

DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**

Lezing:

HB-Café Zeeland

Onderwerp:

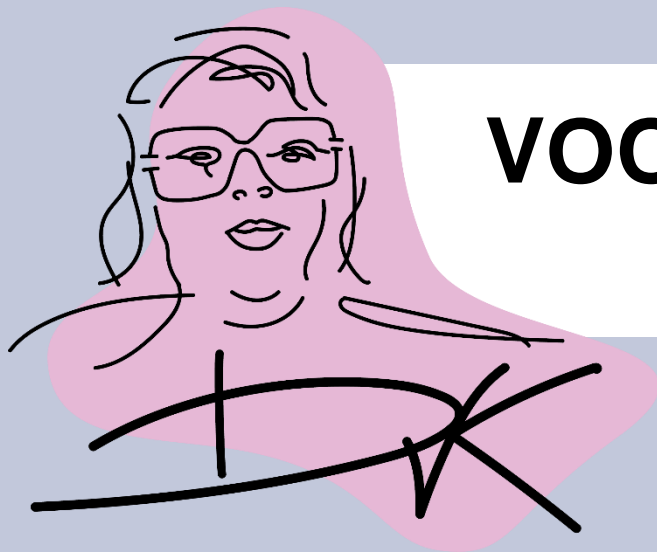
Hoogbegaafden en relaties

Datum:

14 april 2023

Persoonlijk
Aandachtig
Sensitief
Serius
Intelligent
Empathisch

DINEKE BRENGT DE PASSIE TERUG,
IN HET LEVEN EN IN RELATIES



VOORSTELLEN

www.dinekevankooten.nl EN LinkedIn

DINEKE VAN KOOTEN

DE FIK ERIN

Op weg naar een vurige relatie

- In juli 1963 in Huizen geboren; 6^{de} kind van 7; mijn vader was predikant; grootgebracht in Delft;
- Universiteit: Politicologie RUL en Massacommunicatie RUU
- 1992-2006 chronisch ziek en pijnpatiënt => **BOEK Dwars door de pijn'. Mijn grillige weg van ziekte naar genezing'** (25 oktober 2021)
- 2004-2019 opleidingen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling en relaties
- Sinds 2004 coach van individuen, relaties en familiebedrijven
- Sinds 2014 op zoek naar man/vrouw verschillen en relaties => **BOEK 'De fik erin. Op weg naar een vurige relatie'** augustus 2023

Dineke van Kooten

DWARS DOOR DE PIJN

Mijn grillige weg van ziekte naar genezing



DISCLAIMER



Ik heb een paar eigenaardigheden:

- ⇒ Ik zeg bewust de dingen **zwart / wit**, om het daarna over de nuances te hebben.
- ⇒ Ik zeg heel **stellig** dingen! Geloof ze niet ! Ik heb de waarheid niet in pacht!
Maar overweeg ze en kijk wat jouw lijf/ jouw ziel zegt: bijv. dit klopt (niet) voor mij.

Ik vraag je wel om een COAL-houding

Curious (nieuwsgierig); **O**pen (open);
Aceptable (welkom); **L**ove (liefdevol)

=> dan staat je brein open voor nieuwe inzichten en veranderingen.



Vooronderstelde kennis

⇒ Hoogbegaafdheid

⇒ De theorie van positieve desintegratie, geformuleerd door de Poolse psycholoog en psychiater Kazimierz Dąbrowski

Niet? → Kijk op dinekevankooten.nl en vindt artikelen en podcasts

Hoogbegaafdheid en relaties:

RELATIE

HOOGBEGAAFD

Man / Vrouw

Persoonlijke ontwikkeling

Ontwikkeling mens in baarmoeder



RELATIE

HOOGBEGAAFD

De **laatste 3 maanden** groeien de hersenen exponentieel in de baarmoeder. Dit hersengebied is belangrijk bij het uitvoeren van leertaken, het ontwikkelen van sociale vaardigheden en de motoriek.

Vanaf dag 1 van de conceptie start de groei van het reptielenbrein.

Vanaf maand 6 start dan ook de groei van het zoogdierenbrein, welke staat voor het voelen.

Vanaf maand 9 start dan ook de groei van het mensenbrein. Welke staat voor je denken, voor je ratio, voor je plannen, voor je overzicht houden.

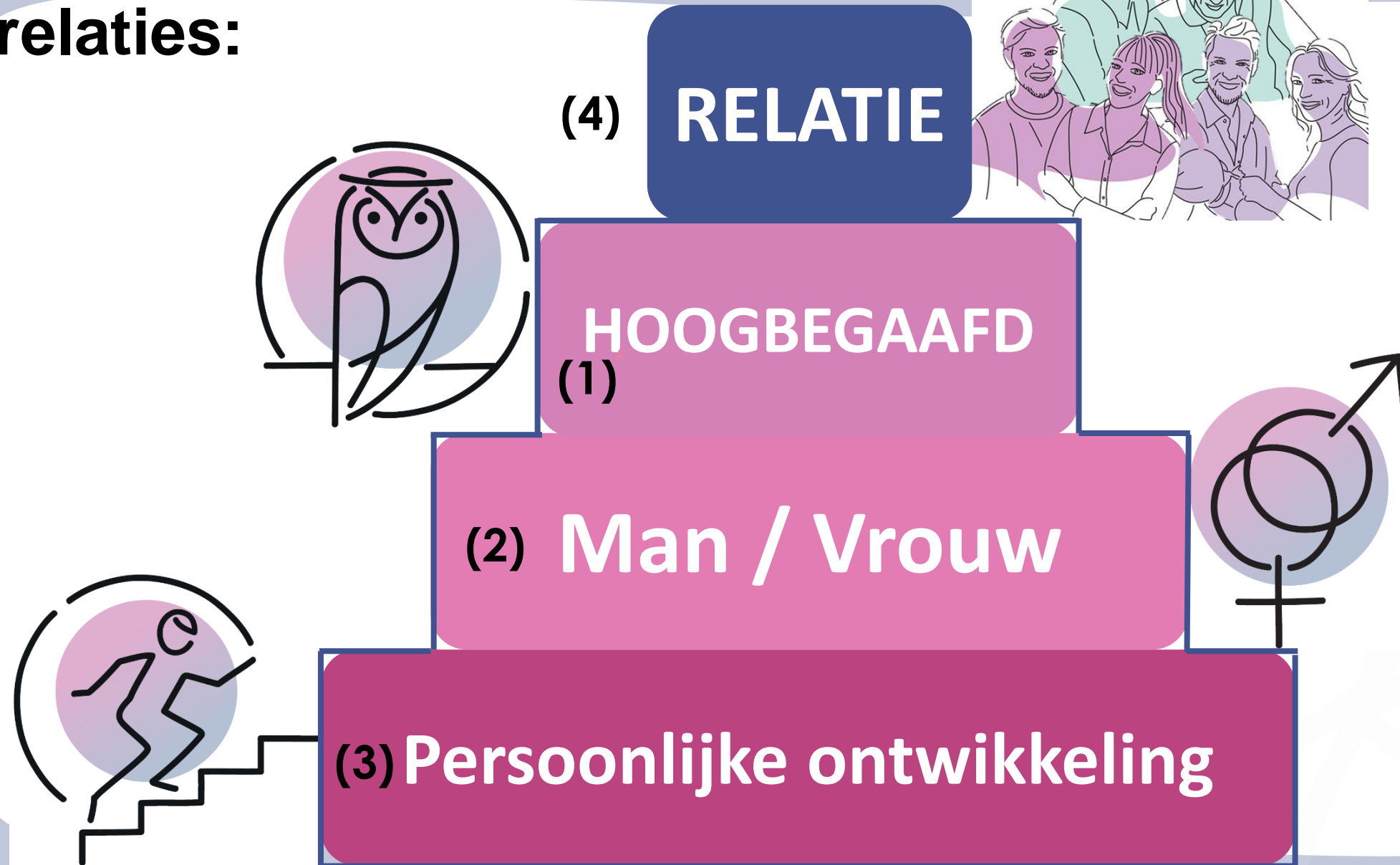
Man / Vrouw

Na **6 weken** van de conceptie- Y-chromosoom bepaalt ontwikkeling naar jongen. Bij begin 'beide' X-chromosoom

