

Een nieuw coachingstraject in kleine groep: 'Hoogbegaafd?! En toch loop je vast bij het studeren?'

LVSA - 30 maart 2021

Joke Vanhoudt en Eline van den Muijsenberg



KU Leuven





- Een autonome universiteit
- In België
- Opgericht in 1425
- 3 groepen (Wetenschappen & Technologie/ Humane wetenschappen/ Biomedische wetenschappen)
- 16 faculteiten
- 10 steden, 14 campussen
- **Studenten: 57.940**

Dienst Studieadvies

STUDENTEN

- Info, advies, begeleiding van studenten bij oriëntering in-, door- en uitstroom op het vlak van studieloopbaan en leerproces: individueel, groepsaanbod, events

instroom	doorstroom	uitstroom
opleidingsinformatie oriëntering 	studievaardigheden: ✓ studiemethode ✓ studieplanning loopbaanbegeleiding, heroriëntering	studeren in binnen – en buitenland 

- Complementair aan de faculteiten (eerste aanspreekpunt)
- Specifieke projecten: oriënteringstools, Study Buddy, Coaching X-tra ...
- Bijzondere doelgroepen: functiebeperving, psychische problemen, internationale studenten

FACULTEITEN EN BELEIDSWERK

- Professionalisering & ondersteuning facultaire studieloopbaanbegeleiders en ombudsen
- Beleidsvoorbereiding diverse dossiers studieloopbaanbegeleiding

Overzicht

Deel 1: Theoretisch kader

Deel 2: Aanpak

Deel 3: Evaluatie

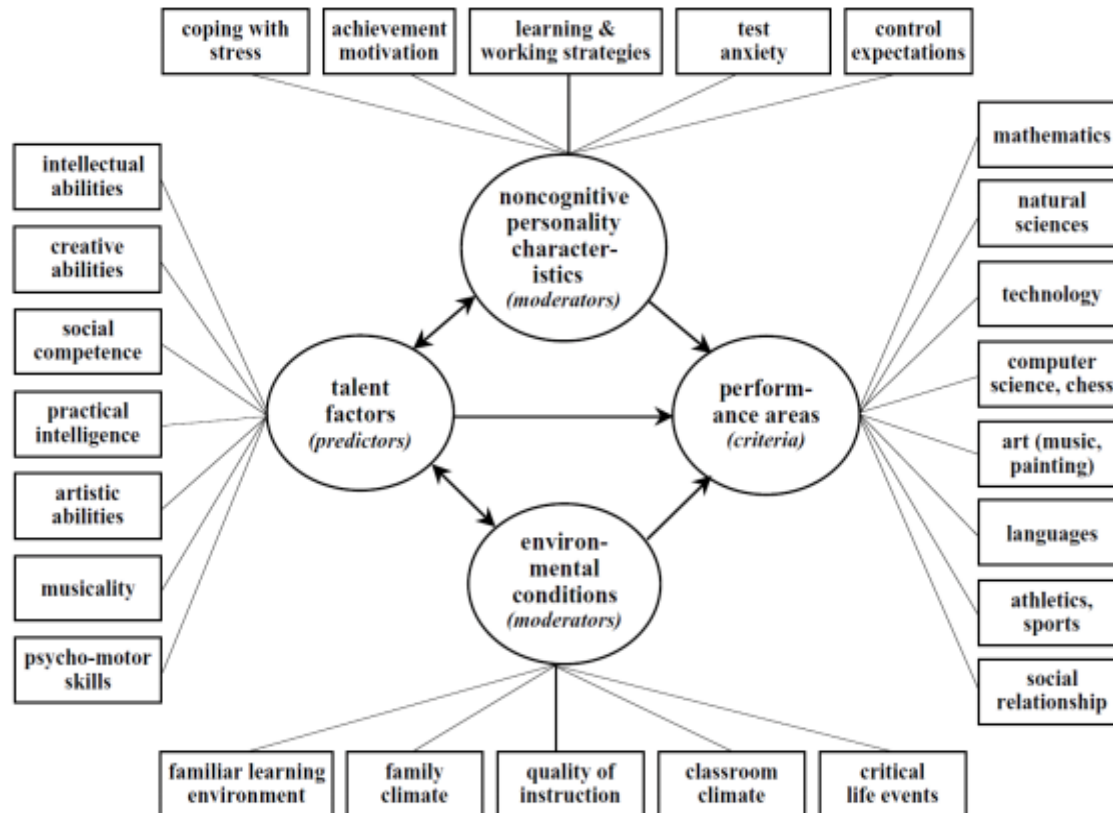
Deel 1: theoretisch kader

Deel 1: theoretisch kader

- Hoogbegaafdheid
 - Resultante van de interactie tussen aanleg, omstandigheden en persoonlijkheidskenmerken
 - Eenduidige definitie bestaat niet
 - Zoals ook 'de hoogbegaafde' niet bestaat

Deel 1: Theoretisch kader

- Munich Model of Giftedness and Talent (Heller)



Casussen

Chat

- Welke persoonlijkheidskenmerken of omgevingskenmerken herken jij in volgende casussen?

