

Expertrapport: Stigma en Zelfstigma rond Hoogbegaafdheid – Een Analyse van Literatuur en Praktijk

Dit rapport biedt een diepgaande analyse van het stigma en zelfstigma geassocieerd met hoogbegaafdheid, gebaseerd op een synthese van academische literatuur en ervaringsgerichte praktijkonderzoeken. Het doel is het definiëren van de aard, de prevalentie, de psychologische gevolgen en de systemische uitingen van deze stigmatisering, en een vergelijking te trekken met andere neurodiverse labels.

1. Conceptualisering van Stigma en de Hoogbegaafdheidsparadox

Het verschijnsel stigma rond hoogbegaafdheid ontstaat vanuit de perceptie van 'anders-zijn', een fenomeen dat optreedt wanneer een individu zijn hoofd boven het maaiveld uitsteekt.¹ Hoogbegaafdheid is in essentie geen aandoening of beperking, maar het afwijkende karakter van de capaciteiten en behoeften maakt het vatbaar voor negatieve sociale labeling.¹

1.1 Definitie en Vormen van Stigma rond Hoogbegaafdheid

Stigma wordt in klinische psychologie gedefinieerd als een 'sterk negatief label dat mensen die 'anders' zijn 'opgeplakt' krijgen'.¹ Binnen dit kader is een fundamenteel onderscheid te maken tussen twee vormen:

1. **Publiek Stigma:** De negatieve opvattingen, vooroordelen en discriminerende gedragingen die de samenleving hanteert ten opzichte van hoogbegaafde individuen.
2. **Zelfstigma:** De internalisatie van dit negatieve publieke stigma. Individen die regelmatig negatief worden bejegend, kunnen de negatieve etiketten op zichzelf betrekken, leidend tot gedachten als: "Misschien ben ik wel gewoon dom of gek".¹ Dit internalisatieproces is

pijnlijk en diep gevoeld.¹

De angst voor deze stigmatisering is een directe oorzaak voor veel hoogbegaafde personen om hun behoeften te verbergen, zich aan te passen, of minder zichtbaar te zijn om ostracisme te voorkomen.¹

1.2 Prevalentie en de Schade van het Label

Wat betreft de frequentie van hoogbegaafdheid, wordt geschat dat ongeveer 2,5 procent van de Nederlandse bevolking als hoogbegaafd kan worden beschouwd, wat neerkomt op circa 430.000 mensen.² Hoewel een meerderheid van de hoogbegaafde studenten zich gesteund voelt, rapporteerden recente onderzoeken dat ongeveer

een derde van de hoogbegaafde studenten enige vorm van stigma gerelateerd aan hun hoogbegaafdheid ervaart.³ Dit kan zich uiten als isolatie, moeilijkheden met het vinden van aansluiting, of een gevoel anders behandeld te worden door leerkrachten en medeleerlingen.³

De analyse van de relatie tussen intellectuele capaciteit en psychologische aanpassing onthult een cruciale paradox. Empirische studies onder adolescenten met een hoge

cognitieve capaciteit (IQ) tonen aan dat zij *geen* verhoogd risico lopen op psychologische maladaptatie, waarbij de verschillen, indien aanwezig, vaak in het voordeel van deze groep uitvallen. De bevindingen wijzen echter uit dat adolescenten die **formeel het label** "hoogbegaafd" hadden ontvangen, *wel* een slechtere aanpassing rapporteerden voor een reeks uitkomsten.⁵

Dit verschil suggereert dat de psychologische problemen (zoals depressie, angst en uitval) niet intrinsiek voortkomen uit de cognitieve aanleg zelf, maar eerder een **toxische reactie** zijn op de sociale perceptie en labeling. Het label fungeert als een katalysator voor negatieve sociale reacties en ontoereikende systemische accommodatie. Daarom richt de noodzaak tot interventie zich primair op destigmatisering en systemische veranderingen, en niet op de

pathologisering van de individuele capaciteit.

