

Hoe krijg ik een goed gesprek met een hoogbegaafde patiënt?

Voor huisartsen



In dit leaflet vertellen we aan huisartsen waarom het soms lastig kan zijn om een goed gesprek met een hoogbegaafde patiënt te hebben. Dit is belangrijk omdat hoogbegaafden niet altijd goed worden begrepen, en dan juist in grotere medische problemen kunnen komen. Er zijn aandachtspunten voor beide kanten, daarom is er ook een leaflet voor hoogbegaafden zelf. In dit leaflet geven we aanknopingspunten voor het herkennen van hoogbegaafdheid en we bespreken enkele verschijnselen die het consult met een hoogbegaafde tot een uitdaging kunnen maken.

De punten uit dit leaflet gelden ook voor andere hulpverleners. Voel je vrij dit leaflet (integraal) te delen.

Hoe herken je een hoogbegaafde patiënt?

Uiteraard kun je met hoogbegaafde patiënten in de meeste gevallen een uitstekend gesprek voeren. Hoogbegaafd is de beschrijving van mensen die, naast een hoge intelligentie (het vermogen tot leren, redeneren en complexe zaken begrijpen), nog een set van andere kenmerken hebben. In het Delphimodel hoogbegaafdheid (een consensus van experts uit 2008) zijn dat: autonoom zijn, rijk geschakeerd voelen, hoogsensitief waarnemen, gedreven en nieuwsgierig willen en scheppingsgericht doen. Zie ook de tabel.

Er zijn nog veel misvattingen en vooroordelen over hoogbegaafdheid. Daarom zullen hoogbegaafden die het wel van zichzelf weten er niet altijd uit zichzelf over vertellen. Een (waarschijnlijk groot) deel van de hoogbegaafden weet niet van hun hoogbegaafd zijn. Zij zullen niet in dergelijke termen over zichzelf denken, ze kunnen het idee zelfs afwijzen, sommigen vinden zichzelf zelfs dom.

Er zijn hoogbegaafden die niet effectief hebben leren omgaan met hun in de basis positieve eigenschappen.

In hoeverre dat wel of niet is gelukt, heeft onder andere met hun persoonlijkheid en de reacties uit hun omgeving (gezin, school) te maken. Sommige eigenschappen zijn dan ingezakt, andere juist extremer geworden. Zie daarvoor de tabel in dit leaflet.

Als je niet bekend bent met hoogbegaafdheidskenmerken is het begrijpelijk dat je de vervormde kenmerken die je in de communicatie met een hoogbegaafde waarneemt, probeert te duiden vanuit een psychiatrisch kader. Sommige hoogbegaafden kunnen bijvoorbeeld veel ter discussie gaan stellen en zo lastige patiënten voor een huisarts zijn.

Als je de kenmerken van hoogbegaafdheid (of de valkuilen) bij een patiënt herkent, kun je deze persoon veel bieden. Door jouw begrip kan de communicatie verbeteren en zo kun je beter functioneren in je rol als huisarts voor deze persoon.

Anders presenteren van klachten

Hoogbegaafden hebben vaak een andere manier van observeren en denken. Ze zijn vaak hoogsensitief en ervaren hun waarnemingen en gevoelens diep en intens. Daarom praten ze vaak anders dan gemiddeld over hun klachten. Ze kunnen bijvoorbeeld hun klachten met meer details of met een diepere emotie vertellen of verbanden zien met meer en andere zaken dan die jij zelf zou bedenken. Dat kan bij zowel lichamelijke als psychische klachten het geval zijn.

Als huisarts herken je zulke gedetailleerde en kleurrijke presentaties vaak niet als een kenmerk van hoogbegaafdheid. Psychiatrische misdiagnoses komen dan ook regelmatig voor, voordat er aan hoogbegaafdheid wordt gedacht. Voor alle betrokkenen is dit een ongewenste situatie. Het herkennen van hoogbegaafdheid en daarmee leren omgaan is dan zeer heilzaam en voorkomt onjuiste verwijzingen.

Let op: Lichamelijke klachten kunnen door de andere manier van presenteren door hoogbegaafden ook verkeerd geïnterpreteerd worden. Belangrijk is dat je als arts goed naar de waarneming luistert en samen met de patiënt naar de interpretatie ervan zoekt. Dat geldt ook voor mensen met veel diagnoses en/of refractaire klachten ('Waarom werkt niks?')