Persoonlijke ontwikkeling

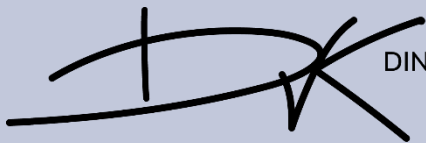
Vanaf **de conceptie**

Hoogbegaafdheid en relaties:





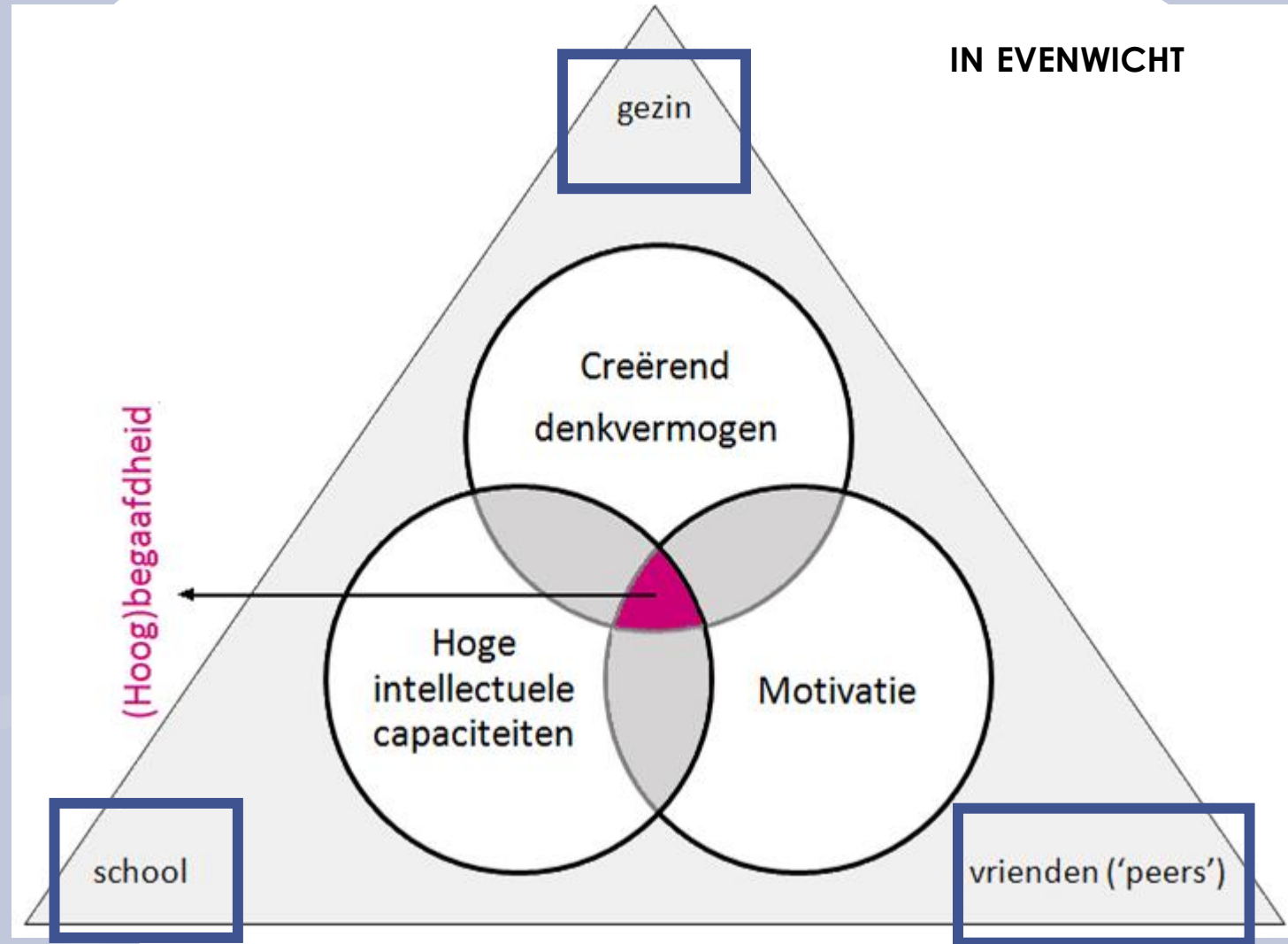
HOOGBEGAAFD



DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**

Hoogbegaafd is...

Meerfactorenmodel Hoogbegaafdheid
Renzulli/Mönks



HOOGBEGAAFD:



HOOG-
INTELLIGENT

HOOG-
SENSITIEF

HOOG-
SEKSUEEL

HOOG-
SPIRITUEEL

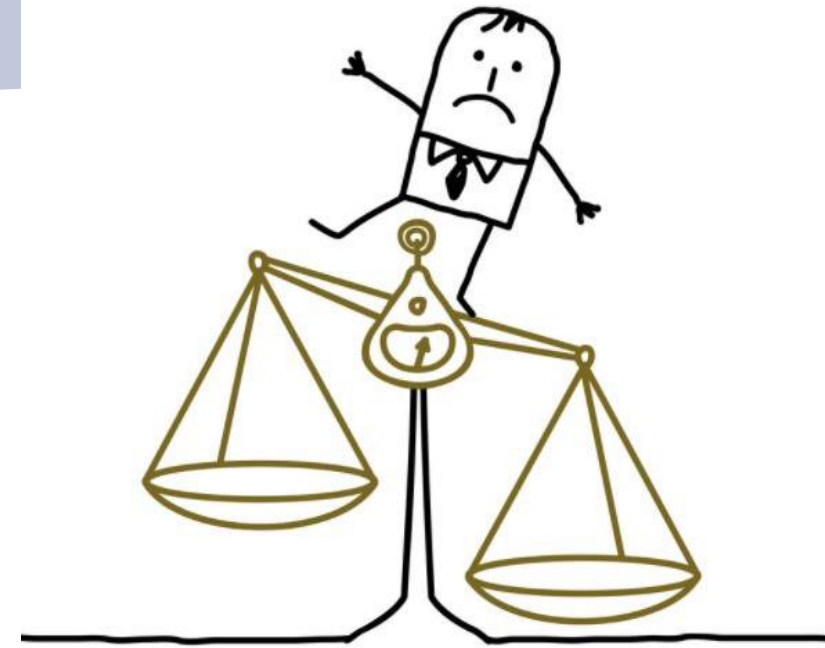
HOOGBEGAAFD:

HOOG-
SENSITIEF

HOOG-
INTELLIGENT

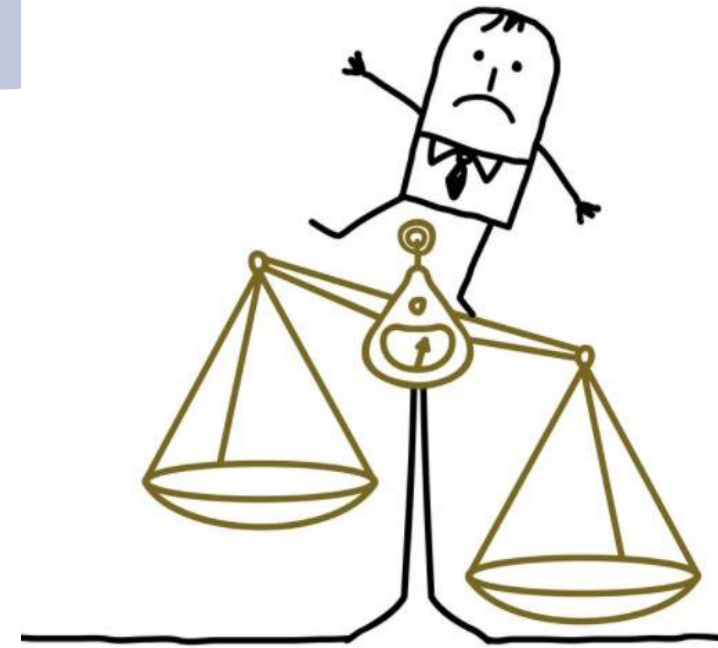
HOOG-
SPIRITUEEL

HOOG-



HOOGBEGAAFD:

HOOG-
SENSITIEF



HOOG-
INTELLIGENT

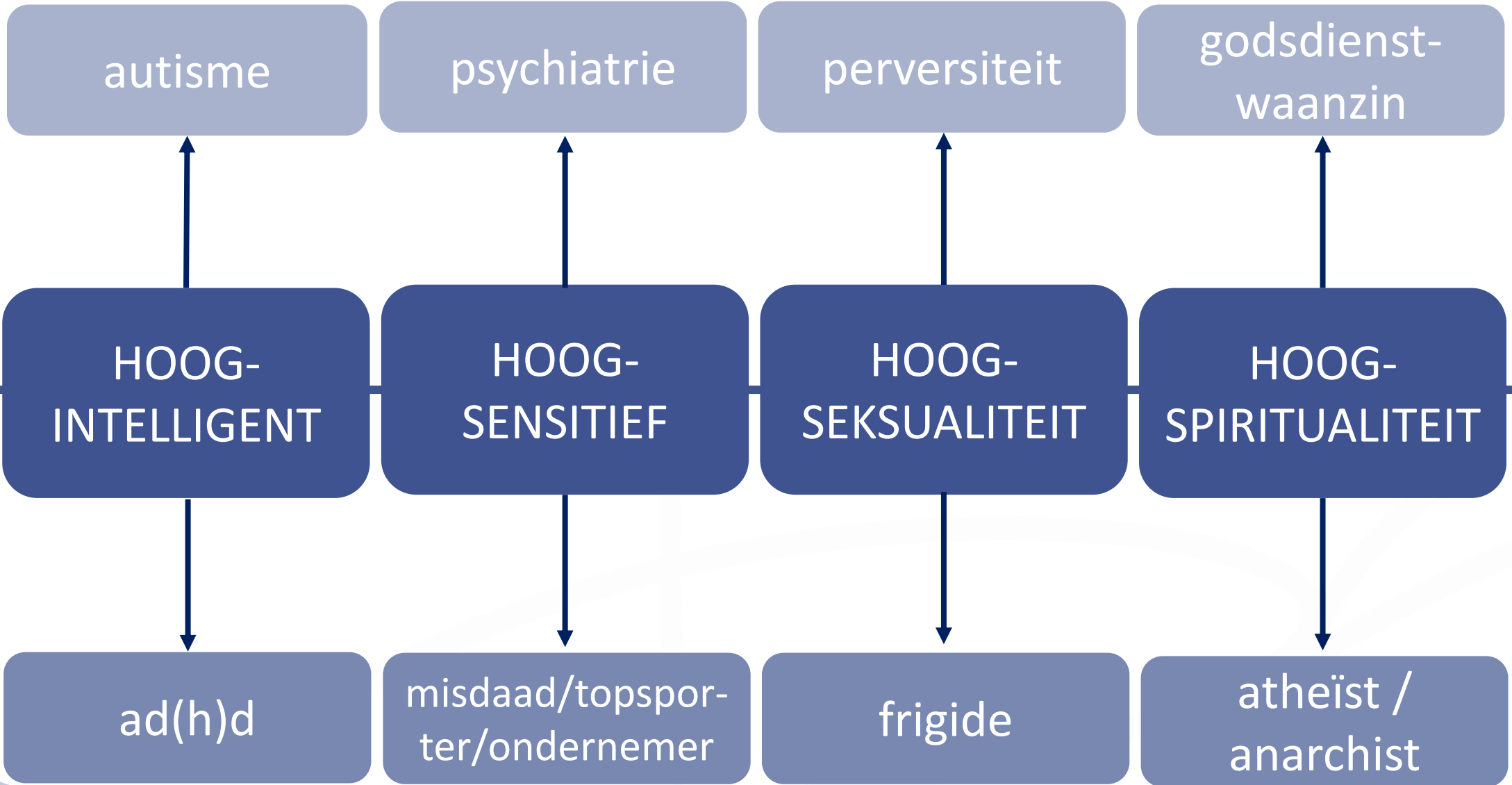
MISDIAGNOSES

HOOG-
SPIRITUEEL

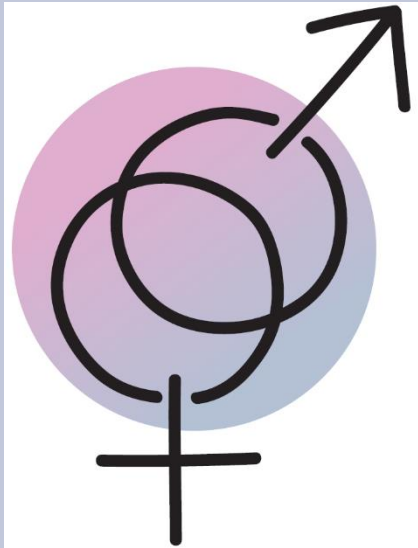
HOOG-

Misdiagnoses bij TE VEEL

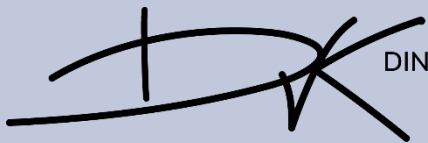
HOOG BEGAAFD



Misdiagnoses bij TE WEINIG



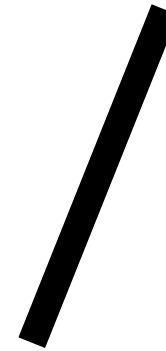
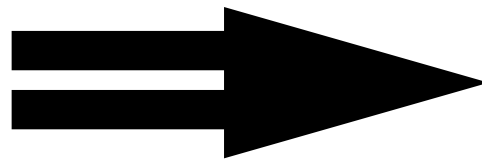
Man / Vrouw



DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**

DISCLAIMER

E =
Energy





MANNELIJKE ENERGIE

VROUWELIJKE ENERGIE

Beweging naar buiten gericht

Beweging naar binnen gericht

Structuur / vorm

Inhoud / context

Beginnen met: manifesteren (focus)

Beginnen met: individualiteit (ik)

Creatie

Zorgzaamheid

Doelen / strategieën

Overgave

Ratio / denken

Intuïtie / voelen

Impulsief

Reflectief

Analyseren / structureren / scheiden

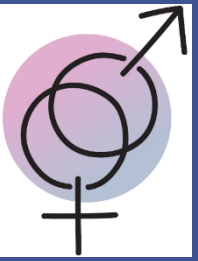
Synthese / verbinden / inspireren

Inspanning / actie / doen

'Zijn' / ontspanning / rust

Uiteindelijk: individualisatie (IK)

Uiteindelijk: gemeenschap (WIJ)



Man / Vrouw

⇒Geest:

Spiritualiteit

⇒Ziel:

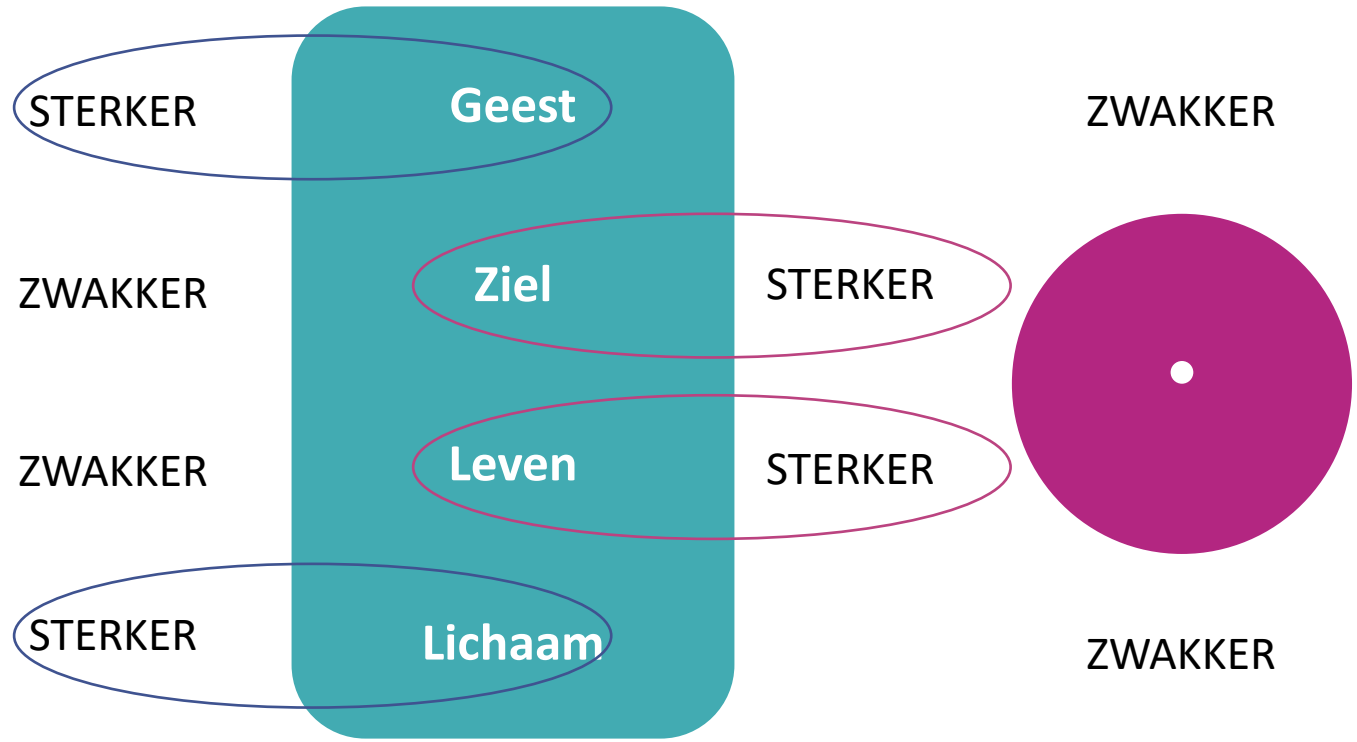
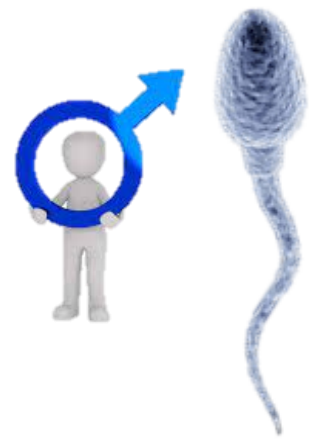
- Gevoel, emotie
- Besluitvorming
- Denken

⇒Lichaam:

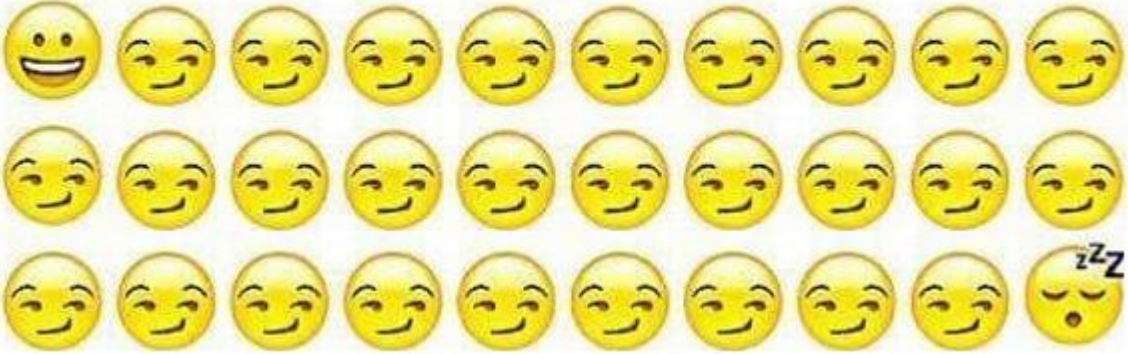
- Fysiek
- Hormonen
- Brein



Man / Vrouw



dag van een man



dag van

dag van een vrouw



MAN / VROUW verschillen



Mannen praten naast elkaar zittend



Vrouwen praten tegenover elkaar zittend

MAN / VROUW verschillen





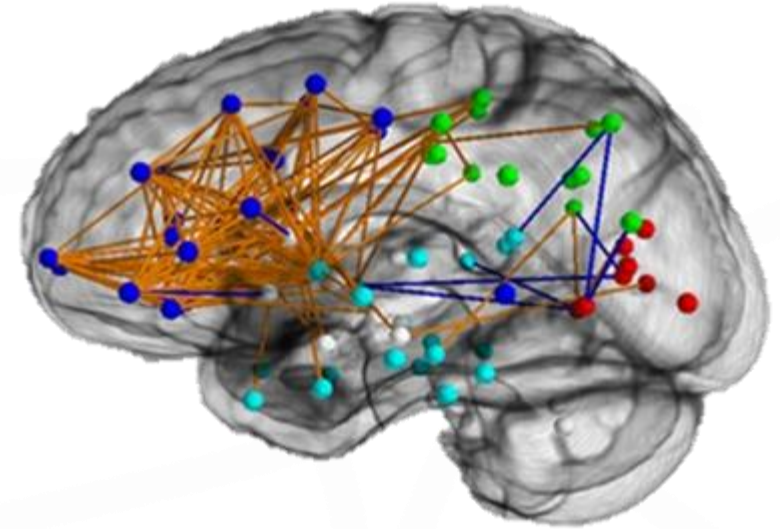
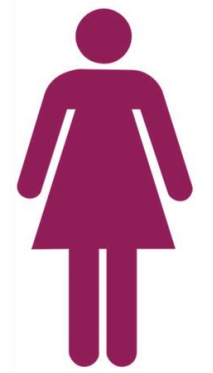
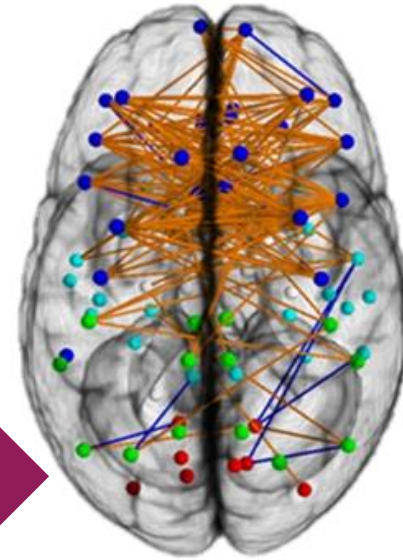
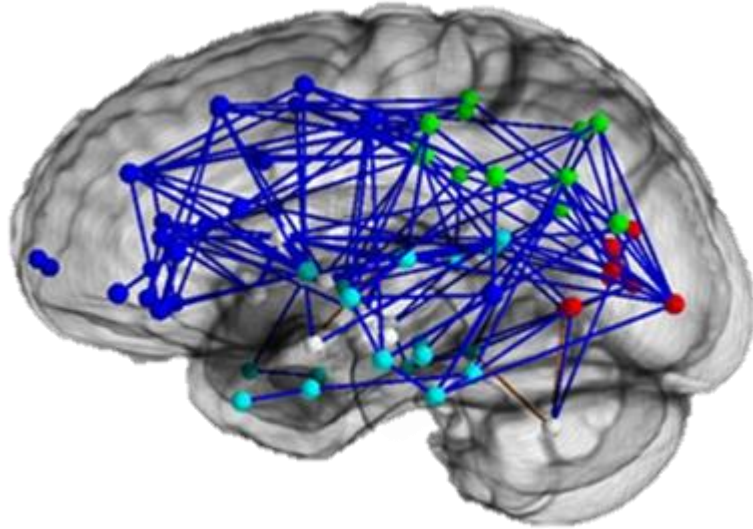
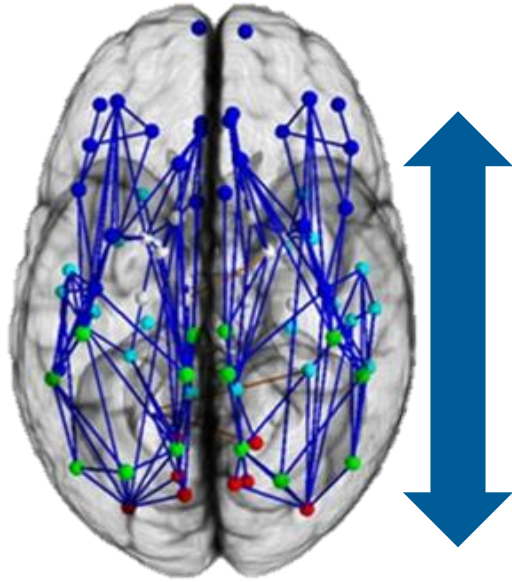
RED
VIOLET
PINK
ORANGE
YELLOW
GREEN
BLUE



