



De intense sensatie van excellentie

Willem Kuipers

Sinds de ontdekking van mijn eigen hoogbegaafdheid, vijf jaar geleden, ben ik actief in begeleiding en advies voor extra intelligente volwassenen op het gebied van loopbaan en werk en van ontwikkeling van identiteit.

De keuze voor het gebruik van de term eXtra intelligentie (afgekort tot Xi) kwam al vrij snel. 'Hoogbegaafd' was voor mijn gevoel bij veel mensen beladen met onvervulde verwachtingen en benauwende sjablonen, waardoor de positieve mogelijkheden weggedrukt bleven.

De definitie van Xi:

- intellectueel vaardig,
- structureel nieuwsgierig,
- autonoom,
- grenzeloos, en
- soms emotioneel onzeker

bleek voor mij en voor mijn cliënten een begaanbare weg te zijn om in contact te komen met de eigen ongewone intelligentie en de consequenties daarvan in verleden, heden en toekomst. Door dat besef in praktijk te brengen heb ik een essentiële draai in mijn loopbaan kunnen maken en ben ik dicht bij mijn kern gekomen. Die kern gaat niet alleen over mijn hoofd, mijn bijzondere intelligentie, maar ook over wat ik belangrijk vind en hoe ik mij met mijn omgeving wil verbinden, over mijn buik en over mijn hart. Er is focus ontstaan, een bundeling van wil en verlangen. Door dat te combineren met wat ik leuk vind en kan, heb ik mijn eigen vorm van excellentie gevonden. Niet omdat ik de beste moet zijn, maar omdat ik het niet kan laten om intens te leven en graag mijzelf wil zijn.

Het is mijn professie om anderen hun hoogbegaafdheid positief te leren ervaren, zodat ze hun excellentie in de wereld kunnen zetten. Dat is vervlochten met hoe ik mijn privé-leven invul. De gesprekken met cliënten helpen mij meer over het onderwerp te leren, Xi positief te benutten, mijn leven zin te geven en er veel plezier mee te hebben. Mijn gesprekken met de schaarse vakgenoten in binnen- en buitenland inspireren me, en zijn een toets voor de verdere ontwikkeling van mijn aanpak.

Persoonlijke ont - wicklung

Door een beter begrip over hoe je zelf in elkaar zit en hoe je je verhoudt tot je omgeving groeit je vermogen en acceptatie om te zijn zoals je ten diepste bent. Het door deze persoonlijke groei loslaten van de 'wikkels' om je kern, maakt je levenskracht vrij.

Voor Xi-ers, zoals ik, heeft deze gebruikelijke aanpak een extra moeilijkheidsgraad.

- Mijn persoonlijkheid is complexer dan bij normaal begaafde mensen, en mijn krachtig denkvermogen trekt vaak de aandacht van mijn voelen weg.
- Ik word gemakkelijk op het verkeerde been gezet als ik me –vanuit een normale menselijke behoefte- probeer te spiegelen aan een 'gemiddelde' omgeving.

Ik heb dus een ongewoon vermogen om niet mezelf te zijn, en houd dat met solide doordachte, beperkende overtuigingen in stand. Maar af en toe valt in een moment van helderheid en genade zo'n overtuiging om en ontdek ik weer een stuk van mijzelf.

Mijn cliënten komen met dezelfde lastigheid bij me: maar bij een ander voel ik die beperkende overtuigingen makkelijker aan dan bij mezelf. Ik heb een gave om dat aan cliënten over te brengen, zodat zij het ook zelf kunnen zien en ervaren.



Sommige overtuigingen komen mij bekend voor, van andere cliënten of van mijzelf, andere zijn nieuw. In alle gevallen brengt de ontmaskering van zo'n overtuiging een groot gevoel van opluchting en ontspanning teweeg. "Het lek is boven water." Vervolgens gaan we aan de slag om het lek te dichten: wat moet er veranderen in eigen opstelling en werkomgeving om dichterbij de eigen excellentie te komen.

Intense sensaties voor Xi-ers

Bij de start van mijn Mensa-lidmaatschap kreeg ik de brochure 'Warning, overexcitable minds ahead' waarin o.a. een artikel over Dabrowski en zijn concept van 'overexcitability' of 'overprikkelbaarheid'. Het sprak me toen niet aan.

Vorig jaar kwam ik het weer tegen en raakte er wel opgewonden van. Ik kon het inmiddels herkennen, bij mezelf en in verhalen van cliënten.

Ik realiseerde mij dat de Nederlandse term 'overprikkelbaarheid' weinig positieve uitstraling heeft. Het Engelse 'overexcitability' is wat neutraler. Daarom heb ik gekozen voor de term 'extra ontvankelijkheid' die zowel de prettige als de minder prettige aspecten dekt.