De keuze van veel hoogbegaafde personen om hun hoofd 'onder het maaiveld' te houden ¹ en conformiteit te verkiezen boven eerstatus en ostracisme ⁶ impliceert dat stigma fungeert als een krachtig

sociaal regulatiemechanisme. Door het hanteren van een negatief label, dwingt de maatschappij afwijkende excellentie tot matiging of verhulling, wat dient ter handhaving van de sociale cohesie. Dit regulatiemechanisme gaat ten koste van de individuele psychologische ontwikkeling en het welzijn van de hoogbegaafde.

2. De Aard van het Publieke Stigma: De 'Mad Genius' Stereotype en Accuraatheid

Het publieke stigma rond hoogbegaafdheid wordt gevormd door dominante stereotypen die de sociale perceptie beïnvloeden en in grote mate de reactie van de omgeving bepalen.

2.1 De Theoretische Grondslagen: Harmony versus Disharmony

Stereotypen van hoogbegaafdheid worden theoretisch vaak langs twee assen verdeeld:

- **De Harmony Hypothese:** Dit standpunt, vaak geworteld in de psychologische wetenschap, gaat ervan uit dat hoogbegaafde personen uitblinken in vrijwel alles, inclusief socio-emotionele domeinen. Zij worden beschouwd als vergelijkbaar of zelfs superieur aan gemiddeld begaafde individuen in hun aanpassing.
- **De Disharmony Hypothese (Het 'Mad Genius' Stereotype):** Dit is geworteld in de populaire mythe van het 'gekke genie' en benadrukt de socio-emotionele nadelen van hoogbegaafdheid. Dit profiel impliceert tekortkomingen op sociaal en emotioneel vlak, waardoor hoogbegaafden als sociaal en emotioneel inferieur worden gezien.⁷

Dit disharmonische profiel vertoont een sterke overeenkomst met het zogenaamde 'afgunst-stereotype' binnen het Stereotype Content Model, waarbij de groep wordt waargenomen als **Hoog in Competentie, maar Laag in Warmte.**⁷

2.2 De Hardnekkigheid en Onnauwkeurigheid van het Stereotype

De vraag hoe accuraat dit publieke stigma is, wordt beantwoord door de discrepantie tussen subjectieve perceptie en empirische bevindingen.

Een representatieve studie onder volwassenen bevestigde de hardnekkigheid van de 'Mad Genius' mythe. Latente klasse analyse onthulde twee concepties van hoogbegaafdheid: 'harmonisch' en 'disharmonisch'. De resultaten waren doorslaggevend: er waren **tweemaal zoveel 'disharmonische' dan 'harmonische' beoordelaars**.⁷ Dit betekent dat een meerderheid van de bevolking het stereotype onderschrijft dat hoogbegaafde individuen grotere sociale en emotionele problemen hebben.

Echter, zoals eerder opgemerkt, ondersteunen empirische studies de Harmony Hypothese vaker; hoogbegaafden zijn over het algemeen vergelijkbaar of licht superieur in hun sociaal-emotionele aanpassing.⁵ Dit impliceert dat de wijdverbreide publieke perceptie van socio-emotionele tekortkomingen in hoge mate

onnauwkeurig is.⁷

De psychologische mechanismen die dit onnauwkeurige stereotype in stand houden, zijn complex. De kans op een disharmonische beoordeling werd significant voorspeld door diverse factoren, waaronder mannelijk geslacht, werkloosheid, en, cruciaal, **negatieve attitudes** ten opzichte van hoogbegaafdheid.⁷ Het feit dat economische onzekerheid (werkloosheid) en negatieve emoties geassocieerd zijn met het vasthouden aan het 'Mad Genius' stereotype, duidt erop dat het stigma deels een

defensieve projectie kan zijn. Door de 'competente' groep toe te schrijven aan 'lage warmte' (sociaal ongezond), neutraliseert de bevolking de bedreiging die de uitstekende competentie van de hoogbegaafde vormt voor hun eigen sociale en economische zelfbeeld.

