



TOOLBOX

7 must-have tools voor het verdiepen van de band met je begaafde kind



*groter dromen
moedig durven
krachtig doen*

CONNECTIE MAKEN FUNDAMENTALS

Lieve ouder,

Je bent hier omdat je waarschijnlijk op zoek bent naar hoe je de band met je hoogbegaafde kind kan verdiepen en verstevigen.

Als opvoeder merk je dat je soms tegen dingen aanloopt in het dagelijks leven en dan wil je dit natuurlijk zo goed mogelijk oplossen het het liefst SNEL.

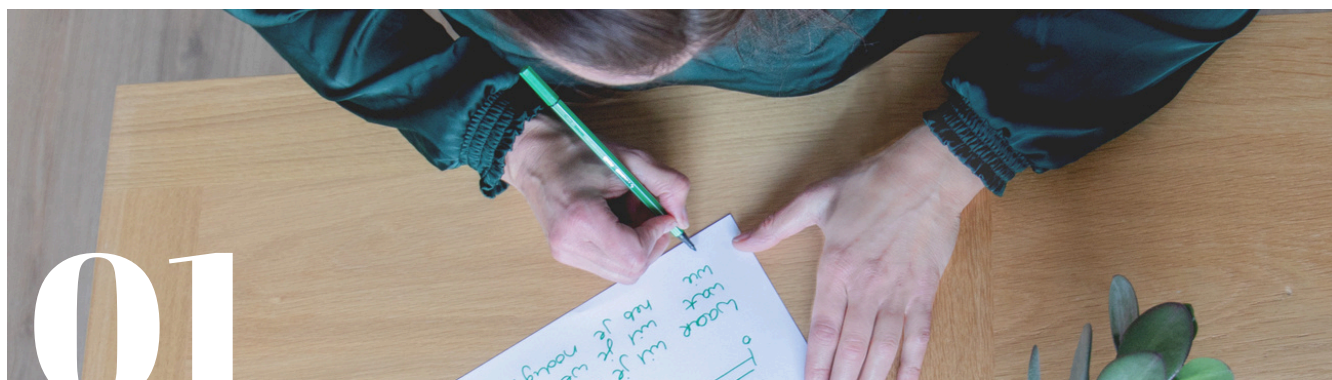
Toch is het de kunst om de tijd te nemen en je kind 'opnieuw' te leren kennen. Dit zorgt er namelijk voor dat je verdieping aan kan brengen in de band die je met je kind hebt. Je zult merken dat gesprekken veel makkelijker gaan, vanuit een dieper vertrouwen en ze zich echt gezien en gehoord voelen.

Fouten maken mag, je gaat oefenen en leren. Hierdoor zal je steeds beter worden in het maken van een echte en oprechte connectie met je kind. Succes met deze 7 tools!

*Ik help ouders van
hoogbegaafde kinderen
op een duurzame manier
zelf expert te worden van
hun eigen kind door
workshops, 1-op-1 coaching
en een online traject.*

**Annika Bessems MSc.
Gedragswetenschapper**

7 TOOLS VOOR EEN DIEPERE CONNECTIE MET JE HOOGBEGAAFDE KIND



01

MUST KNOW

Thuis gaat het niet lekker, je kind zit niet lekker in haar vel en je zoekt online naar handvatten hoe je je kind gelukkiger kunt zien. Wat ik je op voorhand wil laten weten is dat elk kind uniek is en leert, ervaart en leeft op een eigen manier.

Voor jou als ouder is het soms een enorme zoektocht hoe je het beste je kind kan begrijpen en goed kan afstemmen op zijn of haar behoeften. Het liefst had je een concrete handleiding en stappenplan hoe je zaken aan kan pakken en anders kan doen.

Over dat anders doen zijn heel veel boeken geschreven en wetenschappelijk onderbouwde artikelen te vinden. Alleen...je wilt NU aan de slag!

REMINDER: ER IS GEEN QUICK FIX.

02

UNIEK

De interesses, de talenten, de drang om te leren, nieuwsgierig zijn, dat sterke rechtvaardigheidsgevoel, alles willen weten of juist al alles weten! De humor, het fantaseren en creatieve brein dat overuren draait. Al deze eigenschappen en persoonlijke kenmerken maken je kind wie het op dit moment is. Ze zijn cruciaal voor de verdere groei van de persoonlijkheid.