SCARLET
DARK RED
WINE RED
PLUM
EGGPLANT
GRAPE
PURPLE
LAVENDER
CARNATION
STRAWBERRY
FUCHSIA
SALMON
ORANGE
MELON
YELLOW
LEMON
LIME
FRESH GRASS
GREEN
DARK GREEN
MOSS
GREEN-YELLOW
SEA GREEN
BLUE-GREEN
SKY BLUE
TURQUOISE



Man-Vrouw brein





PROBLEMEN?



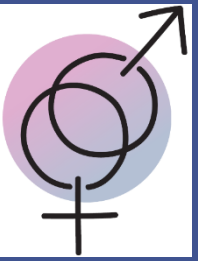
Man-Vrouw brein

MARK GUNGOR

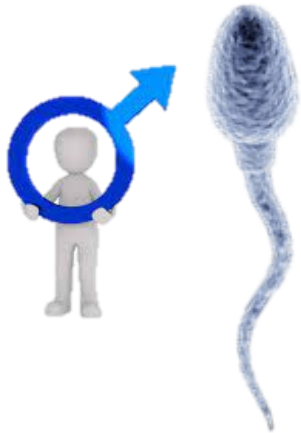


Mark Gungor Full Marriage Seminar

<https://www.youtube.com/watch?v=nWkPOFz3RSk>



Man / Vrouw



STERKER

Geest

ZWAKKER

ZWAKKER

Ziel

STERKER

ZWAKKER

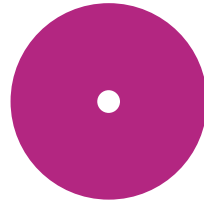
Leven

STERKER



STERKER

Lichaam

ZWAKKER



- Eicel
- Rond
- Rust - wacht
- Centripetaal (naar het midden strevend of naar binnen gericht)
- Opnemen
- Eenheid

  Vrouw
Moeder - bouwt interne wereld
Gevoelig - brengt haar gevoel in de ontmoeting
Minnares - verleidelijk, overstijgt de droom van de man, is de fascinatie van de man
Natuur
Gevend in het nemen
Respectief - initiatiefrijk
Subjectief
Groepsgericht - schaal, proces
Intuïtief
Langzaam warm; langzaam koud
Maan



Man



Vader - gaat de externe wereld in

Sterk - toont zijn kracht in de ontmoeting

Stier - zijn mannelijke kracht

wijsheid

Nemend in het geven

Agressief - reactief

Objectief - mentale instelling waarmee je de ontmoeting ingaat

Doelgericht - straal

Cognitief

Snel warm; snel koud

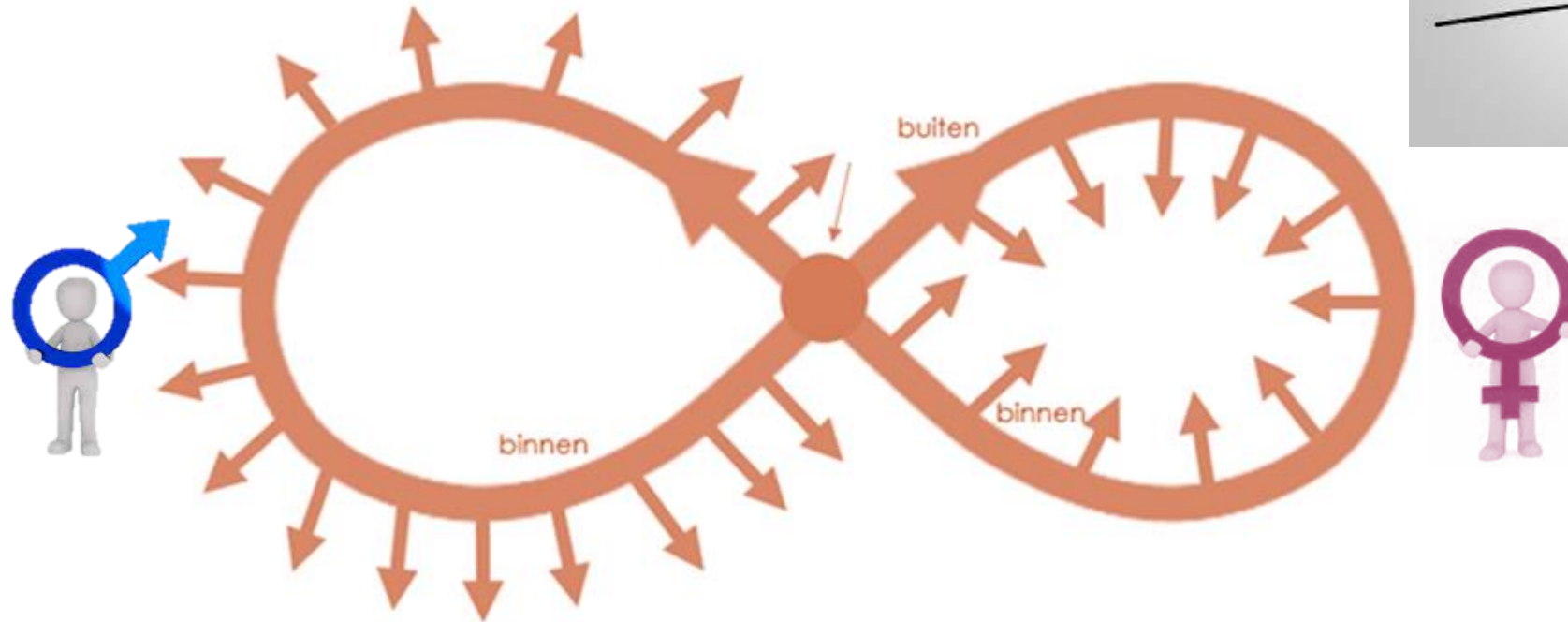
Zon



- Zaadcel: kop-staart
 - Recht; focus
 - Beweging
 - Actie
- Centrifugaal (centrumvliedend of naar buiten gericht)
 - Indringen