Dit hardnekkige stereotype heeft directe, systemische gevolgen. Omdat de mythe dominant is, bestaat het risico dat professionals, zoals leerkrachten in opleiding⁵, hoogbegaafden al bij voorbaat als potentieel 'sociaal of emotioneel kwetsbaar' verwachten. Wanneer een hoogbegaafde student vervolgens 'ongewenst gedrag' vertoont — vaak door verveling of gebrek aan aansluiting in het onderwijs⁸ — kan dit door het onderwijssysteem worden geïnterpreteerd als bewijs van de intrinsieke 'disharmonie' of pathologie van de student, in plaats van een kritiek op de inadequate onderwijsomgeving.

3. Zelfstigma, Coping en de Gevolgen van

Onzichtbaarheid

Zelfstigma is het resultaat van de interne verwerking van het publieke stigma, leidend tot een reeks copingstrategieën die de individuele ontwikkeling kunnen belemmeren.

3.1 De Mechanismen van Internalized Oppression

De regelmatige confrontatie met negatieve bejegening leidt tot zelftwijfel en de internalisatie van de boodschap dat men 'raar' of 'anders' is.¹ Een veelvoorkomende risicofactor is perfectionisme, een eigenschap die, hoewel bevorderlijk voor hoge prestaties, ook kan leiden tot

verlammende faalangst.⁹ Om de mogelijkheid van falen uit te stellen en zelfwaarde te beschermen, kiezen hoogbegaafde studenten vaak voor uitstelgedrag en academische zelfhandicapping, met onderpresteren als functioneel gevolg.⁹

Bovendien kunnen hoogbegaafde individuen een intense gevoeligheid ervaren. Zij nemen een breed scala aan sociale signalen waar, wat ertoe kan leiden dat zij sociale afwijzing waarnemen waar deze niet is bedoeld.¹⁰ Gekoppeld aan een vroege gevoeligheid voor maatschappelijk onrecht en hypocrisie, kan dit leiden tot een vroegtijdig gevoel van wanhoop en cynisme, wat de basis legt voor psychologische kwetsbaarheid.¹⁰

3.2 Gedragmatige Copingstrategieën en Onzichtbaarheid

Om de pijn van uitsluiting (ostracisme) te vermijden en 'normale' sociale interacties te behouden, ontwikkelen hoogbegaafden actieve strategieën om hun intellectuele identiteit te maskeren. Dit wordt beschreven langs het **Invisibility Continuum.**⁶

Strategieën voor Onzichtbaarheid:

Dit zijn passieve of actieve pogingen om de competentie te verbergen:

- Het doelbewust missen van antwoorden op testen.⁶
- Het niet vrijwillig aanbieden van antwoorden of het bagatelliseren van successen.⁶
- Het aanpassen aan de omgeving, wat leidt tot de neiging om minder zichtbaar te zijn en over hun behoeften te zwijgen.¹

Strategieën voor Disidentificatie:

Dit zijn actievere pogingen om het stigma te ontkennen of af te wenden:

- Zich identificeren met niet-intellectuele groepen of tijd doorbrengen met hen.⁶
- Grappen maken of 'gekke' vragen stellen.⁶
- Zelfs het bespotten van andere hoogbegaafde kinderen.⁶

In extreme gevallen van sociale druk en een onaccommoderende omgeving, worden onderpresteren, uitval, of zelfs suïcidaal gedrag genoemd als ultieme copingstrategieën tegen ostracisme.⁶

De volgende tabel vat de functionele aard van de copingstrategieën samen:

Tabel 3.1: Gedragmatige Copingstrategieën tegen Stigmatisering van Hoogbegaafdheid