- Breng deze in kaart van je eigen kind. En van jezelf! **It takes two to tango...**

03

ANDERS

Naarmate je kind opgroeit, krijgt het met verschillende mensen te maken die 'iets' van hem of haar vinden en hen (d)evalueren. Deze meningen en onuitgesproken blikken van anderen hebben invloed op de identiteitsopbouw, zelfwaardering en het zelfvertrouwen van je kind.

- Schrijf op welke 5 mensen in je omgeving een positieve impact hebben op het leven van je hoogbegaafde kind.

04

GEDRAG

Je kind kan zich gaan afzonderen van de groep, zich arrogant gedragen in de ogen van anderen, dromerig zijn of een schoolfobie ontwikkelen. Zomaar gedragingen die de buitenwereld ziet en 'labelt' als gedrag dat 'niet normaal is'. Vaak vergeet men te onderzoeken waar dit concrete gedrag dat ze zien vandaan komt en waardoor het veroorzaakt wordt. Er is altijd sprake van actie-reactie. Weet dus dat je in zo'n situatie 3 vragen kan stellen en analyseer deze 'emotieloos' als een film:

- Wat ging eraan vooraf? Schets de context feitelijk: hoe laat, waar en wat was je aan het doen;
- Welke emoties zag je bij wie?
- Wat gebeurde er daarna?

05

OORSPRONG: THEORIE

Gedrag kent **ALTIJD** een oorsprong. Een begin dat we vaak niet eens gezien hebben, omdat het in onze 'volwassen' ogen *niets* voorstelde. Voor begaafde kinderen is dit vaak niet het geval. Ze zijn zeer opmerkzaam. Belangrijk is dan om samen te onderzoeken wat er gebeurde en naar elkaar te luisteren op een open, eerlijke en nieuwsgierige manier zonder direct te oordelen. Dat vergt voor zowel jou als ouder als voor je kind oefening.

LET OP: Middenin het 'gedoe' kun je je kind met praten vaak niet bereiken, omdat het brein door emotie in de overlevingsstand schiet. Jij en je kind kunnen dan soms zelf niet bij de oplossing komen. Je kind worstelt omdat het de vaardigheden nog mist of zo op standje 100 qua emotie zit, dat wat je ook zegt niet aan komt.

06

OPDRACHT

Neem deze week de tijd om je kind 7 dagen lang te volgen. Zo ontdek je dingen die je wellicht nog nooit eerder waren opgevallen. Begin met kijken, breid dit later uit naar het stellen van goede vragen. Wees nieuwsgierig en luister open, zonder oordeel naar wat je kind te zeggen heeft.

- Wat is het ritme en tempo dat je kind volgt? Welke dagstructuur houdt je kind aan?
- Wat zie je qua spanningsboog en spanningsopbouw?
- Welke taken vindt je kind leuk om te doen en welke gaan gepaard met weerstand?
- Welke vaardigheden bezit je kind? Heeft het talenten?
- Wat doet je kind graag om rustig te worden; Wanneer voelt het zich veilig?

07

BEVINDINGEN

Kwam hetgeen je objectief gezien hebt, als feitelijkheden, als een film in beelden, overeen met jouw eigen gedachten en invulling over het gedrag van je kind?

- Waarin zaten de verschillen?
- Welke eye-openers heb je ontdekt?
- Wat ga je een volgende keer anders doen?

TIPS

- Gebruik je eigen ervaringen, spiegel je kind en vertel over hoe jij zaken hebt ervaren toen je zo oud was als je kind. Hoe ging jij ermee om en wat was helpend en niet helpend voor jou? Wat had je liever gewild dat iemand jou geleerd of meegegeven had vroeger? Gebruik dit vooral om het zelf juist anders te doen. Wees hierbij jezelf. Kids pikken meer op dan je denkt. Door in je houding en bewoording hetzelfde te zijn, ben je voorspelbaar en straal je vertrouwen uit.
- Geef informatie over hoe je jezelf voelt en gebruik daarbij de **ik-vorm**. Ik voel me moe, ik heb het druk, ik voel me geïrriteerd. Dat heeft niets met jou te maken. Ik wil even met rust gelaten worden. Zo leer je je kind dat het oké is om je soms even te voelen zoals je je voelt. Je bent dan een voorbeeld voor je kind hoe je woorden geeft aan je gevoel EN dat je een **oplossing** laat zien hoe je ermee om kan gaan.



