

**Dąbrowski 2.0**  
**Inspiratie voor persoonlijke groei**  
 Een leven lang hoogbegaafdheid in ontwikkeling



Informatiepunt Onderwijs & Talentontwikkeling: SLO  
 Instituut Hoogbegaafdheid Volwassenen: IHBV

**8 september 2015**

**Truus van der Kaaij**  
 en  
**Frank de Mink**

**Vragen die we regelmatig horen**

- Wat is de motor, wat drijft ontwikkeling?
- Wat is anders bij HB?
- Zijn alle HB gevoelig?
- Verloopt de ontwikkeling bij alle HB hetzelfde?
- Is een crisis nodig?

**Kazimierz Dąbrowski (1902-1980)**  
**Emotie is de motor van de**  
**ontwikkeling van de persoonlijkheid**



**Is intelligentie bij HB volgens Dąbrowski van**  
**ondersgeschikt belang? (Mendaglio 2014)**

- Intelligentie is onmisbaar voor hoogbegaafdheid.
- Intelligentie is meer dan een IQ-getal
- Intelligentie wordt aangestuurd
  - in de lagere niveau's door: behoeften en (lagere) drijfveren
  - in de hogere niveau's door: waarden en emoties.

**Uitgangspositie van HB voor groei**

**Developmental Potential**

1. Vijf OverExcitabilities (Big Three)
2. Bijzonder talent op jonge leeftijd
3. 3<sup>e</sup> factor kan genen(1<sup>e</sup>) en milieu (2<sup>e</sup>) overstijgen

**Leidt tot Multilevel besef**

- Waarnemen/besef van verschillende lagen (van binnen en van buiten) van de werkelijkheid
- Bepaald door samenwerken v/d 5 OverExcitabilities en
- Afhankelijk van de laag vd waarnemer/gevoeligheid

**Ontwikkelingspotentieel:**  
**krijgt vermogen tot groei kans?**

Gevoeliger

- **Verborgen?**

Bijzondere talenten

- **Onderdrukt, niet ontdekt, geen kans gegeven?**

Zelfverbetering

- **Wat, Hoe, Wanneer, Waarom?**

**Als je de potentie niet realiseert dan: normaal begaafd**

- **Gebeurt heel veel**
- **Aanleiding voor ons werk en deze conferentie**

## Vijf OverExcitabilites gevoeligheden (OE's)

- **Psychomotorisch:** gedreven, veel bewegen, veel praten, druk, opgewonden
- **Zintuiglijk:** verfijnd en intens beleven van geluid, geur, smaak, beelden, huidcontact
- **Intellectueel:** leerhonger, drang tot begrijpen, zoeken naar waarheid en wijsheid, denken over denken
- **Verbeelding:** groot voorstellingsvermogen
- **Emotioneel:** intense emotie, meevoelend

7

## Multilevel in Emotionele Overgevoeligheid

### Algemeen

Emotionele OE gaat over: omgang met relaties, wanhoop (eenzaamheid), vreugde (geluk), raadsels (over het bestaan)

1. **Geen reflectie of zelfbeheersing:** agressie, irritatie. Extremen van terugtrekken + aandacht vragen (vgl. getardeerd kind)
2. **Wisselend:** toenaderen-vermijden, klein-groot ego, inhouden-opwinden, spanning-ontspanning (depressie)
3. **Naar binnen kijken bij conflict,** hiërarchie van gevoelens, exclusieve relaties. Samengaan met Intellectuele - en Imaginatieve OE
4. **Emotionele OE wordt hier overheersend.** Diepe empathie, verhoogd bewustzijn. Persoonlijke ervaringen komen in universele context.

