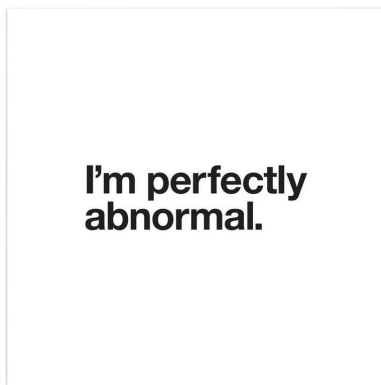


Blog #41: DÉ 37 punten checklist vóór de hoogbegaafde om af te vinken ÉN gegeven door andere hoogbegaafden!

Hoogbewust, (Highly) Gifted, Hoogintelligent, Multitalent, Extra getalenteerd, Multipotential, High potential, hoogbegaafd, Super intelligent....

En nou de echte; Hoogbegaafd.

Maar wat ben je nou? De een noemt zich dus Hoogbewust, de ander een multitalent, en nog weer ander noemt het expres niet.



En toch zijn we het wel; Hoogbegaafd.

Maar we blijven er moeite mee hebben, terwijl we tegelijkertijd behoefte hebben aan gehoord worden, herkenning vinden en erkenning krijgen?

Dit taboe wil ik doorbreken, dat we er niet 'gewoon' over kunnen praten. En dus host ik 2x per week met Irene Troost een room op Clubhouse.

Afgelopen vrijdag heb ik over deze kwestie een room op clubhouse georganiseerd. Ik wilde oprecht weten hoe men zichzelf zou beschrijven. Waar die zich aan zou herkennen.

Welke taal zij gebruiken, en in welke taal jij dus je aangesproken voelt.

De taal die we waarschijnlijk allemaal begrijpen en herkennen, maar wat vaak niet ervaren wordt wanneer je niet onder gelijkgestemden bent.

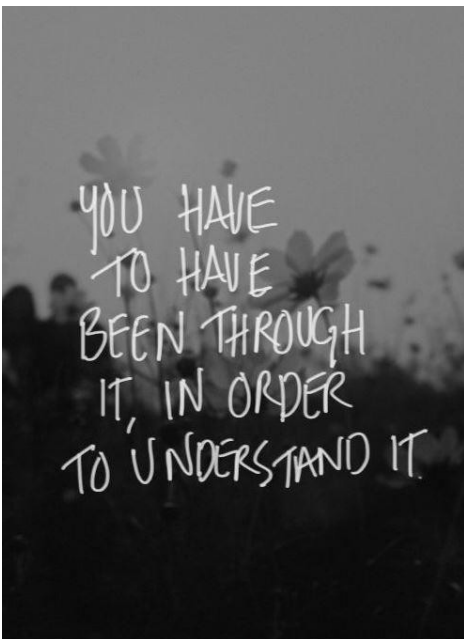
Één van de dingen die ik echt elke keer voel en meemaak in de room, is dat we echt vaak het gevoel hebben een andere taal te spreken dan met een niet-hoogbegaafde. En wanneer dit wel kan, zoals in de room, het voor de meeste voelt als "thuiskomen".



Een feest der herkenning, zoals dit ook de bedoeling is van onze room;

“Ik zit hier met een grote grijns mee te luisteren en constant te heftig te knikken”
Om er maar eentje te noemen van een van de vaste deelnemers.

Vrijdag zijn we deze taal gaan spreken, en het leuke is dat de room enorm interactief werd en we eigenlijk niet uitgepraat raakten! Dus maandag heb ik dit voort gezet, om voor jou een lijst te vormen. Want hoe meer kan jij je herkennen in de taal van jouw gelijkgestemden?



Op zoek naar herkenning, maar moeite met jezelf Hoogbegaafd te noemen? Check dan deze lijst, waarin andere hoogbegaafden hun kern van ervaringen hebben blootgelegd die voor hun zo typerend zijn aan hun hoogbegaafdheid. And guess what, de herkenning ontstond direct al, bij iedereen in de room. 100%. Hier komt ie:

Checklist voor hoogbegaafden door hoogbegaafden.

