



Groepspraktijk voor training, Coaching & Psychotherapie
Kind, jongere, volwassene – gezin & onderwijs
Uw partner in de totaalontwikkeling van hoogbegaafden

Beste ouder(s),

Binnenkort gaan we van start met de support group voor ouders van hoogbegaafde kinderen. Deze beperkte groep wordt begeleid door 2 facilitatoren, Tania Gevaert en Guy Borrenbergs (beiden gecertificeerd door Peers4Parents Nederland). We werken steeds met een kleine groep, met de 2 facilitatoren.

Wat houdt het in?

- 10 sessies, ongeveer om de 3 weken – niet tijdens de vakanties.
- Reflecteren over de socio-emotionele uitdagingen waar je bij je hoogbegaafde kind en het opvoeden tegenaan kan lopen.
- Een vaste groep, we vragen dus een engagement voor de 10 sessies.
- We begrijpen dat het niet steeds lukt met beide ouders, wissel gerust af en kom met zijn tweetjes waar mogelijk.

Het is ons doel om jullie te verbinden met elkaar en met andere ouders van hoogbegaafde kinderen. Je mag dus persoonlijke informatie met elkaar delen, voor wie dat wenst. Wij voorzien elke avond een thema die we op gang trekken en begeleiden.

We voorzien koffie, thee en water (en een koekje). We starten graag stipt om 20u, wees welkom vanaf 19u50. We ronden stipt om 21u30 af. We maken hiervoor een ZOOM link, je mag elke keer dezelfde gebruiken.

Kostprijs

€65 per sessie te betalen via factuur, of eenmalig €595 via factuur. Terugbetaling via de mutualiteit kan voor dit groepstraject. Houd er wel rekening mee dat je mutualiteit mogelijk een beperkt aantal sessies terugbetaalt, hetzij per jaar, hetzij lifetime (CM). Let op: je betaalt per sessie, NIET per persoon. Kom dus liefst met beide ouders.

Samen Slimmer Groeien Comm.V.
Zandvoordeschorredijkstraat 66
8400 Oostende
hallo@samenslimmergroeien.be

IBAN BE14 0015 2862 1683
BIC GEBA BE BB
BNP Paribas Fortis
BE 0670 615 636

In Hasselt: Beerhoutstraat 44
In Turnhout: Parklaan 49 – vanaf 15/03/2025 Swat Engelenstraat 58

Co-stichter van Steunpunt Onderpresteren vzw: www.onderpresteren.be (Desmet, Ph.D. & Gevaert, L.Pt.)
Loopbaancentrum: Talent in Groei Loopbaanbegeleiding – www.talentingroei.be



Data en

thema's op een rijtje

Hierbij zetten we de thema's op een rijtje met de datum erbij. We geven je alvast wat inkijk in de 2 eerste sessies. Dit zijn enkele van de topics die aan bod kunnen komen tijdens de sessie. Voel je vrij om in de groep aan te sturen, waar jij het over wil hebben. Je krijgt elke sessie een take home-reflectie mee.

1	22/10/2025	Kennismaken en Kenmerken van hoogbegaafdheid - Meerdere definities en meervoudige interpretaties begrip - Kunnen zeer divers zijn en sterk variëren qua intensiteit (asynchrone ontwikkeling) - Mythes over hoogbegaafdheid - Onderscheid tussen intelligentie en prestatie - Hoe potentie, intelligentie en prestatie gemeten worden - Meervoudige intelligenties - Visueel-ruimtelijk versus auditief-sequentieel - Dabrowski's Superstimuleerbaarheden (overexcitabilities; overprikkeling) - Hoogbegaafd gedrag kan onterecht aangezien worden voor een stoornis - Hoe kwaliteiten tot problemen kunnen leiden
2	5/11/2025	Communicatie de sleutel tot relaties - Welk voorbeeld geeft u zelf? - Barrières voor de communicatie - Actief luisteren is communiceren - Communicatie kan niet afgedwongen worden; creëer het klimaat - Tijd en plaats speciaal creëren verbetert communicatie - Lees de "temperatuur" van emoties - Gebruik "ik-stellingen": als jij ... voel ik mij ..., dus graag voortaan... - Zelf open vertellen leidt tot openheid - Vermijd toezeggingen die je niet kunt waarmaken - Reserveer speciale tijd voor uw kinderen
3	26/11/2025	Motivatie, enthousiasme en (onder)presteren - Mogelijke oorzaken van onderpresteren - Wat motiveert volwassenen - Start waar het kind is, hevel motivaties over. - Opeenvolgende successen; anticiperend complimenteren - Herken de behoeften van het kind; doelen stellen - Vermijd machtsverhoudingen - Merk op en markeer als het kind iets niet goed doet.

