



IK BEN HOOGBEGAAFD EN NIEMAND BEGRIJPT ME. WAT KAN IK DOEN?

Door **Exentra** | 11-24 jaar

Hoogbegaafd zijn heeft heel wat voordelen, maar ook nadelen. Daar zijn we ons niet altijd van bewust. Hoogbegaafdheid draait in de eerste plaats inderdaad om een **hoge intelligentie**, namelijk een IQ van 130 of meer. Maar er is ook een grijze zone, want niet elke hoogbegaafde scoort 130 op een IQ-test. Daarnaast is wie hoogbegaafdheid ook vaak **creatief** en **legt** die **snel verbanden**.

Hoe intelligenter je bent, hoe **bewuster** je bent van je omgeving. Je begrijpt meer, merkt meer op, maar maakt je ook meer zorgen en ziet meer problemen én oplossingen. Zo'n versterkt bewustzijn heeft óók gevolgen, en die voel je vooral zelf. De **omgeving merkt het meestal niet**. Andere mensen denken dat als je écht zo slim bent, je wel een wonderkind moet zijn dat fantastische dingen doet.

Ben je hoogbegaafd? Dan herken je je wellicht in deze omschrijving.

- Hoogbegaafden hebben een sterk **uitgesproken rechtvaardigheidsgevoel**.
- Voor jou zijn beloftes nakomen en **consequent** zijn heel belangrijk.
- Je bent erg **kritisch ingesteld**. Als je iets vertelt, stel je duizend vragen om te weten of het wel klopt.
- Je bent **heel gevoelig**.
- Je maakt je **veel zorgen** en hebt misschien ook meer angsten.
- Je kan mensen goed **inschatten**. Je detecteert bijvoorbeeld snel de boodschap achter een boodschap.
- En je legt voor jezelf **de lat heel hoog**, maar dat besef je niet altijd omdat je je eigen prestaties als normaal ervaart.

'Anders' zijn

Als hoogbegaafde word je niet altijd door anderen begrepen en **bots je soms op negatieve reacties**. Je wordt meteen als slim bestempeld, maar weinig mensen beseffen dat je ook een versterkt bewustzijn hebt. Anderen begrijpen je humor niet altijd en kritische opmerkingen maken je niet meteen populair bij leerkrachten en ouders. Veel hoogbegaafden zijn erg **onzeker** maar worden wel als arrogant gezien. Je hebt allerlei zorgen, maar je wordt als impulsief en nonchalant bestempeld. Al die dingen kunnen voor heel wat **frustratie** zorgen.

Voel je je anders en zit je met vragen? **Blijf daar dan niet mee zitten**. Boeken (zie onderaan), websites of een hulpverlener (zie PRAAT EROVER) kunnen meer inzicht geven in hoe je in elkaar zit en waar heel wat frustraties misschien vandaan komen.

PRAAT EROVER



Chat met CLB

Maandag, dinsdag, donderdag
17:00-21:00 uur. Woensdag 14:00-
21:00 uur. Schoolvakanties:
maandag-donderdag 14:00-21:00
uur.



Mail met CLB

Mail met het CLB van jouw school



Bel met CLB

Bel met het CLB van jouw school



Ga langs bij TEJO

Vind een TEJO in je buurt voor
gratis therapeutische hulp. Maak
liefst eerst een afspraak via
telefoon of mail.



HOOGBEGAAFDE KIP

De hoogbegaafde boekenlijst

249.22KB - DOCX

