

## Lopend aandacht vragen voor hoogbegaafdheid

Hoogbegaafdheid is nog steeds een taboe, vindt Willem Wind. Daarom vraagt hij vier maanden lang al lopend aandacht voor dit thema. Hij is zijn voettocht op 1 mei gestart bij het drielandpunt in Vaals en wil die op 1 september afsluiten in Tilburg. Dan heeft hij er 735 kilometer op zitten.

Wind is te volgen op de website [lopendvoorhoogbegaafdheid.nl](http://lopendvoorhoogbegaafdheid.nl). Hij laat zich sponsoren door mensen die met hem vinden dat hoogbegaafdheid meer aandacht moet krijgen. Hoe? „Door te komen tot echte oplossingen zoals scholen, ontmoetingsplaatsen en seniorenwoningen voor hoogbegaafden.”

Tijdens zijn voettocht gaat Wind in gesprek met

deskundigen, beleidsmakers, vertegenwoordigers van lokale overheden én hoogbegaafden, omdat hij vindt dat de samenleving moet „nadenken en meehelpen om hoogbegaafden een plekje te gunnen.”

Wind is al vijftien jaar met het thema bezig. Hij schreef er twee boeken over, organiseerde de Dag van de Hoogbegaafdheid en richtte het Fonds Hoogbegaafdheid op. Daarnaast biedt hij zich aan als coach voor hoogbegaafden. Ondanks alle discussies over hoogbegaafdheid wordt er in de samenleving nog steeds weinig rekening mee gehouden, zegt ook emeritus hoogleraar psychologie Pieter Span in het blad *Intermediair*. beeld iStock



# Lise moet alleen leren spelen

tekst drs. Sarina Brons-van der Wekken  
beeld Anjo Mutsaars

Vraag: Wij vormen een jong gezin met drie kleine kinderen in de leeftijd van 1 tot 3,5 jaar. Onze oudste vraagt ontzettend veel aandacht en wil mij continu betrekken bij wat ze doet. Ik word er soms wanhopig van. Hoe kan ik haar duidelijk maken dat ze tevreden met zichzelf moet zijn en niet steeds mag verwachten dat mama er voor haar is? Is het reëel te verwachten dat ze een tijdje geconcentreerd speelt?

**D**uidelijk is dat dit meisje –ik noem haar Lise– veel aandacht verlangt. Moeder schrijft dat Lise buiten soms een hele middag met anderen kan spelen. Maar zodra ze in huis speelt, zoekt ze om de paar seconden contact. Moeder heeft geprobeerd die aandacht te beperken door één keer per dag alleen met haar te spelen of voor te lezen. Moeder probeert ook regelmatig te zeggen dat Lise nu geen aandacht mag en wijst dan een periode op de klok aan. Moeder schrijft echter bang te zijn dat Lise

dan het gevoel krijgt dat ze niet belangrijk is en dat dit negatief is voor haar zelfbeeld.

Deze angst, die ook schuldgevoelens oplevert, maakt haar optreden zwak. Vaak voelen kinderen aan hoe sterk ouders in hun schoenen staan. Als ze zelf sterke twijfels hebben over de kwaliteit van hun eigen grenzen zijn ouders minder overtuigend. De kans is groot dat ze non-verbaal uitstralen dat ze met hun kind te doen hebben en eigenlijk wel de gevraagde aandacht willen geven.

Om schuldgevoelens te voorkomen, is het belangrijk om te weten wat je kunt en mag verwachten van een oudere peuter. Uiteraard zijn er grote verschillen tussen kinderen. Het ene kind speelt van nature zelfstandiger dan het andere. Als een kind een korte spanningsboog heeft en zich erg afhankelijk toont, heeft het meer begeleiding nodig dan andere kinderen om alleen te kunnen spelen. Het zelfstandig spelen zal ook van kortere duur zijn dan bij anderen kinderen. Duidelijk is wel dat Lise hiermee een begin moet maken.

Hoe kan Lise leren alleen te spelen? Kinderen leren vooral door de gevolgen van hun gedrag. Als het gevolg voor hen positief is, zullen ze waarschijnlijk doorgaan met dat gedrag. Het gewenste gedrag neemt dus pas toe als daarop iets positiefs volgt. Als moeder wil dat Lise zelfstandig speelt, moet ze dat gedrag belonen met aandacht.



Als ze blij is dat Lise even lief zelf speelt, zijn dat de momenten waarop ze kan laten merken dat ze hier blij mee is. Even een aai over de bol. Juist dan een versnapering die ze toch al van plan was te geven. Juist dan even zeggen dat ze zo blij is dat Lise lief speelt. Als het maar positief is.

