

Bron URL : <https://www.specialisthoogbegaafdheid.nl/werken-hb-kifd/zintuiglijke-gevoeligheid/>

Auteur : Merel Sprong  
Bedrijf auteur : [www.onderwijsmetstijl.nl](http://www.onderwijsmetstijl.nl)

*Onze artikelen worden geschreven om te delen, maar wel graag met bronvermelding. Wij hopen met onze informatie én dienstverlening zoveel mogelijk mensen in het onderwijs te helpen met passend onderwijs realiseren voor alle (hoog)begaafde leerlingen.*



## Talentontwikkeling: Zintuiglijke Gevoeligheid

*Dit is deel 2 in een serie van 5 over de gevoeligheden van hoogbegaafde leerlingen. (deel 1 ging over de emotionele gevoeligheid: <https://www.specialisthoogbegaafdheid.nl/werken-hb-kids/emotionele-gevoeligheid/>)*

*De basis voor deze artikelen is de theorie van Dabrowski. Hoogbegaafden mensen staan volgens Dabrowski gemiddeld gezien meer open voor prikkels. Bij jonge kinderen zou het voorkomen van dit soort gevoeligheden een goede voorspeller zijn van hoogbegaafdheid.*

*Hij heeft vijf gevoeligheden benoemd: de emotionele, zintuiglijke, psychomotorische, intellectuele en fantasievolle gevoeligheid. In deze artikelen worden ze ook in deze volgorde behandeld.*

*Elk artikel start met wat algemene punten over de gevoeligheden. Daarna wordt aandacht besteed aan één van de vijf gevoeligheden: wat is het, wat is het talent, wat kan er in de weg zitten, wat kun je ermee op school.*

## Goed om te weten over de gevoeligheden

Er zijn een paar algemene punten die ik op een rij wil zetten over deze theorie:

- **De gevoeligheden zijn nadrukkelijk GEEN last.** Ze zijn er, net als je haarkleur of je voorkeuren wat betreft eten. Natuurlijk kan het zo zijn dat de persoon zelf of zijn omgeving er last aan ondervindt. Maar de gevoeligheden zijn niet standaard gekoppeld aan problemen.
- **De gevoeligheden hebben het in zich om een talent te zijn.** In potentie is er een mooie eigenschap aanwezig. En zoals dat met potentie gaat, deze kan tot uiting komen of niet. Iemand met zeer goede coördinatie en lenigheid kan in potentie wellicht een profvoetballer worden. Maar zolang er geen bal wordt aangeraakt, komt dit niet tot uiting.
- **De gevoeligheden kunnen tot intensief gedrag leiden.** Let op: intensief/heftig als je gaat vergelijken met anderen! Op school en in onze cultuur is zelfbeheersing belangrijk, en ook jezelf aanpassen aan de groep waarderen wij. Hierdoor kunnen leerlingen die intensief gedrag vertonen onrijp lijken. Wellicht denkt de omgeving zelfs aan een stoornis bij het observeren van het gedrag.
- **Ontspanning kun je alleen bieden wanneer er sprake is van overprikkeling.** Er wordt regelmatig gedacht dat kinderen met gevoeligheden *altijd* behoefte hebben aan rust, een prikkelarme omgevingen. Dit hoeft helemaal niet zo te zijn. Pas als iemand overprikkeld is, is het goed om te kijken hoe er weer ontspannen kan worden. Bijvoorbeeld door prikkels weg te nemen. In andere situaties kunnen prikkels juist stimulerend werken.

## Wat is zintuiglijke gevoeligheid?

Bij iemand met zintuiglijke gevoeligheid worden de zintuiglijke prikkels intenser beleefd. Het meest bekende voorbeeld is het labeltje in kleding dat bij sommigen voor grote irritatie kan zorgen. In deze situatie gaat het om prikkels via onze tastzin (zenuwuiteinden in onze huid). Maar waarnemingen via de andere zintuigen kunnen voor net zo'n intense beleving zorgen. Daarbij hoeft het lang niet altijd om negatieve ervaringen te gaan: de intensiteit kan ook als zeer positief ervaren worden. Denk aan het luisteren naar muziek of het proeven van een lekker gerecht.

## Wat is het talent van zintuiglijke gevoeligheid?

Zoals hierboven al genoemd is, kunnen mensen die daar gevoelig voor zijn intens genieten van zintuiglijke prikkels. En ergens van genieten kan op zichzelf natuurlijk al een erg prettig aspect zijn in het leven.

**Daarnaast is het mogelijk om eerder te signaleren dat er iets niet in orde**

**is.** Het kleinste verschil in geluid, licht, smaak of gezichtsuitdrukkingen kan een signaal zijn dat opgepikt en onderzocht kan worden op gevaar. Dit talent lijkt wellicht iets wat vooral vroeger van waarde was, toen we nog rondtrokken als jagers en verzamelaars. Toch is dit niet iets om te onderschatten. Lange tijd in TI-licht zitten en een aantal veelgebruikte zonnebrandcrèmes, waar mensen met zintuiglijke gevoeligheid last van kunnen hebben, blijken nu bijvoorbeeld ook niet zo goed voor de gemiddelde mens.