Casus – Lotte



Casussen

- Welke persoonlijkheidskenmerken of omgevingskenmerken herken jij in volgende casussen?
 - Casus Lotte:
 - Gebrek aan zelfregulerende vaardigheden en studiegewoonten

Casus – Mirtha

Mirtha: *Ik heb de neiging om niet enkel voor mezelf de lat hoog te leggen, maar ook voor de mensen met wie ik samenwerk. Ik ga door tot alles in detail in orde is, waardoor projecten snel een veel grotere omvang krijgen en vaak ook veel meer tijd in beslag nemen dan oorspronkelijk de bedoeling was. Ik heb dan ook altijd de neiging om alles zelf te doen; dat gaat sneller en dan is het ook gebeurd volgens de door mezelf opgelegde norm.*

Casussen

- Welke persoonlijkheidskenmerken of omgevingskenmerken herken jij in volgende casussen?
 - Casus Lotte:
 - Gebrek aan zelfregulerende vaardigheden en studiegewoonten
 - Casus Mirthe:
 - Perfectionisme

Casus – Johanna



Op examens ga ik het soms te ver zoeken en haal ik onvoldoendes, zeker multiple choice examens zijn moeilijk

CREATED USING
POWTOON

Casussen

- Welke persoonlijkheidskenmerken of omgevingskenmerken herken jij in volgende casussen?
 - Casus Lotte:
 - Gebrek aan zelfregulerende vaardigheden en studiegewoonten
 - Casus Mirthe:
 - Perfectionisme
 - Casus Johanna:
 - Laag (academisch) zelfconcept en zelfbeeld
 - Sociale isolatie

