

SLIMMERIKEN IN NOOD

Hoogintelligente volwassenen in de GGZ

Maud Kooijman - van Thiel

Ooit als hoogbegaafde volwassene in de GGZ beland? En daar bizarre, verwarrende of vernederende dingen beleefd? Diagnostische etiketten verworven waarvan je zegt: 'Hüh? Moet dat op mij slaan?' Je niet gehoord, niet gezien, niet serieus genomen en niet geholpen gevoeld? Van de regen ernstig in de drup geraakt?

Het begin

Toen ik als moeder van twee slimme kinderen geconfronteerd werd met mijn eigen hoge intelligentie, begon ik ook in mijn werk als psychotherapeut anders tegen een deel van mijn cliëntèle aan te kijken. Naast enkele evident slimme cliënten zag ik steeds vaker 'verborgen slimmeriken' - ondergedoken of ondervoede hoogintelligente cliënten.

Onder hen bevonden zich psychotische en schizofrene cliënten, maar ook manisch depressieve, narcistische en autistische cliënten. En natuurlijk ADHD-ers. Soms was die diagnose duidelijk juist en ook de behandeling volkomen terecht en adequaat. Andere keren had ik toch grote twijfels in die zin, dat ik me afvroeg of de zogenaamde ziekte niet zozeer een verzameling ongezonde symptomen betrof, maar veeleer verwees naar *aspecten* van hoge intelligentie, die weliswaar in zekere mate ontspoord of ongepolijst waren, maar in principe toch gezond en normaal.

Ik zag verborgen slimmeriken waar je ze niet zou verwachten: onder criminelen, verslaafden, daklozen, RIBW-ers en uitkeringsgerechtigden. Maar ook onder de *dropouts* van het VMBO, onder de 'stijgers' in het onderwijs (van MBO naar universiteit) en de 'dalers' (van gymnasium naar MAVO). Onder de cliënten met twaalf ambachten en dertien ongelukken, onder cliënten die telkens weer met hun leidinggevend in conflict raakten en, *last but not least*, onder de kleine zelfstandigen. Ik ben deze levenslopen 'HB-carrières' gaan noemen. Net zoals ik de gezinnen waaruit veel van deze cliënten stammen 'HB-nesten' ging noemen...

Eerste actie

Ik ervoer het gaandeweg als steeds vreemder dat mijn collega's dat alles helemaal niet leken te zien. Dat hoge intelligentie in de hulpverlening aan volwassenen helemaal geen item was, laat staan dat er kennis over voorhanden was. En laat helemáál staan dat er naar gehandeld werd. Als ik er eens voorzichtig iets van zei, werd ik meewarig aangekeken. Een enkeling werd argwanend en vroeg waar ik 'eigenlijk mee bezig' was. Anderen lachten zenuwachtig en vroegen of ik dan soms zo slim was en zij dan 'dus' zo dom.

Na jaren van verbazing, verwarring en uiteindelijk ongerustheid en verontwaardiging koos ik ervoor om de niet-herkende hoogintelligente cliënten in elk geval voor henzelf en ook voor mij een gezicht te geven. Te luisteren naar wat hun ervaringen met hun hoge intelligentie waren, waar zij vastliepen en hoe zij zichzelf probeerden te redden in dit leven. Ik leerde veel over hoe hoge intelligentie in elkaar steekt, wat de valkuilen zijn

en hoe je er handiger mee om kunt gaan. Aanvankelijk kon ik daar nauwelijks met collega's over praten om zodoende mijn inzichten aan te scherpen. Uiteindelijk vond ik in enkele Mensalen een klankbord. Ik begon een eigen vrijevestigde praktijk voor hoogintelligente (jong)volwassenen. En... het liep storm!

