



## VERBAND MET HOOGBEGAAFDHEID

### DE OVEREXCITABILITEITEN VAN KASIMIERZ DABROWSKI<sup>1</sup>

Er is duidelijk een verband tussen een kind dat in hoge mate gevoelig (HG) en in hoge mate wilskrachtig is (SW) en hoogbegaafdheid. In de meeste definities van hoogbegaafdheid, maakt IQ onderdeel uit van hoogbegaafdheid (maar is een hoog IQ dus niet hetzelfde als hoogbegaafdheid). Kasimierz Dabrowski ontwikkelde een persoonlijkheidstheorie (de theorie van positieve desintegratie) waarin hij 5 ontwikkelingsniveaus<sup>2</sup> beschrijft die elkaar opvolgen. Emotionele ontwikkeling staat hierin centraal. Bovendien zijn er factoren die elkaar beïnvloeden zodat iemand wel of niet verder ontwikkelt (in die 5 niveaus): de sociale omgeving, **aanleg** en de aanwezigheid van bewuste, autonome processen (de wil om te veranderen) beïnvloeden elkaar. **Aanleg** is een 'verzamelnaam' voor speciale talenten en begaafdheden, **de vijf overexcitabiliteiten** zijn hier onderdeel van.

Dabrowski werkte veel samen met Michael Piechowski. Piechowski zorgde ervoor dat er een verband tussen de theorie van positieve desintegratie van Dabrowski en wetenschappelijk onderzoek rondom hoogbegaafdheid werd gelegd. Piechowski zorgde er bovendien voor dat de 5 overexcitabiliteiten van Dabrowski indicatoren van hoogbegaafdheid werden. Dat heeft er voor een belangrijk deel voor gezorgd dat hoogbegaafdheid niet meer gezien wordt als 'enkel een hoog IQ', maar dat een hoog IQ onderdeel uit maakt van hoogbegaafdheid samen met die indicatoren.

Er is zelfs een stroming binnen het veld van hoogbegaafdheid, dat een hoog IQ niet als voorwaarde stelt voor hoogbegaafdheid.

*“De theorie heeft grote invloed gehad op het denken over hoogbegaafdheid doordat ze inzicht geven in de intensiteit en sensitiviteit die zo sterk bepalend zijn voor persoonlijkheden van mensen met bijzondere geestelijke vermogens”,* schrijft James Webb. Er gaat vast al een belletje rinkelen als je 'intensiteit' en 'sensitiviteit' leest! Dabrowski merkte tijdens het vele werk dat hij deed met hoogbegaafde studenten, dat de studenten instinctief werden aangetrokken tot bepaalde soorten stimulatie. Dabrowski onderscheidde 5 verschillende soorten stimulatie: (1) intellectueel, (2) verbeeldend, (3) psychomotorisch, (4) emotioneel en (5) zintuiglijk. Met 'instinctief aangetrokken' wordt bedoeld dat ze sterker reageren op deze gebieden. Dabrowski noemde deze stimulatie gebieden 'overexcitabiliteiten' omdat hoogbegaafde kinderen en volwassene een hoog niveau van activiteit op deze gebieden laten zien. Niet alle hoogbegaafden reageren sterk op elk gebied. Sommigen op slechts 1 gebied, anderen op allemaal.

James Webb schrijft in zijn boek (zie voetnoot): *De veronderstelling van Dabrowski en anderen die zijn werk overnamen, is dat het hoge activiteitsniveau en de gedrevenheid van hoogbegaafde kinderen ervoor zorgen dat ze sterker reageren op wat er om hen heen gebeurt. Daardoor zijn hun gevoelens en ervaringen veel sterker dan wat 'normaal' wordt gevonden. Men zou het kunnen vergelijken met het verschil tussen het ontvangen van signalen met een kleine antenne of met een satellietshotel.*

### Overexcitabiliteiten (gebaseerd op de beschrijving in het boek van James T. Webb)

#### 1. Intellectuele overexcitability

Kwaliteiten: nieuwsgierig, onderzoekend, hoge concentratie, oplossingsvermogen. Mensen die sterk reageren op dit gebied zijn continu op zoek naar meer kennis, meer informatie, meer begrip. Ze krijgen veel energie van het leren van nieuwe dingen. Ze stellen veel vragen, kunnen goed onafhankelijk denken. Ze delen graag en met enthousiasme hun kennis met anderen en kunnen emotioneel of ongeduldig worden als ze daarin geen aansluiting vinden.

