

# Ben ik hoogbegaafd of niet?



*Hoogbegaafdheid wordt nogal eens besproken als een kwestie van alles-of-niets. Dat is niet zo – in feite is begaafdheid iets dat er meer of minder kan zijn en is hoogbegaafdheid een relatief begrip. Meestal willen mensen hier meer over weten omdat ze ervaren dat ze vaak niet worden begrepen door voor hen belangrijke anderen. Als je vermoedt dat je hoogbegaafd bent, dan zou deze vraag bij je kunnen opkomen: Kan, wil of moet ik dat dan bewijzen, bijvoorbeeld met een IQ-test? Op die vraag is geen voor iedereen gelijk antwoord te geven. In dit leaflet geven we informatie zodat je zelf een afweging kunt maken en tot een goede keuze kunt komen.*

## Hoogbegaafdheid en intelligentietests

Er zijn honderden definities en omschrijvingen van hoogbegaafdheid. In allemaal komt het hebben van een hoge intelligentie voor. De meeste geven ook aan dat hoogbegaafdheid meer is dan een hoge intelligentie alleen. Bij het IHBV hanteren we de omschrijving die in 2008 door een panel van twintig Nederlandse deskundigen is opgesteld:

*Een snelle en slimme denker, die complexe zaken aankan. Autonom, nieuwsgierig en gedreven van aard. Een sensitief en emotioneel mens, intens levend. Hij of zij schept plezier in creëren. (Delphimodel Hoogbegaafdheid – Kooijman - van Thiel, M. (red.). Hoogbegaafd, dat zie je zó! 2008)*

Natuurlijk komen deze eigenschappen ook voor bij andere mensen. Hoogbegaafdheid wordt in deze omschrijving gezien een totaalpakket van duidelijk op de voorgrond tredende eigenschappen.

Er is nog geen test ontwikkeld die hoogbegaafdheid op basis van deze kenschets kan meten. Wél te meten is de algemene intelligentie, ook wel cognitieve intelligentie genoemd, al is daar binnen de psychologie ook wel kritiek op. Intelligentietests vormen tot nu toe de enige praktische methode om de intellectuele capaciteiten van mensen in kaart te brengen.

Er zijn verschillende tests ontwikkeld om intelligentie te meten, die meestal bestaan uit verschillende soorten opgaven die een beroep doen op onder andere het redeneervermogen en (ruimtelijk) inzicht. Zulke tests leveren een score op die in de wandelgangen IQ (intelligentiequotiënt) wordt genoemd. Vaak wordt voor hoogbegaafdheid de grens gehanteerd dat je een score moet hebben gehaald die hoger is dan die van 98% van de bevolking ('boven het 98e percentiel'). Het is vrijwel uitgesloten om bij toeval zo'n hoge score te halen. Wel komt het voor dat mensen door bijv. faalangst een lagere score halen dan eigenlijk bij hen past.

## De afweging: wel of geen test maken?

Een IQ mag dan relatief makkelijk te bepalen zijn, het is niet zo eenvoudig om 'hard' vast te stellen of je hoogbegaafd bent of niet omdat de andere factoren moeilijk of in het geheel niet meetbaar zijn. Als je jezelf herkent in de hierboven aangehaalde omschrijving, dan is dat een sterke indicatie. Heb je, om welke reden dan ook, behoefte aan meer zekerheid, dan kun je overwegen om een IQ-test te doen. In Nederland wordt voor volwassenen tegenwoordig meestal de WAIS IV gebruikt. Dit is een individuele test die door een hiervoor gekwalificeerd persoon moet worden

afgenomen. De kosten hiervan kunnen in de honderden euro's lopen. Een goedkoop alternatief is de groepsgewijs afgenomen test van de vereniging Mensa Nederland. We horen van veel mensen dat hun hoge score op een IQ-test voor hen geruststellend was doordat ze nu veel minder twijfelen aan hun verstandelijke vermogens. Er zijn echter ook mensen die de test doen en dan net niet boven de 98% scoren. Die gaan soms juist aan zichzelf twijfelen, terwijl ze toch overduidelijk heel intelligent zijn. Belangrijk is dat je bedenkt waarom je zo'n test zou willen doen. En dat je afweegt wat voor jou de voor- en nadelen zijn van het maken van een test en van het krijgen van de uitslag (die verschillende kanten op kan gaan).

## Aanbevelingen

- Wanneer je jezelf herkent in de kenmerken van hoogbegaafdheid, zoals bijvoorbeeld in het Delphimodel Hoogbegaafdheid, ga daar dan eerst mee aan de slag om jezelf beter te leren kennen.
- Als je je afvraagt of datgene waar je in het dagelijks leven tegenaan loopt te maken heeft met hoogbegaafdheid, kun je veel baat hebben bij het lezen van artikelen en boeken over hoogbegaafdheid en bij het bezoeken van bijeenkomsten waar je (andere) hoogbegaafden kunt ontmoeten. Ook als je je IQ niet weet, ben je welkom bij de HB-Café's van het IHBV en op [www.hb-forum.nl](http://www.hb-forum.nl)
- Overweeg je een IQ-test te doen, realiseer je dan dat zo'n test maar een beperkt onderdeel van je capaciteiten meet. Denk ook na over de gevolgen die de uitslag voor jou zou kunnen hebben.
- Oefen op internet met IQ-tests. Hoewel dat meestal geen gevalideerde tests zijn, kan het oefenen je helpen om eventuele faalangst te overwinnen en een indruk te krijgen van wat je te wachten staat. Voorbeeld: de Mensa-thuistest (zie: [www.mensa.nl](http://www.mensa.nl))
- Ook als je (nog) geen hard bewijs hebt van een hoog IQ, kun je hoogbegaafd zijn. Het gaat niet om het getal, maar om meer kennis over jezelf en hoe jij gelukkig kunt worden.
- Kom je er niet uit, dan kun je gesprekken voeren met een coach of counselor die ervaring heeft in het werken met hoogbegaafde mensen. Samen kom je tot een beter onderbouwde keuze.
- Ga je een IQ-test laten doen, kies dan voor een deskundige die zich in hoogbegaafdheid heeft verdiept.