## Hoe verloopt de ontwikkeling?

Theory of Positive Disintegration

**Van... (laag)                      naar ... (hoog)**

- Impulsief → Reflexief, nadenkend
- "Oorzaak van mijn gedrag": extern → intern
- Aangepast → Authentiek
- Van geaccepteerd → Compassie, invoelend
- Zelfgerichte liefde → Allesomvattende liefde
- Moreel relativisme → Universele principes
- Van "wat is" → "wat idealiter zou moeten"

9

## Persoonlijkheidsontwikkeling De vijf niveaus in het kort

- 1: **Onbewust, rigide, automatisch, stabiel** (±65%)
- 2: **Onstabiel, in crises** (kort, kan chronisch worden) (±20%)

*Eminentia (hoogbegaafden?) versnellen in een levensfase in enkele gebieden, en dan komt weer een ander stuk*

- 3: **Verdieping van het zelf: spontane desintegratie**  
zelfgestuurde ontwikkeling, groeiende autonomie,  
begin van eigen waardenhiërarchie,  
begin van bewust functioneren in meer niveaus (multilevel)

- 4: **Zelf-gestuurde gelaagde desintegratie**
- 5: **Ge-integreerd: compassie voor zelf/anderen** (zeldzaam)

10

## Voorwaarden voor groei: crises. "Tragic Gift" Externe en interne oorzaken

### Extern: Anderen zijn "de hel" (Sartre)

Je voelt je anders, niet begrepen, gestoord zelfs

### Intern: Onzekerheid

Hoge eisen, piekeren, twijfel, keuzeproblemen, dolend, zoekend naar zelf en zin

## Vijf OE's: negatief gezien, "tragische gave"

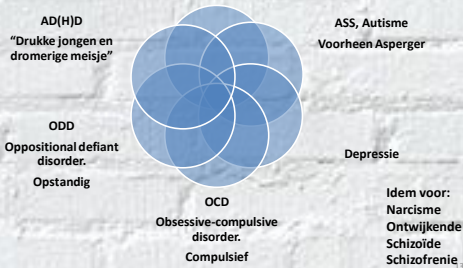
1. **Psychomotorisch:** hyperactief, friemelen, rusteloos, impulsief (**ADHD?**)
2. **Zintuiglijk:** kieskeurige eter, overreacties bij fysiek ongemak (**ASS?**)
3. **Intellectueel:** hoofd in de wolken, geen aandacht voor de omgeving (**ASS, HB? @; isolement**)
4. **Verbeelding:** dagdromen (**ADD of Dyslexie?**)
5. **Emotioneel:** humeurig, stemmingsgevoelig, geneigd tot depressie en ongerustheid. (*Persoonlijkheidsstoornissen?*)

12

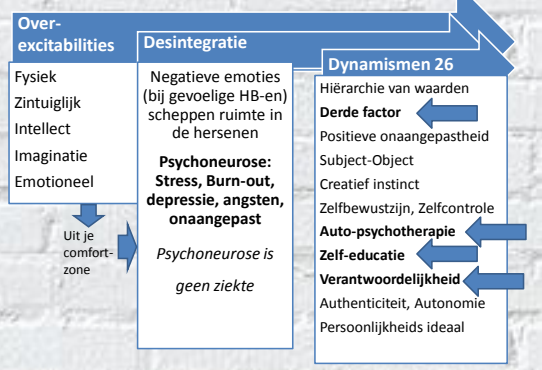
## Hoogbegaafden vertonen gedrag dat lijkt op symptomen van sommige psychische stoornissen

Voorbeelden van Lenzen voor gedrag. Interpretaties!

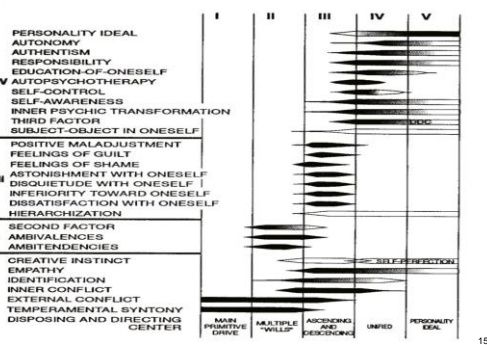
### Hoogbegaafd



## HB: Emotie veroorzaakt ontwikkeling



## Dynamismen: interne drijfveren



## Verantwoordelijkheid in de levels

1. **Eigenbelang**, zelfs bij familie. Voor anderen? Schijn.
2. **Enig gevoel voor anderen** -> Zo-nu-en-dan, begrensd
3. **Groei in Verantwoordelijkheid** met gewetenswroeging. Bijv: Opvoeden van kind als voorbereid project.
4. Verantw: **breed, verrijnd, systematisch**. Compensatie-wens bij misleunen. Openstaan voor lijden en behoeften. Betrokken bij de actieve bestrijding van het kwaad. Programma van altruïstisch handelen zoals voorgedaan door Mahatma Gandhi, Albert Schweitzer, Antoine de Saint-Exupéry, Dag Hammerskjöld, Etty Hillesum
5. Verantw. is nu **dynamisme (drijfveer)** van "secondaire integratie" met: empathie, authenticiteit, autonomie, persoonlijkheidsideaal en zelfperfectie.

