




Faalangstreductie

Wanneer je nauwelijks moeite of inspanning hebt hoeven te leveren en je zelden tegen uitdagingen bent aangelopen, kan het heel moeilijk zijn wanneer je hier opeens wel mee te maken krijgt. Hoogbegaafde kinderen worden vaak al in de kleuterklas geacht te presteren op een niveau dat ver beneden hun eigen niveau ligt. Ze krijgen vaak complimentjes voor dingen die ze al kunnen, maar ze leren nauwelijks om door te zetten wanneer het lastig wordt. Ze ontvangen voornamelijk complimentjes voor hun prestatie, in plaats van op de inspanning.

Veel kinderen leren automatisch, ze doen moeite om iets te bereiken. Bij hoogbegaafde kinderen moet hier actief aan worden gewerkt. Op latere leeftijd weten ze vaak niet hoe ze moeten leren of een nieuwe vaardigheid kunnen inoefenen, omdat ze dit van kleins af aan niet gewend zijn. Ze doen de dingen die ze al kunnen en ontwijken hetgeen wat moeilijk lijkt. Faalangst is de angst om te falen en kan op verschillende gebieden voorkomen. Het komt vaak voor in combinatie met verschillende typen hoogbegaafdheid. De onderduikende hoogbegaafde wil bijvoorbeeld niet opvallen en kiest liever voor de taken waarvan ze zeker weten dat ze dit aankunnen (passieve faalangst). De zelfsturende autonoom is het vaak gewend om alles in één keer te kunnen en legt de lat hierdoor voor zichzelf erg hoog. Het is voor hun nooit goed genoeg (actieve faalangst). Dit kan zorgen voor veel spanning en onzekerheid.

Tijdens de coachende begeleiding gaan we leren om te gaan met faalangst, dat fouten maken mag en dat situaties vermijden geen zin heeft. De leerkuil komt aan bod en de kwaliteiten van het kind worden naar boven gehaald. Er worden ook tips voor thuis meegegeven.

Hierbij werken we aan de volgende doelen:

-  Samen op zoek gaan naar de intrinsieke motivatie om te leren en dit leren toe te passen in het onderwijs.
-  Beter leren te ontspannen en het vergroten van assertiviteit en het zelfvertrouwen.
-  Het verminderen van faalangstige gedachten (vaardigheden ontwikkelen om op een effectieve manier met angst om te gaan).