



IK BEN HOOGBEGAAFD. KAN IK TOCH IN PROBLEMEN KOMEN OP SCHOOL?

Door **Exentra** | 11-19 jaar

Hoogbegaafdheid is een talent. Maar dat betekent niet dat je automatisch ook **goede punten** behaalt op school.

Nood aan extra uitdaging

Eindeloze herhalingen van de basisleerstof, oefeningen waarvoor je geen enkele moeite moet doen. Bij leergierige hoogbegaafde kinderen wordt de 'leerhonger' vaak niet gestild. Dat leidt vaak tot verveling in de klas, demotivatie en **schoolmoeheid**.

Om te kunnen leren studeren heb je extra uitdaging nodig. Ook hoogbegaafde jongeren moeten oefenen met het gebruik van een mindmap, kernwoorden, het maken van schema's of een samenvatting, kortom een **goede leerstrategie**. Wanneer de lagere school kinderen niet genoeg uitdaagt, hebben ze niet leren leren en wordt het moeilijk om de leerstof van de middelbare school of hoger onderwijs te verwerken. Het is daarom belangrijk om een **gepaste school te kiezen**. Maar **durf ook zelf mensen aanspreken** wanneer je je verveelt of alles op school nutteloos lijkt.

Een **alternatief traject** is voor sommige jongeren de beste oplossing. Zo werken sommige hoogbegaafden zelfstandig aan een vak en kunnen zij dit versneld afleggen. De vrijgekomen tijd kan dan gaan naar projectwerking, studie, een keuzevak of een vak van het hoger onderwijs. Helaas is een school niet verplicht om dit te doen en moet je dus **goed overleggen** met de leerkracht en directie.

De lat hoog leggen

Als je hoogbegaafd bent, is de kans groot dat je de lat voor jezelf heel hoog legt. **Je bent het gewoon dat alles vanzelf gaat** en dat je goede prestaties neerzet. Je verwacht dus ook dat dit het geval is bij alles wat je onderneemt. Vaak ben je je er niet van bewust dat leeftijdsgenoten, leerkrachten, ouders met minder ook heel tevreden zijn.

Wanneer hoogbegaafde jongeren in het middelbaar voor het eerst ondervinden dat niet alles vanzelf loopt, leidt dit vaak tot heel wat **ontgoocheling**. Ze hebben het gevoel dat ze falen en verliezen het vertrouwen in zichzelf. **Eerste hulp bij faalangst:**

- Om aan een einddoel te geraken zijn er heel wat **tussenstappen!**
- Probeer steeds te bedenken wat goed ging, **focus** je **op het positieve**.
- Als je de lat erg hoog legt voor jezelf, vraag dan ook eens de **mening van een vriend of vriendin**.

Nood aan begrip

PRAAT EROVER



Chat met CLB

Een chatgesprek duurt maximum 45 minuten en is anoniem.
Ma/di/do: 17-21u. Wo: 14-21u



Mail met CLB

Mail met het CLB van jouw school



Bel met CLB

Bel met het CLB van jouw school



Ga langs bij Tejo

Zoek een Tejo in je buurt voor gratis therapeutische hulp

Binnen een schoolomgeving is vaak **onvoldoende aandacht** voor hoogbegaafdheid. Iemand die kritisch denkt wordt al snel weggezet als een betweter en leerkrachten worden niet graag overtroefd door een leerling die denkt dat hij het beter kan of weet (wat voor hoogbegaafden ook vaak klopt). Er is vaak onvoldoende erkenning en begrip voor hoogbegaafden. Daardoor voelen deze jongeren zich **niet goed in hun vel**. Ook dat heeft een grote impact op de prestaties op school.

Soms hebben hoogbegaafde leerlingen een **goede klik** met één van hun leerkrachten. Bij hen of de **leerlingbegeleider** kan je terecht om je verhaal te vertellen en te zoeken naar oplossingen. Wanneer je op school geen vertrouwenspersoon kan vinden die jou begrijpt, kan een helpende hand zoals een **hulpverlener buiten school** of een gesprek met je ouders handig zijn.

“*Het is zo paradoxaal. Ik ben hoogbegaafd en heb zoveel potentieel. Toch zit ik nog steeds op de hoge school, nu in mijn 2de bachelor, en ben ik 28 jaar.*”