Diagnostiek

Betrouwbare statistische gegevens heb ik niet - want er is nog nooit onderzoek naar gedaan - maar mijn stellige indruk is dat 5 à 10% van de cliënten in de GGZ hoogintelligent is. Het zijn er in elk geval beslist méér dan de 2% die je zou verwachten op grond van de verdeling van IQ's over de totale bevolking. Misschien ook weer niet zo heel erg vreemd, immers, *laag*intelligente mensen zijn in de GGZ ook oververtegenwoordigd. In beide gevallen gaat het om mensen die niet tot de middelmaat behoren en alleen al daarom onderhevig zijn aan onbegrip en onheuse bejegening.

Weer wél vreemd is, dat lage intelligentie in de DSM uitgebreid genoemd wordt, terwijl hoge intelligentie alleen in de diagnose 'Asperger' naar voren komt. Ik wil beslist niet de indruk wekken dat hoge intelligentie iets ziekelijks is, maar naar mijn idee leidt 'ontsporende' hoge intelligentie tot een heel speciaal samenstel van 'symptomen'. De gangbare praktijk is dat deze symptomen meestal slechts apart waargenomen worden en apart geëtiketteerd, waarbij de ene hulpverlener het ene aspect ziet en de andere hulpverlener het andere. Niet veel hulpverleners overzien alle facetten van deze 'ongepolijste diamant'.

Wat ik echter veel erger vond was dat ik - en uiteindelijk ben ik daar niet meer bescheiden in - nogal wat mis-, over- en onderdiagnostiek heb gezien. Ik heb mij verbaasd over naar mijn smaak totaal verkeerde etiketten, over gemiste ernstige diagnoses (hoogintelligente mensen zijn soms lang in staat om echte problemen te verhullen - zij hebben daartoe veel in huis) en over de soms hele reeksen van achtereenvolgende diagnoses waarmee cliënten opgescheept waren, terwijl zij - wederom naar mijn smaak - gewoon worstelden met het hanteren van hun hoge intelligentie. Onlangs kreeg ik een recente Amerikaanse publicatie* onder ogen, die tot mijn grote verbazing en voldoening nagenoeg alles bevestigde wat ik hier in Nederland inmiddels had gezien.

Behandeling

Wat ik in het kielzog van genoemde constateringens vervolgens namelijk zag was dat veel behandelingen dus totaal geen effect hadden. Niet alleen omdat de diagnose niet (helemaal) juist was, maar ook omdat onvoldoende werd beseft dat hoge intelligentie een onvervreemdbaar onderdeel is van iemands persoonlijkheid. Hoge intelligentie sijpelt in alle aspecten van iemands leven door: in het cognitieve functioneren, in het emotionele functioneren en in de zingevingstrategieën. Het is verweven in het gehele neurale systeem - en dat van de geboorte af aan! Je kunt de hoge intelligentie niet loskoppelen van de persoon die daarmee behept is, terwijl dat precies is wat in de huidige GGZ maar al te vaak gebeurt. Hulpverleners zeggen dan dat de hoge intelligentie 'er niet toe doet'. Het is als de verkoper die zegt dat iemands lengte bij het bepalen van de broekmaat niet van belang is.

Ook zag ik dat sommige behandelingen expliciet niet geschikt leken voor veel hoogintelligente cliënten. Zo kijken nogal wat hoogintelligente cliënten dwars door allerlei gedragstherapeutische, 'enkelvoudige' oefeningen heen. Die zijn voor hen te simpel, te doorzichtig en worden dus als waardeloos ervaren of afgedaan. Soms uit