Strategie	Omschrijving	Psychologisch Doel	Bron(nen)
Onderpresteren (Underachievement)	Doelbewust lagere resultaten behalen dan waartoe men in staat is.	Bescherming tegen faalangst, het vermijden van ongewenste aandacht en hoge verwachtingen; zelfhandicapping om zelfwaarde te beschermen.	⁶
Inzichtbaarheid creëren (Invisibility)	Het actief verbergen van intellectuele prestaties, kennis,	Het vermijden van uitsluiting en ostracisme; willen passen bij de	¹

	of middelen; 'Sit Quietly'.	sociale norm van de peer group.	
Disidentificatie	Vrijwillig associëren met niet-intellectuele groepen; het nadoen van 'dom' of 'minder' gedrag.	Het behoud van sociale acceptatie; ontkennen van het eigen label door bewijs van het tegendeel te leveren.	6
Chronische Aanpassing / Maskering	De neiging om de eigen behoeften, intensiteit en denkprocessen te verbergen om negatieve bejegening te minimaliseren.	Overleving in een onaccommoderende omgeving; voorkomen van systemische confrontatie ('Star at adapting')	1

3.3 Psychologische Gevolgen en Gifted Trauma

Hoewel disengagement-strategieën zoals onderpresteren op korte termijn adaptief kunnen zijn om stigma te vermijden, zijn zij op de lange termijn maladaptief en ondermijnen ze het gevoel van eigenwaarde.¹² De chronische noodzaak om informatie te managen⁶ en constant in de 'aanpas-modus' te leven leidt tot een verzwakking van het zelfgevoel. Deze dynamiek, waarbij het kernzelf wordt onderdrukt, is vergelijkbaar met de 'loss of self' die wordt waargenomen bij andere gestigmatiseerde groepen.¹³

Praktijkverhalen bevestigen de ernstige psychologische tol. Individuen beschrijven een "intens bestaan," een chronisch gevoel van "**het drama van het niet-genoege-zijn**," en de ervaring van trauma, vaak gerelateerd aan perfectionisme en de constante noodzaak tot aanpassing.¹⁴

Voor volwassenen kan het chronisch aanpassen en het onopgemerkt blijven van hoogbegaafdheid resulteren in een burn-out. Een volwassene beschreef haar derde burn-out als gevolg van het 'ster zijn in aanpassen'.⁸ Vroege signalen van hoogbegaafdheid (hoge cijfers, rijke fantasie) werden gemist door haar omgeving, wat leidde tot een late en pijnlijke herkenning.⁸

Het zelfstigma fungeert niet alleen als een reactie op negatieve bejegening, maar ook als een **verraad aan de authentieke, vroege identiteit**. Ervaringsverhalen schetsen een kind dat "onbezorgd, gedreven, intens, en gewoon zoals je was" de wereld inkeek.¹⁴ De confrontatie met onbegrip en de verplichting tot camoufleren zorgen ervoor dat dit intense, authentieke zelf wordt verraden, wat de latere psychologische problemen, zoals identiteitsverwarring en depressie, versterkt.¹⁰

4. Systemische Gevolgen en de Rol van het Onderwijs

De meest acute en schadelijke gevolgen van het stigma op hoogbegaafdheid manifesteren zich in het onderwijssysteem.

4.1 De Crisis in Passend Onderwijs

Ondanks de intentie van het 'passend onderwijs', ervaren veel hoogbegaafde kinderen in Nederland een extreem gebrek aan onderwijs dat aansluit bij hun ontwikkelings-, leer- en ondersteuningsbehoeften.⁸ Dit wordt gekenmerkt door

structurele handelingsverlegenheid van scholen, wat neerkomt op een gebrek aan capaciteit of middelen om adequate accommodatie te bieden. Scholen weigeren hoogbegaafde studenten soms ronduit; één 15-jarige jongen werd afgewezen door twaalf scholen.⁸

Het gebrek aan uitdaging en chronische verveling in deze inadequaat afgestemde schoolomgevingen leidt tot ernstige psychosociale schade. Kinderen die gezond, leerbaar en slim zijn, worden "ziek van school," vertonen ongewenst gedrag, "schakelen zichzelf uit," vallen uit, of raken zeer ernstig beschadigd.⁸ Een 5-jarige dochter raakte zelfs depressief door het gebrek aan uitdaging.⁸

De hardnekkigheid van het publieke stigma, dat hoogbegaafdheid als een 'luxeprobleem' ziet en de socio-emotionele kwetsbaarheid bagatelliseert, draagt bij aan deze systemische inertie. De *handelingsverlegenheid* van scholen is niet alleen een capaciteitsprobleem, maar een reflectie van het geïnternaliseerde publieke stigma. Omdat de samenleving de urgentie van deze 'bijzondere behoefte' niet erkent, ontbreekt de politieke wil om te investeren in de nodige aanpassingen, wat leidt tot **structurele discriminatie**.