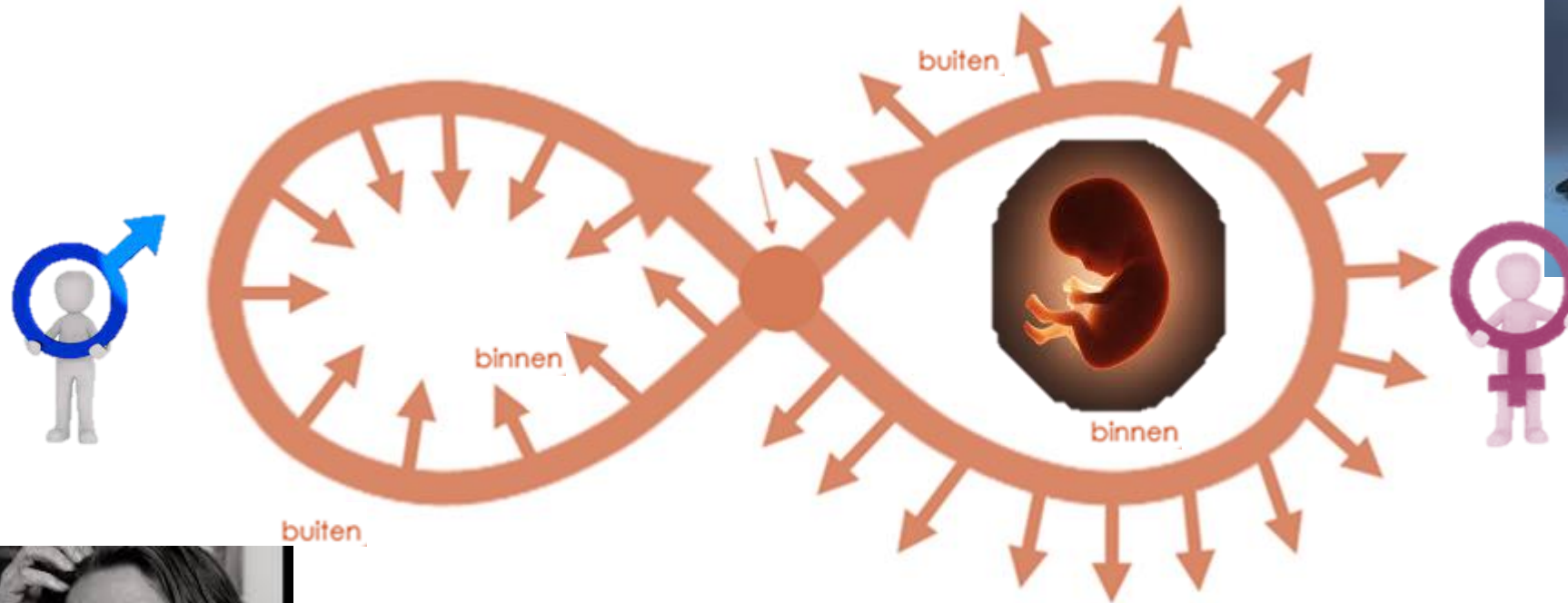
Persoonlijke ontwikkeling

18 - 40 jaar



Persoonlijke ontwikkeling

na 40 jaar



Vrouw



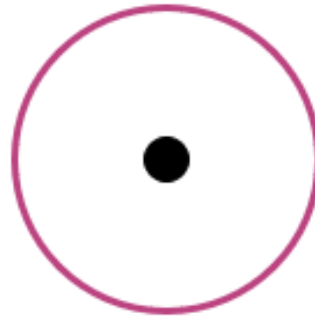
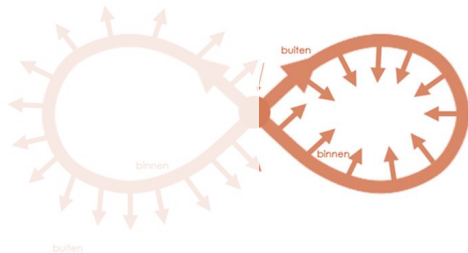
Man-Vrouw psychologisch

Haar beweging is naar *binnen*:

=> bewust-zijn ontwikkelen (wie ben ik?)

=> kijkt en voelt in de breedte (kinderen, vriendinnen)

=> werk, kennis en ervaring buiten wordt bereflecteerd
(al pratende, met vriendinnen)



rond
rust
centripetaal
(opnemen)
eenheid



eicel

Vrouw

Haar beweging is naar binnen:

=> bewust-zijn ontwikkelen (wie ben ik?)

=> kijkt en voelt in de breedte (kinderen, vriendinnen)

=> werk, kennis en ervaring buiten wordt bereflecteerd (al pratende, met vriendinnen)



Haar beweging stukt (**BEVRIEZEN**)

=> depressief, moeras gebied

=> komt tot niets

=> vult haar dagen met schoonmaken en ordenen

Haar beweging vergroot (**VLUCHTEN**)

=> is bijna nooit meer thuis

=> zorgt voor iedereen en de hele wereld (bemoederen)

=> altijd bezig buiten de deur (school, kerk, buurvrouw)

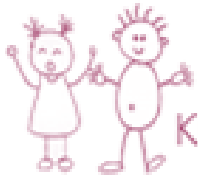
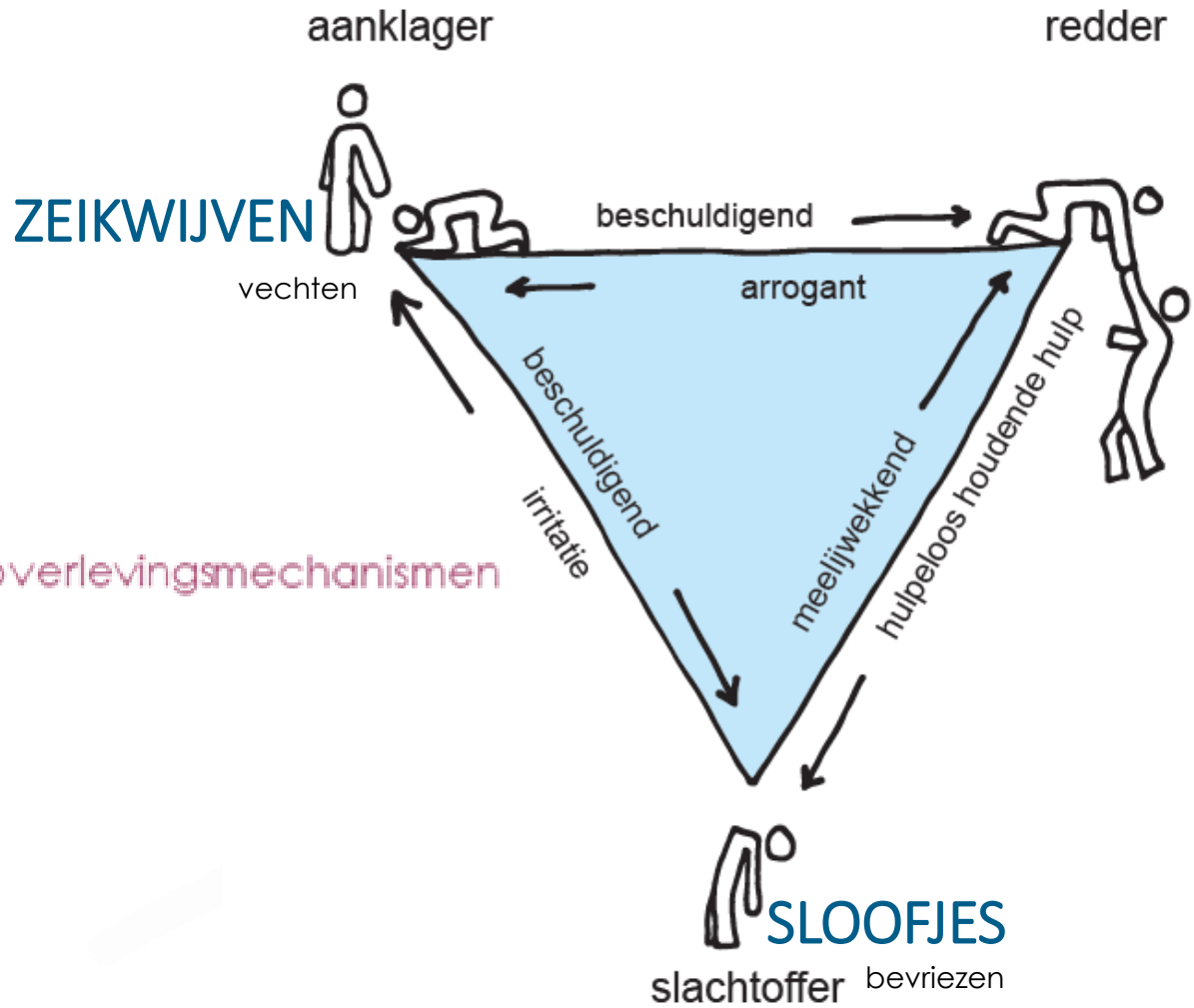
Haar beweging verhevigd (**VECHTEN**)