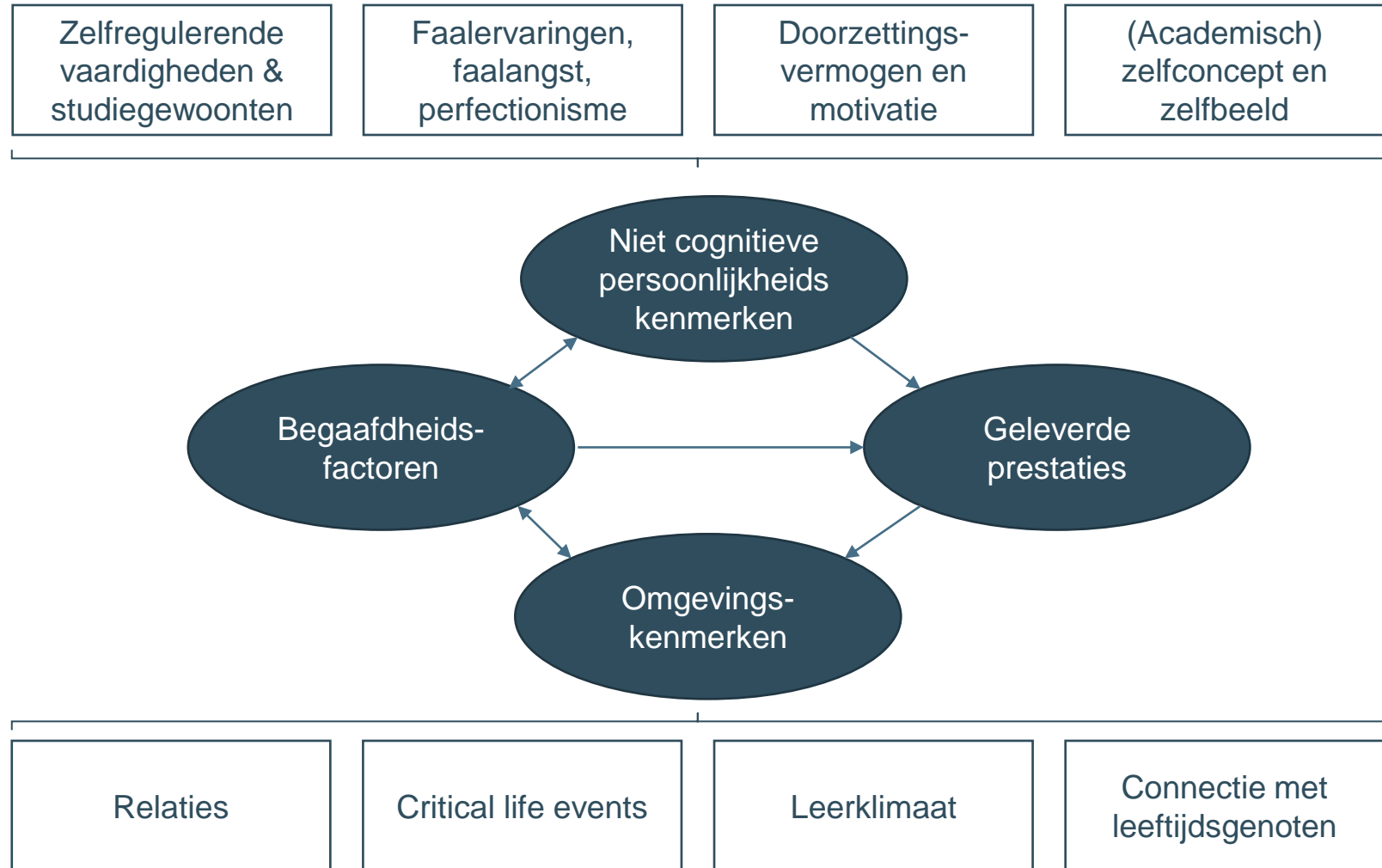
Casus Florian

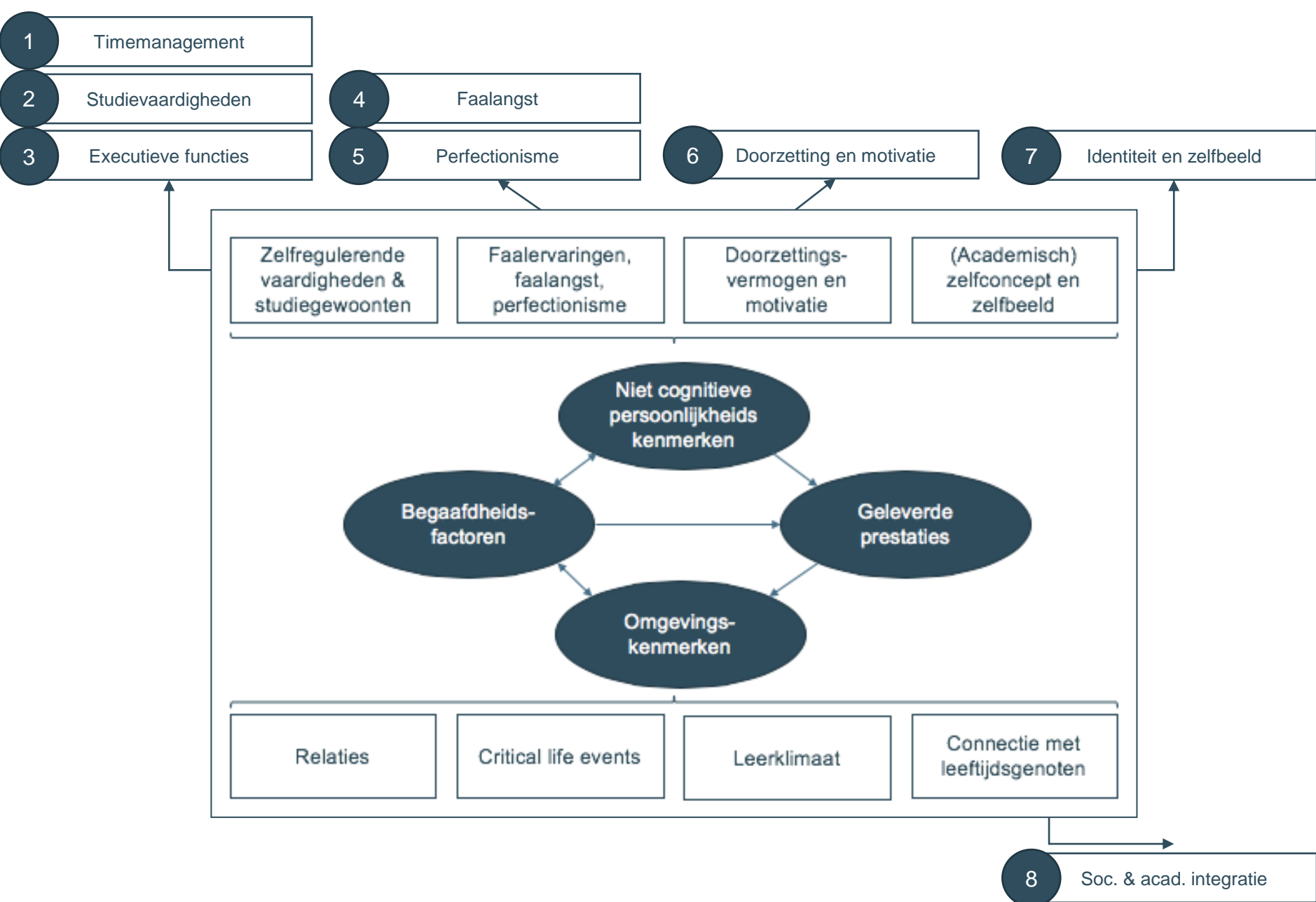
Florian had het in het middelbaar altijd heel gemakkelijk, Wiskunde-Wetenschappen afgerond zonder problemen, maar ook zonder noemenswaardige inzet. Hij was gebeten door wiskunde en technologie, dus dacht hij burgerlijk ingenieur te gaan studeren. Hij hoopte dat het hem zou lukken om de examens te halen door de lessen te volgen en tijdens de examens hard te werken. Tijdens het jaar valt er namelijk zoveel te beleven voor studenten. Daarnaast is hij ook graag even ‘op zijn gemak’, beetje chillen, serie kijken, waarom moeilijk als het ook gemakkelijk kan? Hij vindt van zichzelf dat hij lui is, ... De resultaten bleven uit. Hij stapte nu over naar de opleiding industrieel ingenieur.