4.2 Isolatie en Pathologisering van het Gezin

De systemische falen legt een enorme last op de gezinnen. Ouders zijn genooddaakt om constant te vechten voor de rechten en het welzijn van hun kinderen. Dit leidt vaak tot isolement, aangezien ouders door scholen en de sociale omgeving soms als 'arrogant,' 'veeleisend,' of 'gek' worden bestempeld.⁸ De druk is zo hoog dat ouders hun baan moeten opzeggen of in de ziektewet belanden als gevolg van de onophoudelijke strijd.⁸

Het ernstigste gevolg van dit systemische falen is de **cyclus van zelf-pathologisering**. Wanneer een hoogbegaafd kind uitvalt door het falende onderwijs, wordt het beschadigd en vervolgens door instanties, zoals Jeugdzorg en de Raad voor de Kinderbescherming, benaderd als een probleemgeval dat gecorrigeerd moet worden.⁸ Er zijn gevallen gedocumenteerd waarbij het falen om een passende school te vinden resulteerde in de dreiging van uit huis plaatsing.⁸ In deze situaties wordt de oorzaak (het stigma en het gebrek aan passend onderwijs) genegeerd, en wordt het gevolg (de psychische en gedragsproblemen) het primaire focuspunt van de behandeling. Dit proces versterkt de interne pijn van het zelfstigma bij het kind en legitimeert het gevoel dat het falen bij het individu ligt.

5. Vergelijkende Stigma-Analyse: Hoogbegaafdheid versus Neurodiversiteit

Het stigma rond hoogbegaafdheid onderscheidt zich van labels die primair gericht zijn op een tekortkoming, zoals ADHD, Autisme Spectrum Stoornis (ASS), en Dyslexie.

5.1 Het Stigma Spectrum

Neuroontwikkelingsstoornissen (NOS) zoals ADHD en ASS dragen primair een **Deficit-stigma**. Deze labels worden geassocieerd met uitdagingen in inattentie, hyperactiviteit, impulsiviteit en executieve functies, die het leren belemmeren.¹⁶ Neurotypische personen ervaren autisme bijvoorbeeld als een schending van "geaccepteerde maatschappelijke normen".¹⁷ Het stigma

is hier gericht op de noodzaak tot correctie of remediëring van de tekortkoming.¹⁶

Hoogbegaafdheid daarentegen wordt over het algemeen positiever waargenomen dan ADHD¹⁶, maar het stigma richt zich op de ongewenste superioriteit en de vermeende

socio-emotionele andersheid (de Disharmony Hypothese, laag in Warmte).⁷

Tabel 5.1: Stigmadynamiek: Hoogbegaafdheid vs. Neuroontwikkelingsstoornissen (NOS)

Label Categorie	Kern Publiek Stereotype (Competentie/Warmte)	Type Stigma (Hoofdfocus)	Primaire Gevolg van Stigma (Intern)
Hoogbegaafdheid	Hoge competentie, Lage warmte ("Mad Genius" / Afgunst).	Superioriteitsstigma; leidt tot sociale afstand en ostracisme.	Faalangst, onderpresteren, existentiële isolatie, identiteitsverwarring.
ADHD, Autisme, Dyslexie	Variabel, vaak gezien als laag in competentie (deficit) en afwijkend van normen.	Deficit-stigma; focus op tekortkoming en noodzaak tot correctie.	Schaamte, interne focus op remediëring, maskering van de beperking.
Dubbel Bijzonder (2E)	Conflicterend; het deficit maskeert de capaciteit (of vice versa).	Stigma van Inconsistentie en Verwarring (Double Bind).	Hoge mate van spanning, verwarring, schaamte, en lage zelfwaardering door gebrek aan erkenning voor sterke punten en onbegrip voor zwaktes.