<sup>1</sup> Webb, J.T. (2000). De begeleiding van hoogbegaafde kinderen. Assen: Koninklijke van Gorcum  
Althuisen, M., de Boer, E., van Kordelaar, N. (2015). Een andere kijk op hoogbegaafdheid. Amsterdam: Uitgeverij SWP.

<sup>2</sup> De theorie van Dabrowski wordt helder, beknopt en overzichtelijk uitgelegd op deze site: [www.positivedesintegratie.nl](http://www.positivedesintegratie.nl)



## 2. Verbeeldende overexcitability

Kwaliteiten: veel fantasie, creativiteit in spel, denkbeeldige vriendjes, je voorstellen dat objecten een eigen wil hebben, dagdromen, gebruik van metaforen, eigen verzonden realiteit en verhalen, groot verbeeldingsvermogen, groot voorstellingsvermogen. Fantasie en werkelijkheid lopen soms door elkaar. Deze kinderen denken veelal in beelden.

Hun gedrag (bijvoorbeeld dagdromen, tekeningen maken i.p.v. aantekeningen) wordt door de omgeving en vooral ook op school vaak niet goed begrepen en verkeerd geïnterpreteerd.

## 3. Psychomotorische overexcitability

Kwaliteiten: Vergrote mogelijkheid om actief en energiek te zijn. Houdt van beweging, beschikt over veel energie, intense fysieke activiteit en verlangen naar actie. Enorm fysiek en verbaal enthousiasme. Kunnen heel opgewonden worden in hun enthousiasme.

Vergroot risico op onterechte diagnose ADHD.

## 4. Emotionele overexcitability

Kwaliteiten: erg begaan met het welzijn van anderen, sterke betrokkenheid bij de omgeving. Sterk verbonden aan mensen, planten, dieren en bezittingen. Sterke mate van gevoeligheid, compassie en empathie. Idealistisch en sterk rechtvaardigheidsgevoel. Sterk aanvoelen van emoties, intenties en sferen.

Kunnen erg verdrietig of woedend worden wanneer ze bijvoorbeeld een spelletje verliezen, buitengesloten worden, met onrecht te maken krijgen of wanneer anderen hun idealisme niet delen.

## 5. Zintuiglijke overprikkeling

Kwaliteiten: Zien, horen, voelen (tastzin), ruiken, proeven aanzienlijk sterker dan anderen. Het bekijken van een kunstwerk bijvoorbeeld of het proeven van een hap (nieuw) eten is een intense, diepe ervaring. Grote gevoeligheid voor muziek, taal of culinair. Kunnen helemaal opgaan in het genieten van hun zintuiglijke beleving.

Hebben sneller last van merkjes aan de binnenkant van kleding, kleding die te ruw is of te strak zit, last van licht of geluid: TL buizen of eetgeluiden van anderen. Last van het constante 'lawaai' in de klas, van 'luchtjes, van textuur van bepaald soort voedsel. Proberen deze situaties te vermijden. Raken er gespannen, gefrustreerd en op den duur overprikkeld van.

## Overlap met HG&SW

De overlap tussen de overexcitabilities en de eigenschappen van HG & SW-kinderen sprong je ongetwijfeld al in het oog. Waarbij intellectueel (grotendeels), verbeeldend en psychomotorisch kwaliteiten zijn die je ook terugziet bij het strong-willed kind en een sterk innerlijk jongetje. Bij intellectueel schrijf ik grotendeels omdat kennis en oplossingsgerichtheid bijvoorbeeld bij de man hoort en begrip en waarheid bij de vrouw).

Emotioneel (grotendeels) en zintuiglijk komt overeen met de eigenschappen van hooggevoeligheid, dus van een sterk innerlijk meisje. Grotendeels omdat 'compassie' en 'empathie' bij de innerlijke vrouw horen.

## Kortom

Gezien de overlap tussen de eigenschappen van een HG&SW-kind en de overexcitabilities van Dabrowski die indicatoren zijn voor hoogbegaafdheid, is het verstandig om altijd bij je cliënten in gedachten te houden dat er een grote kans is op hoogbegaafdheid bij hun kind. Andersom geldt dus ook dat hoogbegaafde kinderen vaak hooggevoelig zijn en ook regelmatig HG&SW. Een HG&SW-kind heeft dus veel kwaliteiten in hoge mate ofwel (in Dabrowski's termen) een hoog niveau van activiteit op veel (zo niet alle) gebieden/overexcitabilities. Interessant, hè?