Casussen

- Welke persoonlijkheidskenmerken of omgevingskenmerken herken jij in volgende casussen?
 - Casus Lotte:
 - Gebrek aan zelfregulerende vaardigheden en studiegewoonten
 - Casus Mirthe:
 - Perfectionisme
 - Casus Johanna:
 - Laag (academisch) zelfconcept en zelfbeeld
 - Sociale isolatie
 - Casus Florian:
 - Weinig doorzettingsvermogen
 - Gebrek aan motivatie

Deel 1: Theoretisch kader





Deel 2: aanpak

Interne workshop Hoogbegaafdheid

A. Ik vind dat een IQ-meting nodig om om een goede afbakening te hebben van de doelgroep voor deze workshop.

B. Ik ben van mening dat IQ niet van belang is voor de afbakening van de doelgroep van deze workshop



Interne workshop Hoogbegaafdheid (2)

- A. Een aparte groep voor hoogbegaafde onderpresteerders is wenselijk en haalbaar
- B. Een aparte groep voor hoogbegaafde onderpresteerders is wenselijk maar niet haalbaar
- C. Een aparte groep voor hoogbegaafde onderpresteerders is niet wenselijk en niet haalbaar
- D. Een aparte groep voor hoogbegaafde onderpresteerders is niet wenselijk maar wel haalbaar



Interne workshop Hoogbegaafdheid (3)



A. Hoogbegaafden zijn zo verschillend dat een individuele benadering het best werkt.

B. Hoogbegaafden leren snel van elkaar en hebben vooral baat bij een groepsaangepak.



Interne workshop Hoogbegaafdheid (4)

- A. Als studieloopbaanbegeleider
zetten wij onze expertise en
ervaring in en werken we op
voorhand draaiboeken uit.
- B. We vertrouwen de inhoud toe
aan de aanwezige studenten.



Interne workshop Hoogbegaafdheid (5)

- A. Hoogbegaafde onderpresteerders
staan voor zoveel uitdagingen
waardoor een blijvende
ondersteuning nodig is.
- B. Hoogbegaafde onderpresteerders
zijn in staat om aan de hand van
korte begeleidingssessies volledig
zelfstandig goed te presteren op
studievlak.

Onze aanpak

- Voor wie?
 - Afzonderlijk groepsaanbod voor studenten die zich herkennen in hoogbegaafdheid

TALENT VERSTERKEN



› [Coachingstraject: Hoogbegaafd!? En toch loop je vast bij het studeren?](#)

Lees [hier](#) de inschrijvingsvoorwaarden.

COACHINGSTRAJECT: HOOGBEGAAFD!? EN TOCH LOOP JE VAST BIJ HET STUDEREN?

Ben jij ... een snelle en slimme denker, die complexe zaken aankan? Autonoom, nieuwsgierig en gedreven van aard? Een sensitief en emotioneel mens, intens levend? Iemand die plezier schept in creëren? Misschien wel hoogbegaafd?

En toch lukt studeren aan de universiteit niet zoals je gehoopt had, heb je het idee dat je presteert onder je mogelijkheden?

In dit coachingstraject van 5 workshops sta je stil bij je eigen sterktes en werkpunten. Samen met 8 à 10 medestudenten formuleer je je persoonlijke doelen en word je daarop gecoacht. Als groep bepalen jullie zelf de gespreksthema's. We denken o.a. aan je thuis voelen in je studierichting, identiteit en zelfbeeld, een goede studiemethode ontwikkelen, timemanagement skills inoefenen, omgaan met perfectionisme of faalangst, of topics als motivatie en doorzettingsvermogen.

Je engageert je voor het ganze traject. Ben je ingeschreven aan de KU Leuven, herken je je in bovenstaande beschrijving en ben je gemotiveerd om 'je talent te versterken', dan mag je je inschrijven voor dit coachingstraject. Een officiële erkenning 'hoogbegaafdheid' mag, maar is niet nodig.