5.2 De Unieke Uitdaging van Twice-Exceptional (2E)

De complexiteit van stigma bereikt een hoogtepunt bij de zogenoemde Twice-Exceptional (2E) studenten (Dubbel Bijzonder), die zowel uitzonderlijke sterke punten (hoogbegaafdheid) als aanzienlijke uitdagingen (zoals ADHD, Autisme of dyslexie) vertonen.¹⁸

Bij 2E-studenten treedt een **maskeringseffect** op, waarbij de ene exceptionaliteit de andere kan verhullen, wat leidt tot gemiste identificatie.¹⁸ Soms compenseert de hoogbegaafdheid de uitdagingen (bijvoorbeeld door dyslexie te overschaduwen), en soms maskeert de uitdaging (bijvoorbeeld door inattentie of executieve disfunctie) de hoogbegaafdheid.¹⁶

De 2E-populatie ervaart een paradoxale vorm van stigma, een **double bind**. Ze worden enerzijds geconfronteerd met onredelijk hoge verwachtingen (vanwege hun potentie), en anderzijds met onbegrip en ongeduld van leerkrachten wanneer ze worstelen met executieve functies of organisatorische vaardigheden.¹⁸ Als gevolg hiervan ligt de focus van het onderwijs vaak op de

remediëring van de zwaktes (het deficit-stigma), waarbij de unieke sterke punten van de hoogbegaafdheid worden genegeerd.¹⁸

Dit leidt tot een aanzienlijke psychosociale tol. 2E-studenten rapporteren hoge niveaus van verwarring, spanning en schaamte in de schoolomgeving, omdat zij niet netjes in een enkele categorie passen.¹⁸ De onevenwichtige investering in remediëring boven verrijking weerspiegelt een maatschappelijke bias om pathologie sneller en effectiever te adresseren en financieren dan capaciteit, wat het beeld van hoogbegaafdheid als een 'luxeprobleem' versterkt.

6. Synthese, Conclusies en Praktische Aanbevelingen

De analyse toont aan dat stigma en zelfstigma rond hoogbegaafdheid een wijdverbreid en destructief fenomeen vormen, geworteld in sociale percepties en versterkt door systemische onwil.

6.1 Kernconclusies

1. **Stigma is Schadelijk, maar Onterecht:** Stigma wordt significant gevoeld door een substantieel deel van de hoogbegaafde bevolking (ongeveer een derde). De analyse

bevestigt dat de psychologische schade (maladaptatie, trauma, uitval) niet voortkomt uit de hoge cognitieve aanleg zelf, maar uit de maatschappelijke en systemische reactie op het label.⁵

2. **De Dominantie van de Mythe:** Het publieke stigma wordt gedomineerd door het onnauwkeurige 'Mad Genius' stereotype (hoog in competentie, laag in warmte).⁷ Dit stereotype wordt gevoed door sociale afgunst en de noodzaak om uitmuntendheid te neutraliseren. Dit leidt tot een structurele neiging om afwijkend gedrag te pathologiseren in plaats van te interpreteren als een functionele copingstrategie tegen verveling of uitsluiting.
3. **De Gevolgen van Zelf-Onderdrukking:** Zelfstigma leidt tot maladaptieve copingmechanismen zoals onderpresteren, sociale onzichtbaarheid, en chronische aanpassing. Deze strategieën, die de authenticiteit van het zelf verraden, culminerend vaak in ernstige psychologische problemen op latere leeftijd, waaronder burn-out en "gifted trauma".⁸
4. **Structurele Uitsluiting:** Het Nederlandse onderwijssysteem faalt structureel door *handelingsverlegenheid*, wat leidt tot ernstige psychosociale schade, schooluitval en extreme gezinsisolatie. Het toppunt van dit falen is de pathologisering van de slachtoffers van het systeem, waarbij falende studenten het risico lopen op interventie door jeugdzorg.⁸