## AUTO-PSYCHOTHERAPIE (AP)

- **Wat is AP:** Zelf-ingezette preventieve maatregelen voor geestelijk evenwicht
- **Hoe ontstaan:** Als resultaat (!) van crises en zelfopvoeding, bij toenemende stress op de overgang van III naar IV.
- **Gevolg:** Spanningen steeds bewuster leren hanteren (en zelfs transformeren) voor verrijking en versterking. Toenemende veerkracht en zelfhelend vermogen.

## Levensloop van

### Veelzijdig-begaafden / "Multipotentials"

(Onderzoek van Meredith Greene, PhD., 2005)

- **Basisschool:** niet kunnen kiezen, veel hobby's van korte duur, moeite met afmaken, uitstekende prestaties
- **V.O.:** idem + veel activiteiten, overvolle agenda
- **Eind VO:** moeite met beroeps- en studiekeuze, alles willen studeren, als leider gekozen worden, stress, af laten weten, uitstel van keuzes
- **Studie:** meer studies, vaak veranderen van richting, veel buiten de studie, uitstekende prestaties, beroepskeuze: overhaast, willekeurig of volgzzaam
- **Volwassen:** meer banen in korte tijd, zeer goede prestaties, past nergens echt in, vervreemd/doelloos/apathie/depressie, werkloze perioden, achter in sociale en loopbaan ontwikkeling

## Christoph †

Zelfmoord tijdens puberteit (in 2004) - zoon van eigenaar Belgisch bier Palm [www.HUMO-BE](http://www.HUMO-BE)

- Vader: "Hij was perfectionist, wou dat alles klopte, **alles zin had**."
- Na zijn dood wou ik maar één ding: begrijpen waarom hij uit het leven was gestapt.
- Ik ben al zijn boeken gaan lezen – Camus, Nietzsche, Darwin, werken over de oerknal en de evolutie, over religie en wetenschap.
- Ik ben met zijn vrienden gaan praten. Ik wou in zijn hoofd raken.
- Eigenlijk ben ik op latere leeftijd gaan doen wat ik in mijn jeugd had moeten doen: filosoferen
- Hij doorzag dingen waarbij wij niet stilstaan, en dat maakte hem kwetsbaar. Slim en gevoelig, perfectionist, ook nog introvert. Een dodelijke cocktail."

## Casus J: Ways to enhance auto-psychotherapy

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>-Biographies</li> <li>-Eastern and Western philosophy</li> <li>-Natural phenomena</li> <li>-PSI</li> <li>-Spiritualisms</li> <li>-Mysticism</li> <li>-Literature</li> <li>-Films/Media</li> <li>-Religions</li> <li>-Animal behavior</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Machine system analogies [if you look at underlying patterns, we create machines in our own image- a great source of hints]</li> <li>-Observation of other people</li> <li>-Self-observation</li> <li>-Stress management</li> <li>-Human development topics[such as Dabrowski, Maslow, and so on]</li> <li>-Internet lists</li> </ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

It is necessary to develop **flexibility**, a requisite for growth;  
I practiced this by being flexible in food habits and food preferences.

20

## De worsteling te boven

**Peter Riezebos** (1980) **creatief denker**

*"Van Mavo tot Harvard"*, 2014:

- Verschillen in leren
- Hoe de grootste valkuilen de grootste successen kunnen worden
- Ik was me niet bewust van mijn afglijden
- Mij overkwám altijd alles
- De basisschool verliet ik met "een emotionele achterstand"
- Opgenomen in kliniek: ADHD, Asperger, Depressies, Borderline

## Einde eerste deel

Vervolgens:

- Frank: over zin
- Truus: praktische toepassing:

*Het perspectief van Dabrowski*

22