IK BEN ANNIKA

gedragswetenschapper

Dit was een eye-opener omdat ik nu een duidelijke verklaring had waarom ik zo anders ben, waarom het bij bepaalde mensen voelt alsof ik van een andere planeet kom. En juist een warm bad is bij gelijkgestemden waar je aan een blik, gebaar of half woord genoeg hebt om samen te lachen, huilen of te filosoferen.

Tegenwoordig ben ik meer in balans, maak ik mijn eigen keuzes op basis van mijn dromen en kernwaarden zoals ik wil leven en de ideale wereld zie.

Ouders en jongeren van nu wil ik meegeven dat het oké is om anders te zijn en uit te vinden wat werkt voor jou, als persoon, in de rol van kind of ouder.

Iedereen heeft zo zijn weg te gaan. Wat ik je gun, is dat je niet hoeft te zoeken naar de juiste tools, maar ik je deze aanreik en je zelf gaat sleutelen en uitproberen wat het beste werkt voor jou. Jij bent immers zelf expert, ook al weet je het nu (nog) even niet.

Mijn eigen 'aha-moment' had 10 jaar geleden. Door mijn opleiding, en de reflectiemomenten kwam ik er achter: 'ik was er zo een'.

In de Jeugd GGZ waar ik werkte, zag ik als gedragswetenschapper en testdiagnosticus kinderen en jongeren met emotionele problemen. Kinderen en ouders waar ik de beste klik mee had, waren veelal (hoog)begaafd. Het was pas tijdens een vervolgopleiding dat ik door diverse reflectie- en onderzoeksmomenten erachter kwam waarom:

'Ik ben een HB-er'

Mijn rapporten gaven het aan, de CITO-score en een intelligentie onderzoek waren duidelijke gegevens. Creatief, sportief, muzikaal, pieken en dalen in prestaties, vanalles leuk vinden, nieuwsgierig, intens alles voelen en ervaren, hongerig brein, niet te stoppen als ik ergens vol voor ga. Lui zijn als het me uitkomt. Onzeker wanneer iets de eerste keer niet lukt...

Annika

WIL JE GECOACHT WORDEN IN HET BEGRIJPEN VAN JE BEGAAFDE KIND?

En hoe je zorgt voor een gezellige sfeer in huis met
minder discussies door een betere connectie?

Voor wie is dit gesprek?

- Ambitieuze en gedreven moeders die snel willen leren met een 'can-do' houding
- Ouders die bereid zijn nieuwe stappen te zetten die soms ongemakkelijk kunnen zijn.
- Opvoeders die willen begrijpen wat hun kind met moeilijk gedrag probeert te zeggen, die ervoor gaan om het thuis gezellig er te maken en routines anders aan te vliegen, omdat ze weten dat verandering NU nodig is.

**WORD DE GROOTSTE
CHEERLEADER VAN JE
HOOGBEGAAFDE KIND!**

VRAAG JOUW CALL AAN

Annika

BOEK JOUW GRATIS CALL

Of je nu je connectie met je kind wilt verdiepen, de discussies en uitbarstingen wilt voorkomen of expert wilt worden van je eigen kind. Wij kijken samen wat prioriteit heeft, past bij je huidige situatie en wat jouw doelen zijn!

Laten we samen uitstippelen wat bij jou en je gezin NU nodig is.

"Annika is de meest hands-on coach die er is! Naast deskundig is ze ook echt praktisch. En altijd goed bereikbaar als ik haar nodig had".



HET IS TIJD OM JE KIND DIE GELUKKIGE TOEKOMST TE GUNNEN

Ga samen de connectie verdiepen
en geniet van al het moois dat nog
gaat komen.

Are you in?

Annika

IK SPREEK JE SNEL