6.2 Aanbevelingen voor Destigmatisering en Systemische Ondersteuning

De kern van destigmatisering ligt in de vroege en ondersteunende erkenning van hoogbegaafdheid als een legitieme bijzondere onderwijsbehoefte. De positieve kracht van erkenning is essentieel om de negatieve effecten van het sociale label tegen te gaan; het erkennen van de hoogbegaafdheid is namelijk een sleutel tot positieve transformatie bij onderpresteerders.²²

6.2.1 Beleid en Onderwijs

- **Erkenning van Behoeften:** Hoogbegaafdheid moet worden erkend als een bijzondere onderwijsbehoefte die dezelfde mate van accommodatie en gespecialiseerde ondersteuning vereist als andere neurodiverse profielen. Het concept van 'Passend Onderwijs' moet systemisch worden gewaarborgd om de huidige *handelingsverlegenheid* te overstijgen.

- **Curriculum Differentiatie en Versnelling:** Er moet structureel worden geïnvesteerd in gespecialiseerde programma's die verveling voorkomen. Het is cruciaal dat het onderwijs zich richt op het aanleren van metacognitieve en studievaardigheden, aangezien veel hoogbegaafden deze vaardigheden pas ontwikkelen wanneer ze voor het eerst oprecht worden uitgedaagd.¹¹
- **Ondersteuning voor 2E-studenten:** Programma's voor dubbel bijzondere (2E) studenten moeten zowel gericht zijn op verrijking (validatie van sterke punten) als op remediëring (ondersteuning bij organisatorische en executieve uitdagingen), om het dubbele stigma en de interne spanning te verlichten.¹⁸

6.2.2 Professionele Vorming

- **Debunking van Stereotypen:** Trainingsprogramma's voor docenten, psychologen en GGZ-professionals moeten de Disharmony Hypothese kritisch ontkrachten. Er moet nadruk liggen op het begrijpen van 'ongewenst gedrag' (zoals onderpresteren of uitval) als een **functionele copingmechanisme** tegen inadequate omgevingsomstandigheden, in plaats van een inherent pathologisch kenmerk van hoogbegaafdheid.⁹
- **Emotionele Begeleiding:** Professionals moeten de intensiteit en gevoeligheid van hoogbegaafden leren herkennen en begeleiden, inclusief vroege signalen van existentiële wanhoop en cynisme.¹⁰

6.2.3 Individuele en Familiale Ondersteuning

- **Focus op Adaptieve Coping:** Individuele therapie moet zich richten op het vervangen van maladaptieve disengagement-strategieën (onderpresteren, onzichtbaarheid) door adaptieve engagement-strategieën.¹² Dit helpt bij het opbouwen van een authentieke identiteit die capaciteiten niet hoeft te verbergen.
- **Verwerking van Trauma:** Er moet specifieke aandacht zijn voor het verwerken van "gifted trauma," voortkomend uit de chronische noodzaak tot aanpassing en het gemis van vroege, accurate erkenning van de intense, authentieke identiteit.¹⁴
- **Ouderlijke Erkenning en Defensie:** Ouders moeten ondersteuning en erkenning ontvangen voor de uitzonderlijke druk en isolatie die zij ervaren in hun strijd voor passend onderwijs. De erkenning dat zij vechten tegen een systemisch stigma kan hun eigen psychologische weerbaarheid versterken.⁸