**Het is ook mogelijk om de nuanceverschillen die mensen met intense prikkelverwerking kunnen waarnemen in te zetten in een creatief proces.**

De waarnemingen van deze mensen maken het mogelijk om op een complexer niveau producten te maken of oplossingen te bedenken. Denk aan gerechten, textiel, een goed verlichtingsplan, kleurschema's of parfum.

## **Wat kan er in de weg zitten?**

**Het intens beleven van zintuiglijke prikkels kan veel aandacht opslurpen.**

Wanneer je langdurig jeuk, galmend geluid, stukjes in het eten of vieze lichaamsgeurtjes waarneemt dan kost dit energie. Iedereen heeft wel eens een laag energieniveau en voelt zich daarbij overprikkeld. Daar voelen we ons lang niet altijd prettig bij. Ervaar je zintuiglijke prikkels als vervelend, dan is de kans groot dat dat invloed heeft op je gemoed.

**In de klas kan dit soms leiden tot situaties waarbij we geconfronteerd worden met kinderen die dwars gedrag vertonen naar aanleiding van de overdaad aan prikkels die ze te verwerken krijgen.** Denk aan niet mee willen naar het speellokaal vanwege het geluid, of daar de hele tijd hun handen op hun oren houden. Of aan kinderen die klagen over een bepaalde zitplek in de klas omdat daar de airco te horen is. Of die geen hand willen geven aan iemand met zweethanden of veel eelt. Het wordt helaas lang niet altijd duidelijk waarom deze kinderen zich zo dwars gedragen en dat kan verwarrende situaties opleveren.

## **Wat kun je op school bieden om dit talent te ondersteunen?**

Leerlingen met een zintuiglijke gevoeligheid kunnen we aandacht geven door nieuwsgierig te zijn naar de nuances die ze waarnemen en ze deze te laten gebruiken in hun eigen creaties.

Laat deze kinderen:

- **Merken dat je hun extreme zintuiglijke gevoeligheid accepteert en dat je je best wilt doen om hier rekening mee te houden.** Dit betekent niet dat je alles moet doen om prikkels te voorkomen. Dat is niet haalbaar en ook niet handig voor het kind zelf. Vergeet niet dat het feit dat prikkels intenser binnenkomen niet betekent dat dit automatisch slecht is.

- **Ontdekken dat niet iedereen op dezelfde manier zijn omgeving beleeft.** Het is een groot inzicht voor kinderen om te ontdekken dat niet iedereen dezelfde zintuiglijke prikkels verwerkt. Zoals gezegd: smaken verschillen.
- **Zelf meedenken in oplossingen zodra er een probleem ontstaat rondom zintuiglijke prikkels.** Zo leren kinderen zelfredzaam te zijn op dit gebied. Door dit te doen komen ze hoogstwaarschijnlijk (als ze rustig zijn) met oplossingen die ze zelf ook prettig vinden. Zo kan het niet aantrekken van een nieuwe trui in jouw ogen een probleem lijken omdat het koud is. Misschien verzint de leerling wel dat hij gewoon zijn jas aantrekt.
- **Bij elk project of thema iets bewust zintuiglijk waarnemen.** Maak ruimte voor nieuwe ontdekkingen zodat er geen angst voor het onbekende ontstaat. Denk aan echte materialen op de thematafel die de kinderen mogen aanraken, iets wat doorgegeven mag worden in de kring, bij handvaardigheid met lijm/klein/schuurpapier werken, het proeven van verschillende specerijen en het luisteren naar toepasselijke muziek of dierengeluiden. Leuk voor *alle* kinderen en natuurlijk hoeft niet alles prettig te voelen, een korte aanraking met iets dat je niet prettig vindt is ook een interessante ontdekking.
- **Een rol spelen bij het voorbereiden en uitvoeren van zintuiglijke activiteiten.** Denk aan koken en het proeven van eten, het maken van een blote-voeten-pad, voeldozen, een geurquiz of een muziek/dans/yogales.
- **Breidt de woordenschat voor zintuiglijke waarneming uit.** Bespreek kleuren, geuren, licht, smaken, geluiden en gevoel (niet de emotionele variant) met elkaar. Help de kinderen hun ervaringen onder woorden te brengen. Maak bijvoorbeeld een klassenwoordenboek met woorden die bij de vijf zintuigen passen.

*Heb jij nog meer ideeën over passende activiteiten? Dan zouden wij het erg leuk vinden als je een reactie onder dit blog wilt plaatsen. Zo inspireren we elkaar tot nog meer talentontwikkeling!*

## Niks missen?

Vind je ons blog interessant en wil je meer verhelderende en/of praktische informatie ontvangen? Schrijf je dan in voor onze nieuwsbrief: <http://eepurl.com/c2mUFj>