Praktisch

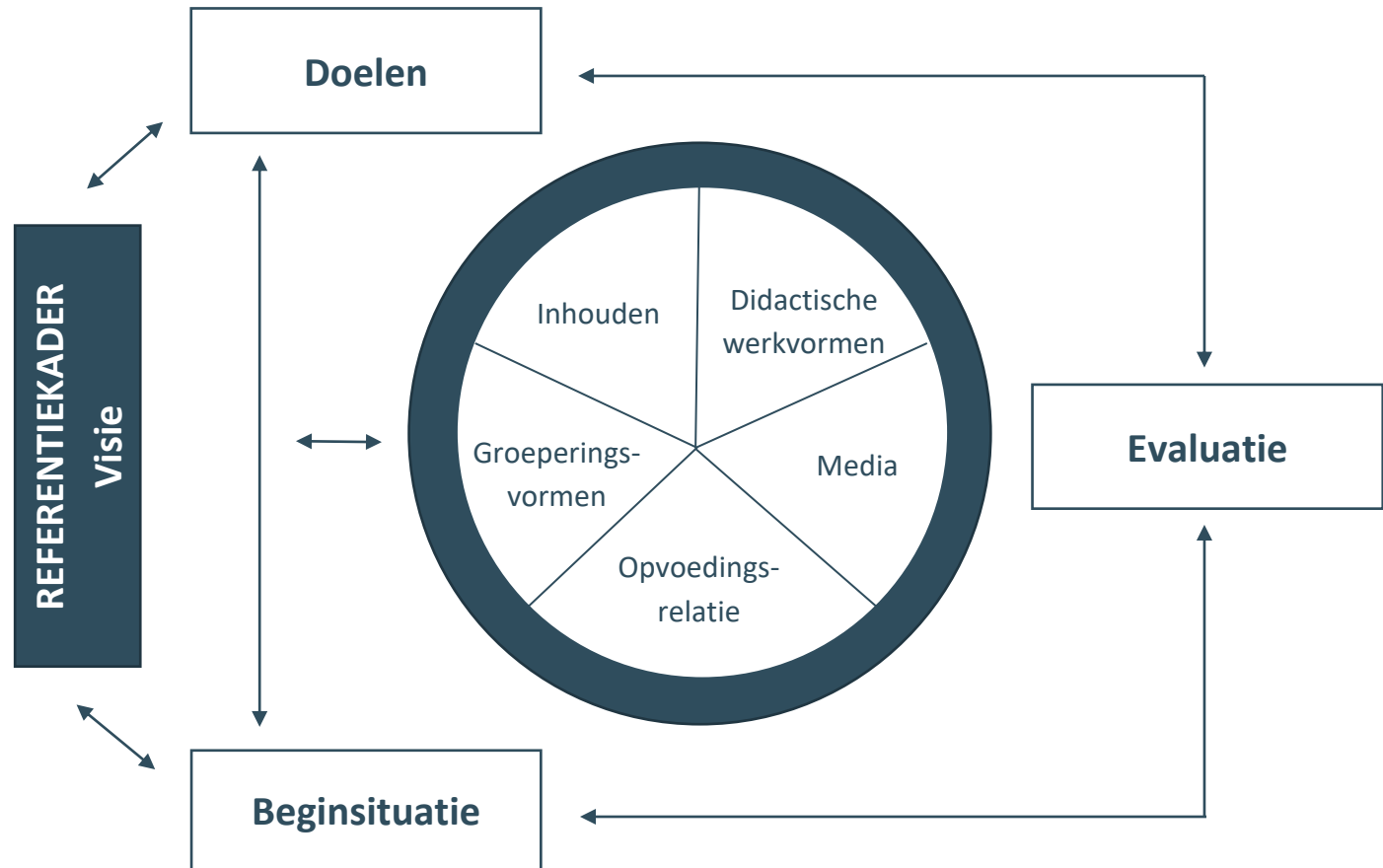
Wanneer?	Waar?
Donderdag 5, 12, 19, 26 maart en 23 april 2020 van 17 tot 19uur	Studentenvoorzieningen Naamsestraat 80 (Leuven) Lokaal 02.30

[INSCHRIJVEN](#)

Onze aanpak

- Voor wie?
 - Afzonderlijk groepsaanbod voor studenten die zich herkennen in hoogbegaafdheid
- Wat?
 - Vijf sessies van 2uur
 - Eventueel messenger- en facebookgroep voor reminders en opvolging
 - Eventueel samenstudeersessies

- Hoe?
 - Inspiratiebundel met 8 thema's en losse puzzelstukjes



Onze aanpak

- Hoe?
 - Inspiratiebundel
 - Input studenten – co-creatie
 - Inspraak over welke thema's in sessies aan bod komen
 - Keuze of studenten inhoud sessies mee willen vormgeven

Onze aanpak

• Hoe?