De praktijk is dat nu juist het ongewenste gedrag, het continue aandacht vragen, wordt beloond. Weliswaar niet met positieve aandacht, maar met negatieve aandacht. Deze vorm van aandacht is ook belonend, omdat Lise krijgt wat ze wil: contact. De correctie geeft Lise de gewenste aandacht.

Lise en haar moeder draaien in een negatieve cirkel. Om eruit te

komen, is het allereerst nodig te bedenken dat het echt goed is om een kind te leren niet altijd aandacht te krijgen. Dit is ook in het latere leven belangrijk. Een kind moet soms wachten. Als dat nog moeilijk is, moet het dat stapje voor stapje leren.

Overigens is het ook niet doenlijk om als ouder te blijven functioneren als kinderen hen leegzuigen. Een reden temeer om Lise grenzen te leren, waarbij ze tegelijkertijd blijft weten dat haar ouders van haar houden en haar waarderen. Grenzen stellen is juist bedoeld om haar te helpen.

Om het negatieve gedrag te doorbreken is, om te beginnen, goedkeurende aandacht nodig tijdens

momenten dat het goed gaat, dus als Lise zelfstandig speelt. Moeder kan vertellen wat ze prettig vindt en het compliment echt een compliment laten zijn zonder een onderton van verwijt. „Ik vind het fijn dat je lekker zelf aan het spelen bent, goed zo!”

Ook op andere momenten die moeder zelf uitkiest, kan ze laten merken dat ze blij is met Lise en dat ze van haar houdt. Ze kan toestaan dat Lise haar ‘meehelpt’ met klusjes en haar vertellen dat ze dit fijn vindt. Zeker in een overgangperiode kan ze wat vaker op een dag zorgen dat Lise zich gewaardeerd en geliefd voelt.

Vervolgens moet duidelijk zijn dat Lise niet steeds tussendoor





beeld Fotolia

## „Ouders moeten goede voorbeeld rond eten geven”

Ouders moeten hun peuters het goede voorbeeld geven met hun eetgedrag. Dat is het doel van een campagne die het Voedingscentrum en het Nederlands Instituut voor Sport en Beweging (NISB) onlangs zijn gestart. Doel van het programma is om ouders van jonge kinderen gezond te laten eten en regelmatig te doen bewegen. Kinderen tot 4 jaar volgen vaak het ouderlijke voorbeeld. Een tip is om tien minuten lang met het kind het huis op te ruimen.

>>[hetgezondevoorbeeld.nl](http://hetgezondevoorbeeld.nl)

## senioren

# „Een raadslid mag niet onderuitzakken”

tekst Gert de Looze  
beeld RD

Er zijn te weinig raadszetels. Sommige senioren moeten genoeg nemen met een plekje op een bank langs de wanden van de raadzaal in het gemeentehuis van Hilversum. De ruim zeventig ouderen wonen geen raadsvergadering bij, wel een lezing over Willem Marinus Dudok (1884-1974). Deze Nederlandse architect en stedenbouwkundige ontwierp het inmiddels wereldberoemde raadhuis in de Utrechtse stad. Daarnaast was hij verantwoordelijk voor talrijke scholen en woonwijken in Hilversum. Ook elders liet Dudok zich gelden. Zo tekende hij het monument op de Afsluitdijk. Dudokkenner Rob Marx neemt de ouderen via een powerpointpresentatie mee langs talrijke gebouwen die uit de koker van de Hilversumse architect komen.

De lezing over en rondleiding door het raadhuis vormen de laatste activiteit van de Senioren Zomerschool Hilversum, een initiatief van de ouderenbond ANBO. „Dit jaar schreven 190 mensen zich in. Velen namen deel aan twee, drie of zelfs zes programma's. De negen dagen kenden 543 deelnemers. We gaan aan ons eigen succes ten onder”, grapt Claire Verlinden.

Verlinden stond mede aan de wieg van de Hilversumse zomerschool. „Het sociale en educatieve element staat hoog in ons vaandel. Het is voor ouderen goed om niet alleen lichamelijk, maar ook geestelijk actief te blijven. En hoe meer iemand onderneemt, hoe meer contacten hij opdoet. Ik probeer de activiteiten zo leuk mogelijk te maken om het leerdoel te bereiken. Ik merk dat sommige deelnemers ons programma vooral zien als een goedkoop uitje. Wie niet oplet als een gids iets vertelt, krijgt dat te horen. Ik wil als oude schooljuffrouw dat iedereen luistert.”