Works cited

1. Stigma op hoogbegaafdheid - Hoogbegaafdexpert, accessed October 1, 2025, <https://hoogbegaafdexpert.nl/stigma-op-hoogbegaafdheid/>
2. Hoogbegaafdheid - Wij zijn MIND, accessed October 1, 2025, <https://wijzijnmind.nl/psychische-klachten/psychipedia/hoogbegaafdheid>
3. Research: Most gifted students feel supported, but one in three feel stigmatized - COEfyi, accessed October 1, 2025, <https://fyi.coe.uga.edu/2025-06-research-most-gifted-students-feel-supported-but-one-in-three-feel-stigmatized/>
4. Most gifted students feel supported, but one in three feel stigmatized - EurekAlert!, accessed October 1, 2025, <https://www.eurekalert.org/news-releases/1088484>
5. High Cognitive Ability and Mental Health: Findings from a Large Community Sample of Adolescents - PMC, accessed October 1, 2025, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9966861/>
6. Coping with the Stigma of Giftedness - Valdosta State University, accessed October 1, 2025, [https://www.valdosta.edu/colleges/education/human-services/document%20/gac ec-adam.pdf](https://www.valdosta.edu/colleges/education/human-services/document%20/gac%20ec-adam.pdf)
7. The Mad Genius Stereotype: Still Alive and Well - PMC, accessed October 1, 2025, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4800426/>
8. Ervaringsverhalen - Stichting Hoogbegaafd!, accessed October 1, 2025, <https://stichtinghoogbegaafd.nl/ervaringsverhalen/>
9. Underachievement in Gifted Students: Understanding Perceptions of Educational Experiences, Attitudes Toward School, and Teacher Training, accessed October 1, 2025, <https://digitalcommons.lindenwood.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1211&context=dissertations>
10. Vulnerabilities of highly gifted children - Davidson Institute, accessed October 1, 2025, <https://www.davidsongifted.org/gifted-blog/vulnerabilities-of-highly-gifted-children/>
11. Underachievement in Gifted Students - Davidson Academy, accessed October 1, 2025, <https://www.davidsonacademy.unr.edu/blog/underachievement-in-gifted-students/>
12. Coping with stigma, accessed October 1, 2025, <https://www.cmu.edu/dietrich/psychology/sherlab/publications/pdf/trujillo-2023.pdf>
13. Adult children of parents with mental illness: Family stigma and coping on sense of self - Monash University, accessed October 1, 2025, https://research.monash.edu/files/539700187/420354568_oa.pdf
14. Hoogbegaafd? Lees de ervaringsverhalen en gratis tips en inspiratie - Praktijk Destina, accessed October 1, 2025, <https://destina.nu/inspirerende-verhalen-uit-de-praktijk/>
15. Unexpected Consequences of Growing Up Gifted - Transformations Care

- Network, accessed October 1, 2025,
<https://www.transformationsnetwork.com/post/unexpected-consequences-of-growing-up-gifted>
16. How Giftedness and ADHD Can Mirror Each Other - Foothills Academy, accessed October 1, 2025,
<https://www.foothillsacademy.org/community/articles/giftedness-adhd-mirror>
 17. Understanding Stigma in Autism: A Narrative Review and Theoretical Model - PMC, accessed October 1, 2025,
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8992913/>
 18. Students with Special Needs Who Are Gifted and Talented (Twice Exceptional) | Oxford Research Encyclopedia of Education, accessed October 1, 2025,
<https://oxfordre.com/education/display/10.1093/acrefore/9780190264093.001.0001/acrefore-9780190264093-e-1218?p=emailAWRMxWOizxXx.&d=/10.1093/acrefore/9780190264093.001.0001/acrefore-9780190264093-e-1218>
 19. The Twice-exceptional Elephant: What 2e Is, and Most Importantly, What It Isn't., accessed October 1, 2025, <https://youngscholarsacademy.org/blog/what-2e-is>
 20. Hoogbegaafd en een ontwikkelingsstoornis: "Geen twee dubbel bijzondere kinderen zijn hetzelfde" | EOS Wetenschap, accessed October 1, 2025,
<https://www.eoswetenschap.eu/psyche-brein/hoogbegaafd-en-een-ontwikkelingstoornis-geen-twee-dubbel-bijzondere-kinderen-zijn>
 21. The Self-Perceptions of Twice-Exceptional Children: A Systematic Review - MDPI, accessed October 1, 2025, <https://www.mdpi.com/2227-7102/15/1/44>
 22. Under Pressure: Gifted Students' Vulnerabilities, Stressors, and Coping Mechanisms Within a High Achieving High School - PMC, accessed October 1, 2025, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11851796/>