zich dat in een 'spelen met de therapeut' - de hoogintelligente client werkt ogenschijnlijk wel mee, maar laat zich niet raken, of - nog erger - neemt het roer volledig over. Anderzijds heb ik ook hoogintelligente clienten gezien die een jarenlange, complexe psychoanalyse achter de rug hadden en daarin alleen nog maar verder van huis waren geraakt. Zij waren verdwaald in allerlei super-cognitieve en super-logische krochten en hadden daarmee het contact met andere mensen en met het leven buiten henzelf volledig verloren. Ook groepstherapieën zijn lang niet altijd geschikt voor hoogintelligente mensen: zij weten in groepen uitstekend onder te duiken. Groepstherapieën waarin meerdere (maar niet uitsluitend) hoogintelligente mensen figureren zijn daarentegen weer wél geschikt. Waarbij hoogintelligente mensen naar mijn mening nooit *direct* in een groep gezet mogen worden, maar eerst individueel op het stuk van hun hoge intelligentie wat weerbaarder moeten worden. Mijn ervaring is eigenlijk dat de categorie clienten waarover ik het hier heb met name gebaat is bij hedendaagse vormen van Rogeriaanse psychotherapie, (thans bekend onder de naam clientgerichte psychotherapie), waarin zowel *intrapersoonlijke*, als *interpersoonlijke* elementen een plaats hebben. En dit geldt óók voor die clienten van wie gezegd wordt dat zij daar te chaotisch, te rand-psychotisch of te ego-zwak voor zijn. De laatsten worden door psychoanalytisch georiënteerde therapeuten niet eens in behandeling genomen. Tenslotte ben ik van mening dat hoogintelligente clienten naast verbale therapie eigenlijk *altijd* non-verbale therapie moeten volgen, zoals creatieve, muziek-, drama- of psychomotore therapie.

Anders

Wat doe ik als psychotherapeut met hoogintelligente clienten ánders dan mijn collega's? En dan heb ik het ook over de evident slimme, niet ondervoede, niet onderpresterende, maar 'erkende' hoogbegaafde clienten!

Om te beginnen geef ik heel veel psycho-educatie over hoge intelligentie. Ik weef dat in mijn gewone therapie in, wijs clienten overal waar dat opduikt op de aspecten van hun hoge intelligentie, op de gevolgen ervan en hoe zij erin vastgelopen zijn. Waar er naast de hoge intelligentie ook echt sprake is van een psychische stoornis haal ik de verschijnselen van de stoornis en die van de hoge intelligentie grondig uit elkaar - wát komt door wát? Voorts zal ik het verstand nooit denigrerend afdoen, maar erkennen als belangrijkste helper. Zeggen namelijk, dat een hoogintelligente client 'zijn verstand maar eens even uit moet zetten en eerst maar eens op zoek moet gaan naar zijn gevoel', is hetzelfde als iemand van armen en benen ontdoen en hem vervolgens in het zwembad kieperen om te leren zwemmen. Veel hoogintelligente mensen, tenslotte, zijn beelddenkers die op school het denken in beelden (schilderijen, scènes, meerdimensionale structuren) hebben afgeleerd. Terwijl dat juist een bijzonder handig instrument is om hoge intelligentie hanteerbaar te maken, omdat het 'kadert' en toch 'holistisch' is. Ik probeer dat dan ook nieuw leven in te blazen. Maar misschien is het belangrijkste nog wel dat ik met hoogintelligente clienten expliciet op zoek ga naar de humor en de creativiteit die onderdeel zijn van hoge intelligentie, maar die door allerlei onbegrip en wanbejegening vaak volledig zijn ondergesneeuwd.

Ik mag wel zeggen dat het op deze manier zeer dankbaar werken is. Enerzijds kan ik bij 'erkende' hoogbegaafden bijzonder genieten van de effecten van een op de hoge begaafdheid toegespitste werkwijze. Anderzijds kan het mij enorm ontroeren om ondervoede en ondergedoken hoogintelligente mensen te zien ontwaken, hen op krachten en 'uit de kast' te zien komen - te zien dat zij plezier krijgen in hun hoge

intelligentie en de valkuilen daarvan steeds beter weten te omzeilen. Ik hoop er nog lang mee door te mogen gaan, onderwijl collega's te enthousiasmeren en - wie weet - bij te scholen.

Reacties zijn welkom op post@oya-psychotherapie.nl

- * Webb, J.T. et al., *Misdiagnosis and dual diagnosis of gifted children and adults*. Scottsdale, Arizona: Great Potential Press, Inc. 2005