Vanmiddag hoeft Verlinden niet in actie te komen. De aanwezigen luisteren geboeid naar de lezing van Marx. Vrijwel niemand zit naar het plafond te staren, met de buurvrouw te fluisteren of te sms'en. Slechts een enkeling laat de beelden voor wat ze zijn en knapt een uiltje. De inleider stelt het geduld van zijn luisteraars wel op de proef. Na een uitleg over Dudoks stijl –romantisch kubisme genoemd– en diens leven vertelt hij het nodige over woningen en scholen. Na dik drie kwartier komt het raadhuis pas uitgebreid in beeld. Marx deelt veel interessants. Over het evenwicht tussen horizontale en verticale lijnen, over Dudoks keus voor soberheid en over diens bemoeienis met details. „De stoelen in deze raadzaal hebben niet voor niets een rechte zitting. Raadsleden vertegenwoordigen de burgers. Onderuitgezakt zitten past daar niet bij in Dudoks optiek.”

Na de lezing leidt de inleider zijn gasten drie kwartier door het raadhuis rond. Hij grossiert in leuke weetjes. Zo zou het grijsblauwe tapijt in de burgerzaal dezelfde kleur hebben als de jurk die Dudoks vrouw droeg, toen hij haar voor het eerst ontmoette.

Dit is het slot van een serie over zomerscholen.

>>[refdag.nl/zomerscholen](http://refdag.nl/zomerscholen) voor foto's en eerdere afleveringen.



## Tips

- Geef goedkeurende aandacht op momenten dat het kind zelf speelt.
- Bouw extra momenten in van aandacht en liefdevol contact.
- Zorg ervoor dat het kind geen aandacht krijgt voor het ongewenste gedrag.
- Geef zo nodig een time-out.
- Breid de tijdsduur van alleen spelen langzaam uit.
- Vergelijk het kind niet met andere kinderen die van nature zelfstandiger spelen.
- Zorg voor steun in een periode waarin de ouders het patroon willen doorbreken.

.....  
**Wilt u reageren of hebt u vragen over opvoeding? Leg ze (anoniem) voor aan psychologe drs. Sarina Brons. Dat kan door de situatie en de (gezins)omstandigheden, liefst uitvoerig, te mailen naar: [wij@refdag.nl](mailto:wij@refdag.nl) of te sturen naar: RD, t.a.v. redactie Wijns, Postbus 670, 7300 AR Apeldoorn.**

## „Ik vind het fijn dat je zelf speelt, goed zo!”

aandacht mag vragen en dat moeder niet meer zal reageren. Vertel dit rustig en beslist en geef aan tot hoe lang dat duurt. De aanduidingen „straks” of „een poosje” zijn te vaag voor een peuter, maar de wijzer op de klok is goed te begrijpen.

Doorgaans werkt negeren het beste om aandacht vragen te verminderen. Negeren wil zeggen: net doen alsof het kind lucht is. Niet kijken, niets zeggen, niet reageren op vragen, niet zuchten en dergelijke. Dit is erg moeilijk, zeker als ouders zich storen aan het hinderlijke gevraag. Rustig weglopen kan helpen om het negeren vol te houden.

Als negeren niet mogelijk is

omdat het kind te veel een stoorzender is, kan de time-out worden ingezet. Ouders kunnen Lises naam noemen en aankondigen dat als ze toch doorgaat ze voor korte tijd naar een saai plekje moet, totdat zij wel het gewenste gedrag vertoont.

Wanneer het patroon van continu aandacht vragen is ingesleten, zal Lise bij de nieuwe aanpak eerst nóg intensiever aandacht vragen. Ze zal daarmee testen of moeder het wel echt meent en of de begeerde aandacht toch niet komt als ze maar lang genoeg aanhoudt. Zo laat ze dringend merken dat ze deze echt nodig heeft.

Dit kan een uitputtingsslag voor een ouder betekenen. Daarom

is het belangrijk dat ouders er zelf van overtuigd zijn dat zij het goed aanpakken. Verder helpt de steun van een andere volwassene om het vol te houden. Het is in het begin namelijk niet gemakkelijk. De situatie zal eerst verergeren, voordat ze beter wordt. Maar uiteindelijk is het voor alle partijen beter als Lise leert –al is het eerst maar een kwartiertje aaneengesloten– zichzelf te vermaken. Hiervan wordt ook Lise uiteindelijk sterker en leert ze op termijn rekening te houden met anderen.

.....  
>>[refdag.nl/eigenwijzer](http://refdag.nl/eigenwijzer), ook voor een eerdere aflevering over de time-out.