

ONDERWIJS

Het Olympus College in Arnhem biedt als een van de weinige scholen in Nederland hoogbegaafde tieners specifiek op hen gericht onderwijs. Het nieuwste onderdeel: gedachtentraining.

Hoogbegaafden leren hun geest kennen

Olympus biedt honk en coach

Hoogbegaafde leerlingen van het Olympus College in Arnhem volgen sinds enkele weken een training mindfulness. „Het is ongebruikelijk, maar heel mooi.”



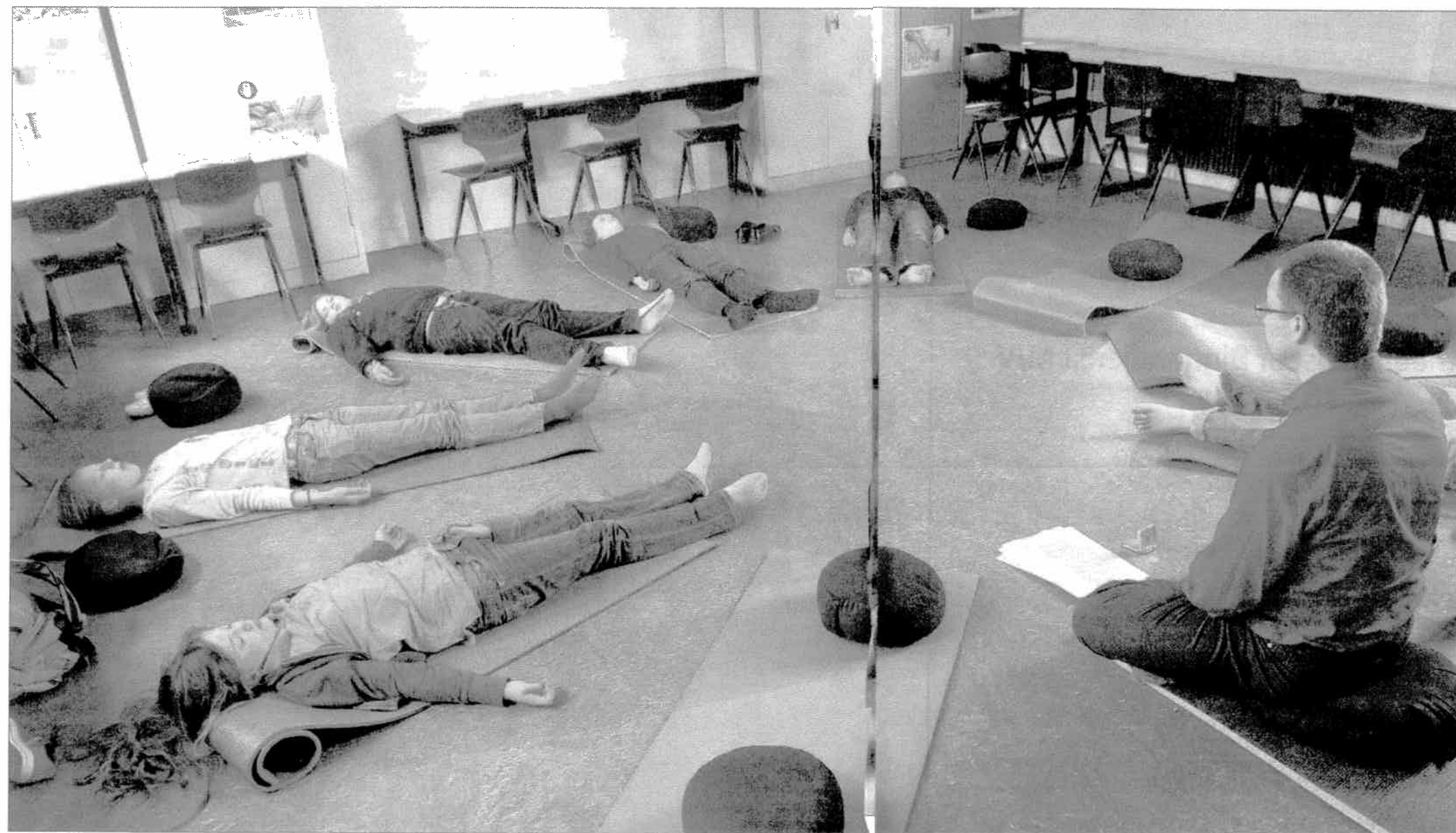
door
Leon van Wijngaarden

leon.van.wijngaarden@gelderlander.nl

Ze heeft in de meivakantie elke dag gemediteerd, zegt een meisje als ze het lokaal van het Olympus College in Arnhem binnenkomt. Docent Erik van den Berg zit al klaar, in lotushouding. „'s Ochtends en 's avonds.' Aanmoediging heeft het groepje hoogbegaafde leerlingen van Opus niet nodig. Kort nadat Van den Berg een bodyscan heeft aangekondigd, liggen ze in diepe rust op hun matje, luisterend naar zijn aanwijzingen. De vierde les mindfulness is begonnen.