=> denkt dat het welbevinden van anderen van haar afhangt

=> heeft de waarheid in pacht

=> actiecomités, zeikwif – wil de hele wereld veranderen

ZIJ IS DE (overweldigende) RIVIER



Kind - overlevingsmechanismen

Man-Vrouw psychologisch



Man



recht
beweging
centrifugaal
(indringen)



zaadcel

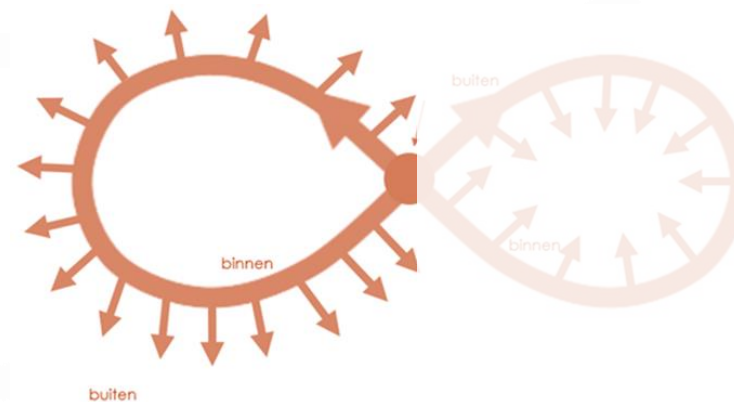
Zijn beweging is naar buiten:

=> in zijn kracht staan

=> gefocust bezig zijn

=> oplossing, creatief, verbetering

=> ontwikkeling in het werk (talenten)



Zijn beweging is naar buiten:

=> in zijn kracht staan

=> gefocust bezig zijn

=> oplossing, creatief, verbetering

=> ontwikkeling in het werk (talenten)



Zijn beweging stopt (**BEVRIEZEN**)

=> op de bank zitten

=> niet echt hobby's

Zijn beweging verhevigd (**VECHTEN**)

=> gaat met iedereen het gevecht aan

=> heeft de waarheid in pacht

=> wil alles beheersen, wil alle problemen oplossen

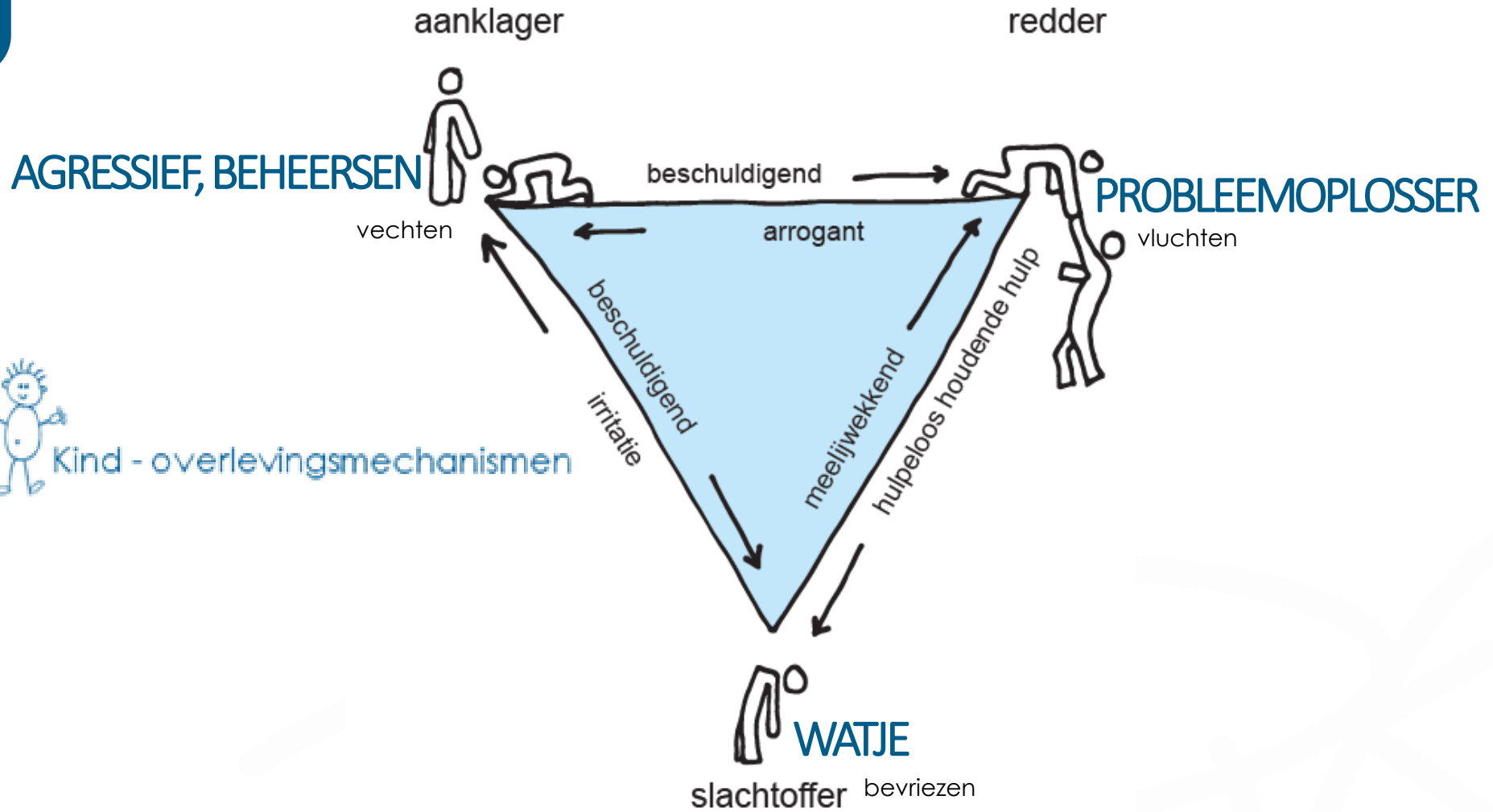
Zijn beweging vergroot (**VLUCHTEN**)

=> is bijna nooit meer thuis

=> bemoeit zich niet met thuis, kinderen

=> altijd bezig buiten de deur (werk, kerk, vereniging)

HIJ IS DE OEVERS



JOHN GRAY

SPECTRUM

De nieuwe rollen
van Mars en Venus

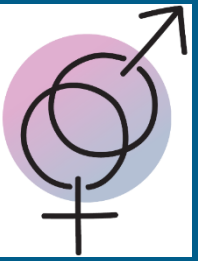
Mannen gaan anders om
met stress, carrière en
kinderen, vrouwen ook

MARS
VENUS
SUNEN

“Biologisch, anatomisch, psychologisch of communicatief . . . mannen en vrouwen zullen altijd hemelsbreed van elkaar blijven verschillen.” Aldus John Gray, een Amerikaanse relatietherapeut.