Veel informatie hebben

Hoogbegaafden vertellen hun verhaal soms met vaktermen omdat ze al veel hebben gelezen over het onderwerp. Ook kunnen ze door de hoeveelheid informatie die ze al hebben verzameld, hun verhaal soms niet zozeer emotioneel maar juist heel rationeel vertellen. Ze zijn nogal eens gewend dat ze niet begrepen worden en daarom brengen ze hun verhaal dan met veel stelligheid. Door de rationele stijl kan je als huisarts dan het idee krijgen dat het wel meevalt met de klachten. De hoogbegaafde patiënt kan inhoudelijke vragen stellen waar je geen passend antwoord op hebt. Door de hoeveelheid informatie en de stelligheid kun jij het gevoel krijgen dat je als arts tekort schiet. Dat kan je een onzeker gevoel geven en het gesprek verloopt stroef. De hoogbegaafde merkt soms nog eerder dan jij de weerstand op, schiet in de afweer, ziet zich bevestigd in de aannames ('deze dokter luistert weer niet') en trekt zich terug. Of er kan een conflict ontstaan.

Soms pas laat met klachten bij de huisarts komen of juist heel snel

Hoogbegaafden wachten soms heel lang voordat ze naar de huisarts gaan. Met hun grote behoefte aan autonomie gaan ze vaak eerst zelf zoeken wat er mogelijk speelt. Ze willen geen flater slaan als ze bij de huisarts komen en er blijkt dan niets aan de hand te zijn. Jouw eventuele negatieve (non-verbale) reactie daarop, kan bij hoog sensitieve hoogbegaafden het idee oproepen dat ze zich aanstellen. Dat kan dat in het vervolg weer tot uitstelgedrag leiden.

Daarnaast zijn hoogbegaafden vaak druk bezig en vinden andere dingen belangrijker waardoor ze zich 'laat' melden. Als huisarts heb je niet altijd door dat iemand het bezoek al een tijd heeft uitgesteld en je behandelt de patiënt alsof de klachten kort bestaan, zoals de standaarden aangeven. Maar veel adviezen hebben ze zelf al gevonden, waardoor ze zich niet serieus genomen voelen.

De hoogbegaafde ergert zich, als arts merk je dat ook. Maar het kan zo ook leiden tot onderschatting van de ernst van de klachten en een te late inzet van een passende behandeling.

Aan de andere kant voelen hoogbegaafden soms zoveel tegelijk, dat ze niet meer kunnen overzien of een probleem relevant is of niet, waardoor ze zich juist voor veel in jouw ogen kleine klachten kunnen melden.

Slechte ervaringen in het verleden

Hoogbegaafden die in het verleden slechte ervaringen hadden met hulpverleners zijn soms het vertrouwen kwijt in de mogelijkheid van een goed contact met de huisarts. Uit zelfbescherming zijn ze hyperalert en gaan snel in discussie en in de afweer. Ze bevragen jou als huisarts op allerlei details en hebben soms het idee dat ze jou moeten gaan overtuigen. Dit voel jij als teken dat de patiënt geen vertrouwen in je heeft.

Je adviezen als huisarts sluiten niet aan

Omdat snel denken en snel van begrip zijn bij hoogbegaafdheid hoort, voelt een standaard manier van advisering voor een hoogbegaafde soms heel traag. Veel van deze adviezen heeft de hoogbegaafde vaak al zelf gevonden. Maar wat de patiënt nu wel of niet weet, weet je natuurlijk nooit van tevoren, dit is een uitdaging. Er kan irritatie opkomen. De hoogbegaafde wilde een gesprek op niveau, blokkeert en luistert niet meer. Jij raakt als huisarts ook geïrriteerd. Hoe krijg je weer contact?

Kenmerken van hoogbegaafdheid en mogelijke gezondheidsproblemen

Kenmerken van hoogbegaafdheid (Kooijman - van Thiel, 2008)	Positieve kenmerken	Mogelijke gezondheidsproblemen als men niet effectief met de kenmerken kan omgaan
Een zeer hoog IQ (denken)	Snel overzicht, snel expert. Ziet snel patronen. In staat tot metacognitie.	Kan als betweter overkomen; kan lijken op autisme spectrum stoornis; slaapproblemen; bij ouderen: dementie kan gemaskeerd worden.
Autonoom (zijn)	Zelfstandig, maakt eigen afwegingen, velt eigen oordeel.	Conflicten; werk- en relatieproblemen (te eigenwijs).
Rijk geschakeerd gevoelsleven (voelen)	Veel, genuanceerde en kleurrijke emoties tegelijk.	Te emotioneel; moeite met emotieregulatie; zich buitengesloten voelen; suïcidale gedachten (vanaf jonge leeftijd).
Hoog sensitief (waarnemen)	Neemt veel waar met alle zintuigen.	Te gevoelig voor prikkels; zondert zich af; voelt fysieke klachten snel en gedetailleerd.
Gedreven en nieuwsgierig (willen)	Wil veel, wil vaak snel en wil nieuwe dingen, is leergierig, snel in een flow.	Niet te stoppen; kan lijken op ADHD*; indien afgeremd: bore-out (extreme verveling); stressverschijnselen (zoals buikpijn, hoofdpijn, slecht slapen).
Scheppingsgericht (doen)	Produceert, creëert, is actief.	Doet teveel onnodige dingen; kan lijken op ADHD.*