Samen Slimmer Groeien Comm.V.
Zandvoordeschorredijkstraat 66
8400 Oostende
hallo@samenslimmergroeien.be

IBAN BE14 0015 2862 1683
BIC GEBA BE BB
BNP Paribas Fortis
BE 0670 615 636

In Hasselt: Beerhoutstraat 44
In Turnhout: Parklaan 49 – vanaf 15/03/2025 Swat Engelenstraat 58

Co-stichter van Steunpunt Onderpresteren vzw: www.onderpresteren.be (Desmet, Ph.D. & Gevaert, L.Pt.)
Loopbaancentrum: Talent in Groei Loopbaanbegeleiding – www.talentingroei.be

		- Moedig aan, in plaats van kritiek geven (vermijd sarcasme/spot) - Het belang van persoonlijke relaties
4	17/12/2025	Discipline en zelfmanagement (Grenzen en zelf-regulering) - Kinderen hebben discipline en grenzen nodig. - Het verschil tussen discipline en straf - Stel zo min mogelijk grenzen vast, maar als je ze stelt handhaaf ze dan ook - Streef naar zelfregulering; geef ruimte binnen grenzen - Vermijd zwaar, inconsistent straffen - Eigen keuzen ontwikkelen een gevoel van eigenwaarde in je kind - Kies welke strijd aan te gaan en welke niet. - Maak je verwachtingen duidelijk - Frequentie en consequent zijn, zijn belangrijker dan zwaarte - Uit je vertrouwen in het kind dat het verstandig zal handelen
5	7/01/2026	Intensiteit, perfectionisme & stress - Enige stress (uitdaging) is wenselijk, leer het te managen - Gezond vs. Ongezond perfectionisme - Balanceer je interne stem (die stress veroorzaken kan) - Prioriteer activiteiten - Zet direct kalmerende activiteiten in (HALT: Hungry, Angry, Lonely, Tired) - Gebruik de Socratische methode: "Wat is het ergste dat zou kunnen gebeuren?" - Verwacht vooruitgang, niet perfectie - Leer te negeren en compartimentaliseer - Hef spanning op met humor



6	23/01/2026	Idealisme, (on)gelukkig zijn en depressie - Herken symptomen van depressie. Niet alle kinderen ervaren depressie - Existentiële depressie, gemis aan zingeving en betekenis in het leven - Her-categoriseer depressie als naar binnen gerichte woede - Je kunt niet iemand uit een depressie argumenteren - Vermijd het “de positivo uithangen” en het kleineren van de emoties van het kind - Belang van relaties en fysiek contact - Beoordeel de ernst: overwegen ze zelfdoding? - Hoe en wanneer professionele hulp in te schakelen?
7	11/02/2026	Sociale contacten. Het belang van “peers” - Wie zijn echte “peers” en in welke regio? - Veel vrienden of weinig? Hoeveel vrienden heeft een volwassene? - Tijd op jezelf versus samen met anderen, meesterschap kan tijd alleen vergen - Is de tijd alleen een eigen keus of uit gebrek aan vaardigheden ontstaan? - Doceer vriendschapsstrategieën; speciale vriendschappen zijn vaak intens - Agressief, passief of assertief? Leiden of domineren? - Doceer leiderschapsvaardigheden; gebruik rollenspelen om sociale vaardigheden te verbeteren - Zelfvertrouwen helpt groepsdruk te weerstaan
8	4/03/2026	Andere kinderen in het gezin: enig kind en broers en zussen - Competitie en rivaliteit versus broederlijke/zusterlijke synergie - Belang van geboortevolgorde in rolbepaling in het gezin - Kinderen nemen karakteristieke rollen op zich, zelden rivaliteit over eenzelfde rol - Bepaal waar een kind voor aan het strijden is; aandacht, macht, erkenning - Minimaliseer negatieve vergelijkingen. Eerlijk betekent niet altijd “hetzelfde”/ “op dezelfde wijze” - Haal de wind uit de zeilen, onttrek je uit het gestoei