1. Snelheid in denken
2. Snelheid in verbanden leggen
3. Te snel zijn in denken om mee te schrijven of te uitten met woorden

4. Hoofd neemt het constant over; slechte verbinding met lijf
5. Geen contact met lijf; de signalen niet voelen
6. Overprikkeling
7. Problemen met energiemangement; constant de balans zoek
8. Onbegrepen voelen
9. Zeer hoge gevoeligheid; hogere bewustzijn (oude zielen)
10. Intrinsiek zijn, maar zelf niet doorhebben
11. Snel schakelen in hoofd
12. 1000 ideeën constant hebben en geen keuze maken
13. Van de Hak op de Tak gaan
14. Te snel van ene idee naar volgende idee gaan (enzovoorts; grenzeloos)
15. Keuzestress (eigenlijk geen stress maar überhaupt niet kunnen kiezen meer)
16. Mijn leven gaat met Hoge pieken en Diepe dalen
17. Alles gaat bij mij moeilijk (vind men)
18. Ik ben Te (dramaqueen)
19. Je kinderen zijn hoogbegaafd (iets met "je spiegel"..)
20. Mezelf altijd inhouden
21. Anderen gaan altijd met mijn idee ervandoor
22. 3-5 stappen verder zijn dan de ander
23. Altijd verbreden in kennis en kunde
24. Groot creatieve vermogen
25. Mensen kunnen me niet bijhouden
26. Intens voelen
27. Intens beleven
28. Altijd aanpassen
29. Anderen uitputten met mijn denkvermogen
30. Onderpresteren zodat de ander me begrijpt
31. Onderpresteren zodat ik op mijn functie kan blijven zitten
32. Zoveel informatie in het hoofd hebben dat ik het eerst bij elkaar moet rapen
33. Te ver vooruit denken waardoor de ander denkt dat ik hem/haar niet begrijp
34. Constant Schakelen om te kunnen vertragen (dat de ander mij begrijpt)

- 35. Vaak switchen in loondienst of extra 'bijklussen' met projecten etc
- 36. Autodidact zijn
- 37. Altijd op zoek naar uitdaging en nieuwe dingen leren

Nou kan ik deze lijst nog veel langer maken met mijn eigen kennis en kunde, of lijstjes van internet afhalen, maar dat wil ik niet. Ik wil namelijk echt jouw beleving ophalen en "onze taal spreken". Dus bij deze mijn vraag ook aan jou;

"wat mis jij nog op deze lijst?"

"En heb jij nog andere benamingen voor je hoogbegaafdheid?"

Laat het me weten!

Blog #42: 18 extra punten om af te vinken; Het vervolg voor de checklist voor de hoogbegaafde.

You are not alone, we are with many..

Wauw....wat een verbondenheid ontstond er n.a.v. mijn blog vorige week!

En heel eerlijk gezegd heb ik die al gevoeld voordat ik hem lanceerde...

Zoals ik vorige week beschreven heb, ontstonden er echt intense prachtige uitvoerige gesprekken in Clubhouse toen ik in 2 verschillende rooms vroeg over ieders beleving en eigen beschrijving van hun hoogbegaafdheid. Er werd gedeeld....Intens gedeeld...en dus ook samen beleefd. En dat doet zoveel merk je dan. Het geeft even het gevoel echt ergens bij te horen en samen te kunnen zijn. Het geeft herkenning en erkenning. Het geeft een diepe glimlach op ieders gezicht;



Bo Noach • 1ste 5 d ...

multipotentialite , always under construction and learning with a growth mindset.

Wat fijn deze blog zeg 😊 Dankjewel ⚡🔔Riejanneke Spruijt🔔⚡

Geweldig · ❤️ 1 | Reageren · 3 reacties



⚡🔔Riejanneke Spruijt🔔⚡ • U 4 d ...