Creatief (samenspel)	Origineel, legt ongewone verbanden, associatief.	Ongeleid projectiel; kan lijken op ADHD.*
Intens (samenspel)	Intens, diepgaand, vooral in denken, voelen en willen.	Overschrijdt eigen grenzen; risico op overspanning en burn-out.
Snel (samenspel)	Maakt tempo, maakt zich nieuwe gebieden snel eigen.	Verliest contact met anderen; depressieve klachten; existentiële eenzaamheid (bij ouderen nog prominenter aanwezig).
Complex (samenspel)	Zit complex in elkaar, functioneert complex en kan grote complexiteit aan.	Verzandt in details; kan in complexiteit blijven hangen; ziet soms (terechte) verbanden die er ogenschijnlijk niet zijn; kan lijken op diverse psychiatrische beelden.*

* zowel bij kinderen als bij volwassenen

Aanbevelingen voor huisartsen om het contact met hoogbegaafde patiënten te verbeteren

- Hoogbegaafden behoren maar tot een paar procent van de bevolking. (Huis)artsen zien dus maar af en toe zo iemand. Het percentage kan per praktijk verschillen door diversiteit of door genetische factoren (hoogbegaafdheid in families).
- Je kunt hoogbegaafdheid vermoeden op basis van de positieve kenmerken, zoals: snel begrip, veel weten, veel vragen stellen, details benoemen. Bij hoogbegaafden bij wie de kenmerken zijn ingezakt of juist overdreven zijn, is het lastiger ze te herkennen. Zie hiervoor de tabel.
- Geeft een patiënt zelf aan hoogbegaafd te zijn, informeer dan welke kenmerken volgens haar of hem van belang zijn voor dit consult. Vertel deze patiënt over het IHBV leaflet voor hoogbegaafde patiënten: [IHBV | Instituut Hoogbegaafdheid Volwassenen | Leaflets](#)
- Heeft een patiënt zelf geen idee, maar denk jij aan de mogelijkheid, geef dan als tip om er iets over te gaan lezen. Deze patiënt kun je ook het leaflet voor hoogbegaafde patiënten bij de huisarts aanraden. Het Delphimodel Hoogbegaafdheid kan veel inzicht geven.
- Zorg er vooral voor om met deze patiënten een gelijkwaardig gesprek te voeren. Dat geldt ook voor hoogbegaafde kinderen en tieners.
- Als je (mogelijk hoogbegaafde) patiënt breedspakig is en niet tot de kern komt, probeer je dan niet te ergeren maar op vriendelijke en tactische wijze te informeren naar de hulpvraag op dit moment.
- Als je denkt dat het binnen de afgesproken tijd niet lukt om een goede afronding te maken en het is medisch verantwoord, stel dan een dubbele afspraak op korte termijn voor.
- Als je het gevoel hebt, dat je patiënt in de expertrol gaat zitten, en jouw inbreng niet zomaar accepteert, ga dan op een andere manier verder. Maak er géén conflict van, maar stel vragen om erachter te komen wat je patiënt nu nodig heeft.
- Zeg het eerlijk als je het gevoel hebt dat je deze patiënt echt niet begrijpt. En vraag wat de patiënt denkt dat jij anders zou kunnen doen.
- Als je iemand met kenmerken van hoogbegaafdheid naar de GGZ verwijst, vermeld je vermoedens dan ook in de verwijfsbrief met de link naar de leaflets op de site van het IHBV: [IHBV | Instituut Hoogbegaafdheid Volwassenen | Leaflets](#) Zo kan het zorgproces daar ook beter aansluiten bij de patiënt
- Lukt het echt niet om een goed contact op te bouwen, overleg dan of deze patiënt bij een collega huisarts terecht zou kunnen.

Literatuur

IHBV-leaflets: [IHBV | Instituut Hoogbegaafdheid Volwassenen | Leaflets](#)

Nauta, N. (2023a). Hoogbegaafde mensen vertellen hun klachten anders. Patiënt Empowerment: [Hoogbegaafde mensen vertellen hun klachten anders - Patient Empowerment](#)

Nauta, N. (2023b). Wat hoogbegaafden vragen vraagt iedereen. Opvolgblog op Patiënt Empowerment [Wat hoogbegaafden vragen, vraagt iedereen. - Patient Empowerment](#)

Pilkes, H. (2012). 'Cross-sectional Survey about Giftedness, Expectations, Shared Decision Making and Satisfaction with Physician Consultations.' Samenvatting op: [Samenvatting onderzoek 'Cross-sectional Survey about Giftedness, Expectations, Shared Decision Making and Satisfaction with Physician Consultations.'](#) - IHBV

Ridolfo, R. & Nauta, N. (2017). High IQ medical survey. Report: <https://ihbv.nl/high-iq-medical-survey/>