hoogbegaafde kan door de intelligentie heel lang maskeren dat er verschijnselen zijn van dementie. En ook al zijn de verschijnselen wel duidelijk en wordt de diagnose gesteld, dan is zo iemand nog steeds als persoon hoogbegaafd. Hij of zij heeft een leven als hoogbegaafde geleefd. Dat uit zich bijvoorbeeld in de belangstelling en in de manier van voelen en reageren. Hulpverleners in de ouderenzorg kunnen met meer begrip daarvoor betere zorg bieden. In het boek 'Hoogbegaafde senioren' wordt dat aan de hand van concrete beschrijvingen gedaan.

### **Hoe herken je hoogbegaafdheid?**

Via de vragen en kenmerken in het kader hieronder kan een hulpverlener een indicatie halen voor hoogbegaafdheid. En ook als niet alles voorkomt, dan kan het duidelijk zijn dat de cliënt behoefte heeft aan meer uitdagende en verdiepende activiteiten. Dat is waar het uiteindelijk om gaat.

#### *Vragen van hoogbegaafde senioren (maar niet altijd uitgesproken)*

1. Ik voel me mijn hele leven al anders dan anderen. Wat is er toch met me aan de hand?
2. Waarom kan ik met de andere mensen hier geen echt gesprek voeren?
3. Waarom bieden ze hier alleen maar activiteiten aan die niets voor mij zijn?
5. Waarom behandelen ze me als een klein kind?
6. Waarom begrijpen ze mijn vragen zo vaak niet?

#### *Kenmerken die kunnen wijzen op hoogbegaafdheid*

1. Heeft een brede belangstelling en een of meer bijzondere hobby's. (PM hoogbegaafden hebben niet allemaal een hogere opleiding.)
2. Is zeer nieuwsgierig en leert graag nieuwe dingen.
3. Is creatief en kan goed associatief denken.
4. Is zeer gesteld op autonomie.
5. Eén of meer van de eigen kinderen en/of kleinkinderen is hoogbegaafd.
6. Voelt zich vaak niet prettig in groepen en gaat niet graag naar verjaardagen en feestjes. Leest liever een boek of gaat alleen naar buiten.
7. Heeft een bijzondere schooltijd achter de rug, bijvoorbeeld: wilde studeren, maar dat kon of mocht niet. Of liep vast op school, maar heeft op latere leeftijd alsnog een opleiding afgerond.
8. Heeft veel verschillende banen gehad en soms ook conflicten op het werk en privé.

#### Verder lezen:

- IHBV Kennisdossier Hoogbegaafde senioren: <https://ihbv.nl/hb-senioren/>
- Nauta, N. & Schouwstra, I. (2020). <https://ihbv.nl/hoogbegaafde-senioren-boek/>