Xi-ers zijn dus niet alleen bijzonder slim, maar vaak ook zintuiglijk bijzonder gevoelig, en extra ontvankelijk voor sterke emoties of fantasieën. Of ze ervaren beweging op een zeer intense manier.

De omgeving van een Xi-er zit vaak te katten op de lastige aspecten, die er ook kunnen zijn: "stel je niet zo aan", "zit eens stil" enzovoort. Maar wie zou zijn/haar meeslepende vrolijkheid en optimisme, de verfijnde zin voor esthetiek, de ongelooflijk rijke fantasieën of de onuitputtelijke energie willen missen, die door een sterke extra ontvankelijkheid worden veroorzaakt?

Ik raad veel cliënten aan om zorgvuldiger om te gaan met hun leefomgeving en te leren zich bewust af te schermen voor lelijkheid, negatieve emoties bij anderen en fysieke stagnatie. Door jezelf in acht te nemen voor de onprettige kant, neemt je vermogen om de positieve kant te ervaren toe, met alle voordelen van dien. Het is een aspect van noodzakelijke persoonlijke hygiëne, net zoals konijn en cheetah iedere dag de tijd nemen om hun vacht te verzorgen.

Beelddenken en meervoudige intelligentie

De ontdekking van het fenomeen beelddenken heeft mijn cliënten en mij al veel vrolijke "aha's" opgeleverd. Door hun aard is het beelddenken van Xi-ers extra snel, complex en meerdimensionaal, waardoor het in een 'taal-lineaire' omgeving, zoals school of administratieve organisaties, meestal niet tot zijn recht komt.

Door beelddenker en zijn/haar omgeving beter te laten begrijpen waarin de denkstijlen verschillen en hoe ieder daar rekening mee kan houden kan de impasse doorbroken worden. Beelddenken is een gave om van te genieten, met veel potentie om innovatieve en creatieve oplossingen voor problemen te vinden.

Hoe komt het dat Xi-ers slechte school- of werkprestaties hebben, maar zich toch geheel in onze Xi-kenmerken herkennen, en daar verrast en soms ontdaan van zijn? Het citaat van Howard Gardner: "vraag niet hoe intelligent je bent, maar *hoe* je intelligent bent" was mijn sleutel om dat beter te begrijpen en uit te kunnen leggen. De kennis van Meervoudige Intelligenties geeft mij de verklaring waarom een IQ-test onvoldoende geëigend is om het vermogen voor excellentie te herkennen, of de afwezigheid ervan te bevestigen.



Voor jezelf of voor de maatschappij ?

Temperamentleer is een systematiek om de verschillen in behoeften tussen mensen te ordenen. David Keirse heeft een variant op de bekende Meyers-Briggs Temperament Indicator gemaakt, waar ik vaak gebruik van maak.

Hij onderscheidt vier hoofdgroepen die radicaal van elkaar verschillende behoeften en gedragspatronen hebben. Ik noem hier alleen de naam van de hoofdgroepen en hun ultieme rolmodel:

- Voor de Ambachtsmens is dat de Virtuoso of Meester.
- De Hoeder wil een gerespecteerd Topfiguur zijn.
- De Idealist streeft ernaar een Wijze te worden.
- De Rationalist wil het liefst een Magiër zijn.

Daarmee laat ik zien hoe verschillend de behoefte aan, en de zichtbare vorm van excellentie kan zijn. De ene vorm levert applaus op, een andere status en opties, weer een andere alleen de bevrediging van de eigenaar, of erkenning na 20 jaar. De één wil maatschappelijke waardering, de ander doet het voor zichzelf. Als je je eigen stijl volgt, krijgt je handelen meer intensiteit en kom je eerder tot excellentie.

De keuze

De kenmerken van Xi gaan over mijn eigen dagelijks gedrag. Ik bepaal zelf of die kenmerken betekenisvol voor mij zijn. Het is geen keurmerk van externe deskundigen, zoals een IQ-test, en niet beladen met impliciete en gegeneraliseerde verwachtingen. Iedere dag sta ik voor de keuze om het oude advies te volgen: "doe maar gewoon dan doe je al gek genoeg", dan wel intens te leven.

Ga ik de spanning aan om te zoeken wat voorbij de horizon ligt? Zorg ik goed voor mijn eigen ruimte en laat ik anderen niet over mijn grenzen gaan?

Het is een dagelijkse keuze of ik klaar wil staan voor nieuwe positieve ervaringen met mijn extra intelligentie: "Ik verbind mij vandaag met excellentie."

Willem Kuipers, Voorburg.

Reacties naar info@xi2.nl, zie ook www.xi2.nl.