Trainer, Coach & Mentor; Auteur Master your Balance>10...
... wat maakt het voor jou zo fijn?








Interessant | Reageren



Bo Noach • 1ste 4 d ...

multipotentialite , always under construction and learning with a growth mindset.

⚡🔔Riejanneke Spruijt🔔⚡ het is altijd fijn om te horen (of lezen) dat je niet de enige bent die deze dingen ervaart. De geeft toch een positieve boost. En ik moest hard lachen van herkenning bij sommige punten. Krijg gewoon een fijn gevoel in mijn lijf van dit. (You are not alone, we are with many)

En niet altijd is die glimlach direct aanwezig. Soms is het ook juist confronterend, of laat het echt even zien uit welk hout je gesneden bent of hoe je dit ervaren hebt in je hele leven en waar je nu staat;

“Zooo, is de lijst niet lang genoeg ⚡🔔 Riejanneke Spruijt🔔⚡ . Haha, akelig herkenbaar, dat wel.”

“Inderdaad veel herkenning, zeker bij mijn jongere zelf, ⚡🔔 Riejanneke Spruijt🔔⚡ , misschien heb ik me inmiddels te veel aangepast...”

“Ik ben er stil van...Bizar!!! Die spiegel van mijn kinderen is ook zooooo herkenbaar”

Maar...!

Zoals ik al in mijn vorige blog schreef, ik kan deze lijst nog veel langer maken...maar doe het niet! Want ik wou juist jullie aan het woord hebben. Eerst in clubhouse, en vorige week via mijn blog. En dit is gelukt!



Ik heb mij voorgenomen om meer zichtbaarheid te geven aan hoogbegaafdheid onder volwassenen, en er een podium voor te creëren om het geluid naar buiten te brengen.

Een beweging te laten ontstaan die gaat zorgen dat hoogbegaafdheid begrepen en gezien gaat worden. En hoe mooi dat dit podium nou door jullie is gepakt! Het vervuld mij met warmte en dankbaarheid.

Op meerdere kanalen is door jullie het podium gepakt en hebben jullie je laten horen. Je hebt de lijst aangevuld. En ik geef je graag het vervolg;

18 punten extra om af te vinken; Het vervolg voor de checklist voor de hoogbegaafde.

1. Pijnlijk Eerlijk zijn
2. Direct zijn

3. Op een ander bewustzijn voelen, denken, weten, doen, handelen, spreken etc
4. Weten dat iets klopt zonder het te kunnen uitleggen
5. Sterke intuïtie voor zowel situaties als intenties van mensen
6. Te veel waarom vragen stellen
7. Een laag zelfbeeld
8. Divergent (afwijkend) in denken
9. Slecht korte termijngeheugen (het 'wat kwam ik hier ook alweer doen'-verhaal)
10. Sterke focus
11. Sterk rechtvaardigheidsgevoel (extreem sterk)
12. Hyperactief of juist passief zijn
13. Onzeker zijn en daardoor geen keuzes kunnen maken
14. 'Jij maakt altijd alles zo BIG', of in die verlengde; 'Je blaast alles op'
15. Resultaatgerichtheid
16. Gedreven
17. Diverse abstractie niveaus in denken
18. Denken dat ik het dan wel verkeerd zal zien en achteraf gelijk krijgen, maar dan is het leed al geschied

Wat denk je? Is hij nu compleet? Vast niet! Dus kom maar op met je aanvullingen!

En echt; het is zo enorm waardevol voor de andere hoogbegaafde als je dit wilt delen... Het is jouw manier om bij te kunnen dragen aan het 'erbij horen'. Het gevoel thuis te komen.

Naast je aanvullingen, wil ik ook je deze vraag stellen:

WELKE VAN BOVENSTAANDE PUNTEN KOMT HET MEEST BINNEN BIJ JE?

Deel het met me!