- Inspiratiebundel
- Input studenten – co-creatie
- Overzichtsbladen

Sessie 1: donderdag 17 oktober 17u-19u (aanwezig: 16u45 lokaal 02.30)

- TODO:
 - Afdrukken voorblad → worddocument 'voorblad' → 11x
 - Afdrukken achterkant voorblad → worddocument 'achterkant voorblad' → 11x
 - Afdrukken voorblad → worddocument 'sessie 1: voorblad' → 11x

Introductie

	Wat?	Wie?	Tijd?	Klaarleggen?
1	Introductie van begeleiders	Joke en Eline	5'	
2	Introductie van sessies + doel	Joke		

Puzzelstuk 1: Kennismaking

	Wat?	Wie?	Tijd?	Klaarleggen?
1	Voorstelling studenten: naam, studierichting, huidige parcours, interesses/hobby, regio	Eline	10'	

Puzzelstuk 2: Gesprek: 'hoe omgaan met hoogbegaafdheid?'

- TODO:
 - Afdrukken kaartjes → worddocument 'sessie 1: kaartjes' → 1x
 - deze kaartjes dienen nog gevouwd worden; linkse afbeelding = voorkant, vraag = achterkant

	Wat?	Wie?	Tijd?	Klaarleggen?
1	De studenten nemen en beantwoorden één voor één een vraag over hoogbegaafdheid. De kaarten liggen met de vraag naar beneden op tafel. De studenten beantwoorden zelf de vraag en daarna mikken we op 2 aanvullingen van andere studenten.	Elk om de beurt	30-40min	Kaartjes klaarleggen op een tafel

Puzzelstuk 4: slides 'wat is hoogbegaafdheid?'

	Wat?	Wie?	Tijd?	Klaarleggen?
1	Presentatie → Slide 1: verschillende definities hoogbegaafdheid → Slide 2: verschillende soorten onderpresteerders → Slide 3: onderpresteerders filmpje		10 min	Artikel meegeven Filmpje
2	Wat vind je ervan? Hoe komt het over?			

Onze aanpak

- Hoe?
 - Inspiratiebundel
 - Input studenten – co-creatie
 - Inspraak over welke thema's in sessies aan bod komen
 - Keuze of studenten inhoud sessies mee willen vormgeven
 - Overzichtsbladen
 - Ondersteunende documenten

Sessie 1: kennismaking

- Kennismaking
- Kaartjes ‘Hoe omgaan met hoogbegaafdheid?’



Sessie 1: kennismaking

- Kennismaking
- Kaartjes ‘Hoe omgaan met hoogbegaafdheid?’
- Slides ‘Wat is hoogbegaafdheid?’
- SWOT- analyse

SWOT- analyse	
Intern	
Zwaktes (bij het studeren en op psychosociaal vlak) <i>Waar loop je nog tegenaan? Wat gaat minder goed doordat je hoogbegaafd bent?</i>	Sterktes (bij het studeren en op psychosociaal vlak) <i>Wat kan je goed? Welk voordeel biedt je hoogbegaafdheid?</i>
Extern	
Kansen <i>Welke elementen zorgen ervoor dat je je hoogbegaafdheid optimaal kan gebruiken? Wat in jouw omgeving maakt dat het makkelijker is om om te gaan met je hoogbegaafdheid?</i>	Bedreigingen <i>Wat in jouw omgeving maakt dat het moeilijk is om met je hoogbegaafdheid om te gaan? Welke uitdagingen brengt hoogbegaafdheid met zich mee? Wat is niet zo vanzelfsprekend voor jou en waar moet je bewust aan werken?</i>

Sessie 1: kennismaking

- Kennismaking
- Kaartjes 'Hoe omgaan met hoogbegaafdheid?'
- Slides 'Wat is hoogbegaafdheid?'
- SWOT- analyse
- Waar wil ik als individu rond werken?
- Waar gaan we als groep rond werken?

Doelen

Individueel

Waar wil jij als individu tijdens dit coachingstraject aan werken?

Collectief

Waar willen we als groep aan werken tijdens dit coachingstraject?

Sessie 2: Executieve functies

- Vragenlijst en uitleg executieve functies

Vragenlijst 'Executieve functies'

Lees elk item hieronder en beoordeel hoe goed het jou beschrijft.

1. totaal niet mee eens - 2. niet mee eens - 3. enigszins niet mee eens - 4. neutraal - 5. enigszins mee eens - 6. mee eens - 7. volledig mee eens