Het is bijzonder, deze vorm van geestelijke training op de middelbare school. Dat erkent Erna Terpstra. Ze geeft leiding aan de speciale opleiding voor hoogbegaafde kinderen van het Olympus College in Arnhem-Zuid. „Het is ongebruikelijk, maar ik vind het heel mooi. De kinderen leren dat ze dingen zelf kunnen oplossen.”

Dat besef dragen tieners met een bovengemiddelde intelligentie niet vanzelfsprekend bij zich. „Juist niet.” De meeste Opus-leerlingen hebben in hun vroege jeugd 'een beschadiging' opgelopen, stelt ze. „Ik heb een leerling die als 3-jarige al kon lezen en schrijven. Ze kwam op de basisschool en de juf zei: 'je mag dat niet'. Met andere woor-



Erik van den Berg leidt een sessie gedachtentraining met leerlingen van het Olympus College.

foto Marc Pluim

den: je doet het niet goed. Maar ze doet het wél goed, alleen eerder.” Van den Berg, zelf vader van een hoogbegaafde zoon, heeft ook zo zijn ideeën. „Een gemiddeld kind van een jaar of 4 merkt dat 'ie iets niet kan en probeert dat op te lossen. Die leerprikkel heeft een hoogbegaafde pas veel later, omdat

zo'n kind alles eerst zo makkelijk afdraait. Hierdoor leert hij minder goed omgaan met frustraties.” Hoogbegaafde kinderen zijn als gevolg van dit soort ervaringen vaak onzeker. De communicatie met leerlingen met een gemiddelde intelligentie loopt niet altijd even soepel. Niet voor niets hebben de

bollebozen een eigen honk in een zijvleugel van het Olympus. Mindfulness wordt vaak gezien als zweverig. Het is volgens Van den Berg niets anders dan je geest leren kennen. De techniek heeft z'n oorsprong in het boeddhisme, maar wordt vanwege de praktische mogelijkheden ook in het westen me-

‘Een leerling kon als 3-jarige al lezen en schrijven. Ze kwam op de basisschool en de juf zei: je mag dat niet’

Erna Terpstra, opleiding hoogbegaafden Olympus College

‘Merk op wat je op kunt merken. Is er spanning, voel je je pezen? Ook als je niets opmerkt, is het oké’

Erik van den Berg, docent mindfulness

ARNHEM - Hoogbegaafde leerlingen van Opus krijgen een persoonlijke coach. Ze kunnen daarnaast beschikken over een eigen honk in een vleugel van het Olympus College in Arnhem.

De opleiding voor hoogbegaafden van het Olympus, bijna uniek in Nederland, draait bijna drie jaar en slaat aan. De twintig beschikbare plaatsen in de brugklas voor komend schooljaar zijn vol. Alleen in het tweede leerjaar zijn nog wat plaatsen.

„We krijgen van alles binnen”, zegt hoofd van de opleiding Erna Terpstra. „Laatst nog een 9-jarige uit Amsterdam. Je blijft je verbazen dat zo'n meisje in zo'n grote stad nergens terecht kan.”

De Opus-leerlingen volgen een opleiding op vwo-niveau, met de mogelijkheid daarnaast les te krijgen in klassieke talen. Hun urenpakket is ingedikt, waardoor ruimte ontstaat voor aanvullende activiteiten waaronder Chinees, maar ook koken en schaken.

www.olympuscollege.nl

Hoogbegaafd

- Hoogbegaafdheid staat voor **uitzonderlijke intelligentie**. Deze personen leren makkelijk, maar kunnen ook uitblinken in **creativiteit en motivatie**.
- Belangrijke graadmeter voor hoogbegaafdheid is de IQ-test. De uitkomst, je intelligentiecoëfficiënt, moet dan hoger zijn dan **130**.
- Het zit in je **genen**, maar ook de **omgeving** waarin je opgroeit bepaalt mede of hoogbegaafdheid er ook uit komt.
- **Pharos** is opgericht door ouders van hoogbegaafde kinderen in Nederland. De vereniging telt zo'n **200 leden**.

Bron: Wikipedia

disch erkend als middel om onder meer depressiviteit te bestrijden. „Veel van deze kinderen hebben last van faalangst,” zegt de trainer. „De ene helt zet zich erin vast, de andere sluit alle gevoel buiten. In beide gevallen wordt het alleen maar erger.” De oplossing, doceert Van den Berg, is herkenning. Vaststellen dat je kampt met examenvrees, of woede, of wat dan ook. Maar ook

het besef dat elk mens daar last van heeft. Je moet dus oefenen om gevoelens een plaats te geven. De bodyscan voert de leerlingen intussen naar alle delen van hun lichaam. Zelfs de binnenkomst van de fotograaf kan het proces niet verstoren. „Merk op wat je daar op kunt merken”, zegt Van den Berg. „Is er spanning, voel je je pezen? Ook als je niets opmerkt, is het oké.”