Samen Slimmer Groeien Comm.V.
Zandvoordeschorredijkstraat 66
8400 Oostende
hallo@samenslimmergroeien.be

IBAN BE14 0015 2862 1683
BIC GEBA BE BB
BNP Paribas Fortis
BE 0670 615 636

In Hasselt: Beerhoutstraat 44
In Turnhout: Parklaan 49 – vanaf 15/03/2025 Swat Engelenstraat 58

Co-stichter van Steunpunt Onderpresteren vzw: www.onderpresteren.be (Desmet, Ph.D. & Gevaert, L.Pt.)
Loopbaancentrum: Talent in Groei Loopbaanbegeleiding – www.talentingroei.be

9	25/03/2026	Waarden en tradities & uniek en onderscheidend zijn - Slimme creatieve kinderen bevragen tradities, regels en rituelen - Creativiteit en innovatie impliceren niet-traditioneel zijn - Tradities hebben waarde; ze promoten “ergens bij horen”, voeden je via je wortels - Tradities kunnen verstikkend zijn. Rebelle kan relaties schaden - Kohlberg's fasen van morele ontwikkeling; verder gevorderd is minder traditioneel - Breken met tradities kan een prijs hebben; kosten/baten-afweging - Onderzoek je families tradities: Families kunnen nieuwe tradities creëren
10	22/04/2026	De complexiteit van succesvol ouderschap - Externe invloeden op het gezin; mobiliteit, scheiding, hoog tempo consumptisme - Ouderschap is stressvol; zorg voor jezelf & en stel prioriteiten - Vermijd versmelting en het kind als volwassen bejegenen - Balanceer tussen de “helikopter”-ouder en de steunende voorvechter - Belang van huisregels, consequent zijn en de “gezinskuffel” - Ouders als partners; Geef aan wat belangrijk is, boven wat urgent is - Streef naar een balans in de “perfecte ouder” willen zijn en het zorgen voor jezelf.

We verwelkomen je graag via ZOOM

Inschrijvingen via mail aan tania@samenslimmergroeien.be

Meer info vind je hier: <https://samenslimmergroeien.be/product/oudergroep-peers4parents/>

Heb je vragen, aarzel niet om het telefonisch spreekuur te gebruiken op weekdays tussen 8u en 9u – dit is mijn nummer 0497338692 of een mailtje te sturen.

Tania & Guy

Samen Slimmer Groeien Comm.V.
Zandvoordeschorredijkstraat 66
8400 Oostende
hallo@samenslimmergroeien.be

IBAN BE14 0015 2862 1683
BIC GEBA BE BB
BNP Paribas Fortis
BE 0670 615 636

In Hasselt: Beerhoutstraat 44
In Turnhout: Parklaan 49 – vanaf 15/03/2025 Swat Engelenstraat 58

Co-stichter van Steunpunt Onderpresteren vzw: www.onderpresteren.be (Desmet, Ph.D. & Gevaert, L.Pt.)
Loopbaancentrum: Talent in Groei Loopbaanbegeleiding – www.talentingroei.be