Item	score	totaal
1. Ik trek geen overhaaste conclusies.		
2. Ik denk eerst na voor ik iets zeg.		
3. Ik ondernem geen actie als ik niet over alle feiten beschik.		
4. Ik heb een goed geheugen voor feiten, data en details.		
5. Ik kan heel goed onthouden wat ik me heb voorgenomen te doen.		
6. Ik houd er zelden aan herinnerd te worden als ik iets moet doen.		
7. Mijn emoties spelen me zelden parten tijdens mijn werk.		
8. Kleine dingen deren me nauwelijks en leiden me niet af van mijn werk.		
9. Als ik gefrustreerd of boos ben, blijf ik kalm.		
10. Ongeacht de taak wil ik er zo snel mogelijk mee beginnen.		
11. Ik stel eigenlijk nooit iets uit.		
12. Ik stel dingen zelden tot het laatste uit.		
13. Ik vind het makkelijk om tijdens mijn werk geconcentreerd te blijven.		
14. Zodra ik eenmaal ergens mee begonnen ben, werk ik ijverig door tot ik klaar ben.		
15. Ook als ik gestoord word, vind ik het niet moeilijk om weer aan de slag te gaan en mijn werk af te maken.		
16. Aan het begin van de dag heb ik een duidelijk plan van wat ik hoop te bereiken.		
17. Als ik veel te doen heb, kies ik me gemakkelijk concentreren op de belangrijkste dingen.		
18. Grote opdrachten deel ik meestal op in kleine subtaken.		
19. Ik beschouw mezelf als een goed georganiseerd mens.		
20. Het kost me geen moeite om mijn werkplek opgeruimd en ordelijk te houden.		
21. Ik pak mijn werkzaamheden systematisch aan.		
22. Aan het einde van de dag heb ik meestal af wat ik gepland had.		
23. Ik kan goed inschatten hoeveel tijd iets vergt.		
24. Ik ben meestal op tijd voor afspraken en activiteiten.		
25. Ik raak niet van de wijs door onverwachte gebeurtenissen.		
26. Ik pas me gemakkelijk aan veranderingen in plannen en prioriteiten aan.		
27. Ik beschouw mezelf als flexibel en pas me makkelijk aan veranderingen aan.		
28. Ik inclusie mijn prioriteiten gewoontjes en benadruk minstens een mezelf te verbeteren.		
29. Ik kan een situatie van een afstandje bekijken om objectieve beslissingen te nemen.		
30. Ik zie 'het grote plaatje' en vind het bijbehorende problemen oplossen leuk.		
31. Ik vind zelf dat ik gedreven ben.		
32. Ik heb er geen probleem mee om leuke dingen op te geven om aan langetermijndoelen te werken.		
33. Ik vind het belangrijk om tegenstanders te leveren.		
34. Ik werk graag in een veeleisende, drukke omgeving.		
35. Een zekere druk helpt me om op mijn best te presteren.		
36. Ik vind werk met een zekere onvoorspelbaarheid aantrekkelijk.		

Doelen

Individueel

Waar wil jij als individu tijdens dit coachingsproject aan werken?

Collectief

Waar willen we als groep aan werken tijdens dit coachingsproject?

Nieuw R. Guire e.a., 2013, pp. 48-49

Sessie 2: Executieve functies

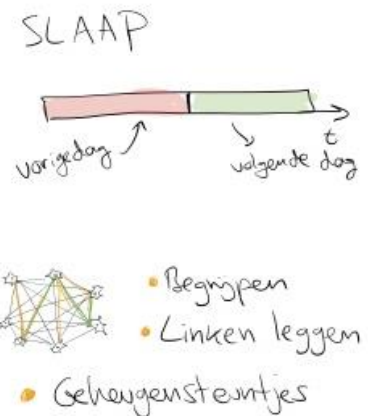
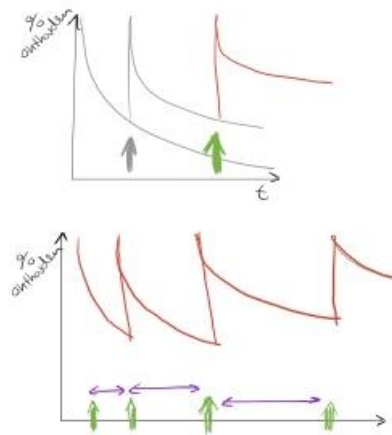
- Vragenlijst en uitleg executieve functies
- Tips rond executieve functies

Sessie 2: Executieve functies

- Vragenlijst en uitleg executieve functies
- Tips rond executieve functies
- Invullen actieplan executieve functies

Sessie 3: studievaardigheden

- Terugkomen actieplan executieve functies
- Resultaten STUVA vragenlijst bespreken
- Eigen input studenten
 - Memoriseren
 - Schema's maken



Sessie 3: studievaardigheden

- Terugkomen actieplan executieve functies
- Resultaten STUVA vragenlijst bespreken
- Eigen input studenten
 - Memoriseren
 - Schema's maken
- Schema fasen leerproces

[illegible]

Sessie 3: studievaardigheden

- Terugkomen actieplan executieve functies
- Resultaten STUVA vragenlijst bespreken
- Eigen input studenten
 - Memoriseren
 - Schema's maken
- Schema fasen leerproces
- Actieplan studievaardigheden opstellen

Sessie 4: timemanagement en motivatie

- Terugkomen actieplan studievaardigheden
- Resultaten VASEV vragenlijst bespreken
- Growth & fixed mindset met discussie 'kan je alles leren?'



Sessie 4: timemanagement en motivatie

- Terugkomen actieplan studievaardigheden
- Resultaten VASEV vragenlijst bespreken
- Growth & fixed mindset met discussie 'kan je alles leren?'
- Schema motivatie
- Tools: uitleg tijdsregistratie, input studenten
- Actieplan opstellen

Sessie 5: Faalangst & perfectionisme

- Terugkomen actieplan timemanagement & motivatie
- Uitleg perfectionisme
- Evalueren standaarden
- Uitleg faalangst (studente)
- 5G schema

5G schema

zicht krijgen op je denkpatronen

GEBEURTENIS Wat is er terecht gebeurd?	ALTERNATIEVE GEBEURTENIS
GEDACHTEN Wat waren de helpende en/of niet-helpende gedachten die de gebeurtenis opstap?	ALTERNATIEVE GEDACHTEN
GEVOELEN Wat voelde je?	ALTERNATIEVE GEVOELEN
GEDRAG Wat deed je precies?	ALTERNATIEF GEDRAG
GEVOLG Wat was het gevolg?	ALTERNATIEF GEVOLG

Sessie 5: Faalangst & perfectionisme

- Terugkomen actieplan timemanagement & motivatie
- Uitleg perfectionisme
- Evalueren standaarden
- Uitleg faalangst (studente)
- 5G schema
- Praktische tips
- Afspraken ivm opvolging
- Actieplan opstellen
- Evaluatie

Deel 3: evaluatie

Vraag aan jullie...

Wat vinden jullie de beste methode om een coachingstraject te evalueren?

Onze aanpak

- Kortetermijn: survey
- Langetermijn: interview

Resultaten: feedback studenten

- Randvoorwaarden coachproces
 - Beschikbare tijd: 5 sessies van 2u = goed
 - MAAR te kort voor dieperliggende problemen
 - Locatie: gebouwen DSA, banken u-vorm = goed
- Informatie vooraf
 - 3x website, 1x bibliotheek, 0x facebookpagina, 1x mail, 2x doorverwijzing DSA
 - Officiële erkenning geen vereiste
 - Goede benadering

Resultaten: feedback studenten

- Nulmeting ☐ geen intakegesprek
 - Goede benadering, anders drempelverhogend
 - 1 student liever toch intakegesprek: wegwerken twijfels
- Flexibiliteit
 - Co-creatie: positief, anderen helpen, verhoogde betrokkenheid
 - Co-creatie geeft vertrouwen: sessies 'op maat' van de studenten

Resultaten: feedback studenten

- Evenwicht theorie, oefeningen, discussietijd
 - Vragenlijsten: voor studenten liever minder, voor begeleiders wel zeer nuttige info.
 - Sommigen meer discussies
 - Ervaringen delen, soortgelijke problemen, niet alleen
↔ ‘geen nieuwe elementen’ bij langere discussies
 - Sommigen meer theorie
 - Gestroomlijnde en afgebakende discussies
 - Benamingen en beschrijvingen voor gevoelens
- Messengergroep ☐ goed: extra motivatie, reminders,...
- Samenstudeersessies ☐ nog meer

Resultaten: feedback studenten

- Waardering coachee over proces en resultaten
 - Relaties
 - *‘Aangezien we over hoogbegaafdheid werden aangesproken, doorheen de lens van onze studies weldegelijk, voelde we ons niet zozeer als student aangesproken, maar ook als persoon. Doordat we als persoon werden aangesproken, vond ik dat deze workshop meer kracht had.’*
 - Coachees zien elkaar buiten sessies
 - Collegiale studentenrelatie vs vriendenrelatie

Resultaten: link doelen begeleiders en feedback studenten

- Overkoepelende doelen van coaching bereikt?
 - Open communicatie – sociale integratie ☐ bereikt
 - Laagdrempelige sessies, community-gevoel
 - Academische integratie ☐ bereikt
 - Atypische denkwijze meerwaarde studie
 - Meer waarde aan studie
 - Handvaten omgaan ontwikkelpunten ☐ bereikt
 - Hoogbegaafdheid – zelfbeeld ☐ gemengde bevindingen
 - Capaciteiten en copingstrategieën
 - Examens: positieve invloed, maar enige factor?

Resultaten

- Suggesties coachees
 - Wekelijkse bespreking 1 overkoepelend actiepunt
 - Extra sessies:
 - 1 actiepunt uit elke sessie gedurende 1 week proberen
 - Arbeidsmarkt & overleven in wereld die niet voor jou is aangepast
 - Getuigenis 30-40 jarige hoogbegaafde met zelfde belemmeringen
 - Sociale relaties en overdenken
 - Extra opvolging 2^e semester voor blijvende veranderingen

Zijn er nog vragen?

Bedankt!