“Pas wanneer we leren elkaars verschillen te begrijpen en te accepteren, kunnen we meer van elkaar houden en dichter tot elkaar komen.” (TROUW)

Relaties	 Gesloten hart	Valkuil	 Open hart	Sterkte
VROUW		Bemoederen / aanwijzingen geven		Complimenten geven - ik boodschappen
VROUW		Pas vrijen als er 'gepraat' is		Door het vrijen - bij zijn hart brengen
MAN		Aan haar lot overlaten		In haar kracht zetten - op handen dragen
MAN		In zijn hol terugtrekken		Benoemen



Man / Vrouw



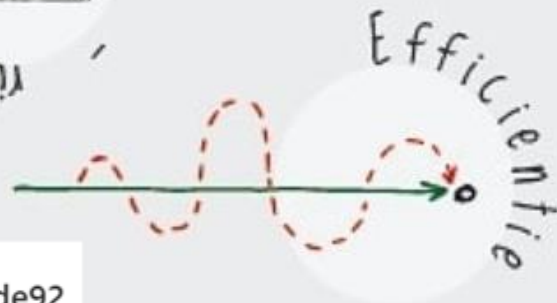
TESTOSTERON



OXYTOCINE



TESTOSTERON



mary.made92



Testosteron verhogen:

- 1) Succesvol in het werk
- 2) Mannen (kracht) activiteiten
- 3) Succesvol in de relatie
- 4) Gezond eten

Als mannen uit hun werk komen, dan is hun testosteron level laag. Zij moeten een half uur NIETS doen, dan wordt het vanzelf aangemaakt.

Testosteron killers:

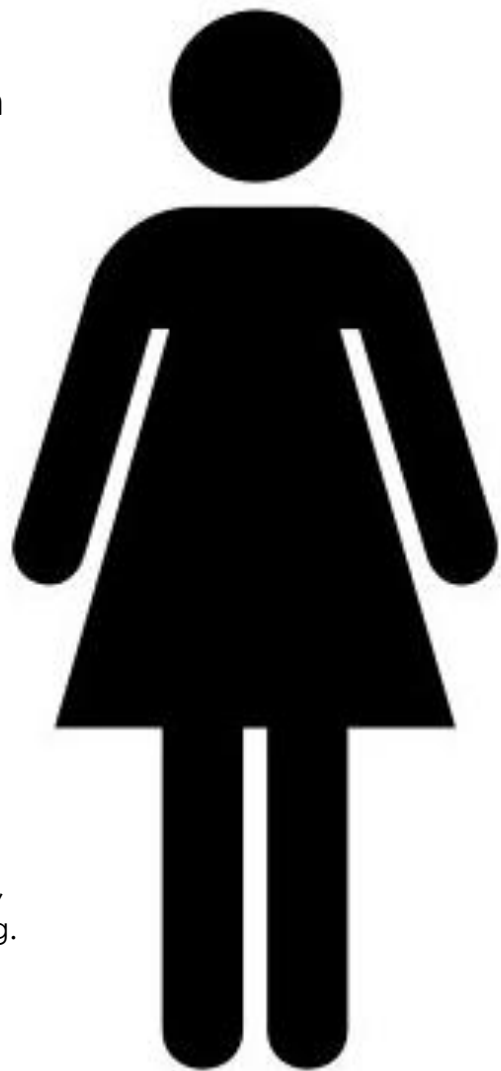
- 1) alcohol
- 2) roken
- 3) pornoverslaving

Oxytocine verhogen door:

=> praten met vriendinnen

=> zorgen voor anderen

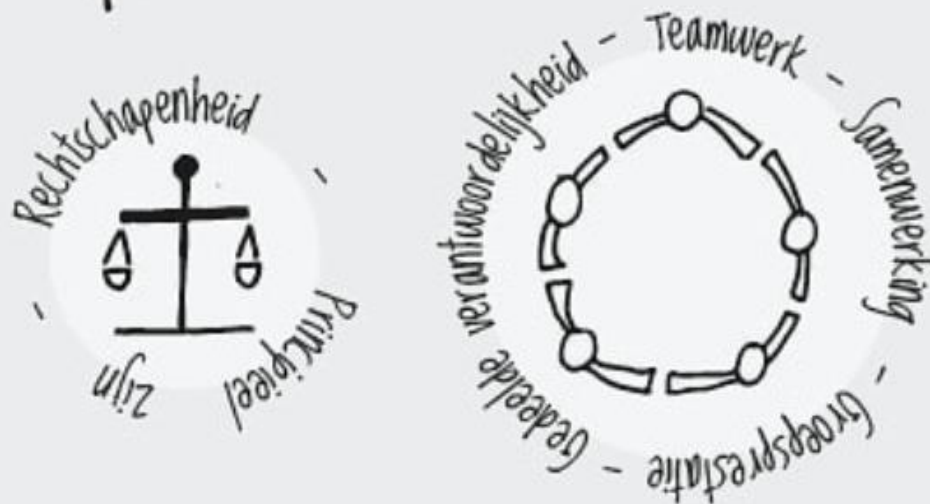
=> Optutten en verzorgen



Als vrouwen uit hun werk komen, dan is hun testosteron level hoog. Zij moeten hard werken om dat level te verlagen en hun oxytocine peil te verhogen.



OXYTOCINE





HIJ - testosteron

Hij brengt met behulp van taal vooral INFORMATIE over.

Hij heeft VERTROUWEN nodig.

Hij heeft ACCEPTATIE nodig.

Hij wil graag WAARDERING.

Hij zoekt BEWONDERING.

Hij wil graag GOEDKEURING.

Hij wil graag AANMOEDIGING.

Hij wil REPAREREN, SJOUWEN, BETALEN.

Hij wil de VRIJHEID om iets op zijn eigen manier en zijn eigen tijd te doen.

Hij is mbt huishouden een sprinter.

Hij is jager.



ZIJ - oxytocine

Zij brengt met behulp van taal vooral GEVOEL over.

Zij heeft ZORGZAAMHEID nodig.

Zij heeft BEGRIP nodig.

Zij wil graag RESPECT.

Zij zoekt TOEWIJDING.

Zij wil graag BEVESTIGING.

Zij wil graag GERUSTSTELLING.

Zij wil VERZORGEN, SCHOONMAKEN, ORGANISEREN.

Zij wil graag SAMENwerken, samen beslissen.

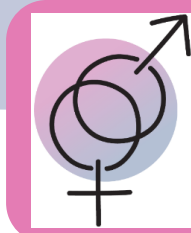
Zij is mbt huishouden een langs afstandsloper.

Zij is verzamelaar.



HOOGBEGAAFD

Man / Vrouw



Man / Vrouw

Persoonlijke ontwikkeling

MAN

Grote verschillen

VROUW

Hij valt anderen in de rede om **OPLOSSINGEN** aan te dragen.

Zij komt met **ONGEVRAAGD** (nuttig) **ADVIES**.

Hij hecht te weinig belang aan **LUISTEREN**.

Zij moet afleren om een man proberen te **VERANDEREN**.

Grote uitingen van **LIEFDE** maken een groot verschil.

Kleine uitingen van **LIEFDE** maken een groot verschil.

Hij **TREKT** zich **TERUG** in zijn hol om zich beter te voelen.

Zij moet **PRATEN** om zich beter te voelen.

Hij denkt: "Als zij niet om meer vraagt, geef ik blijkbaar genoeg!"

Zij vindt het niet romantisch om te vragen om uitingen van liefde en genegenheid.

Hij wil worden **GEWAARDEERD**, **GEACCEPTEERD** en **VERTROUWD**.

Zij wil worden **GERESPECTEERD**, **BEGREPEN** en **GEKOESTERD**.

MAN

VROUW

Zijn gevoel van eigenwaarde wordt bepaald door zijn **PRESTATIEVERMOGEN**

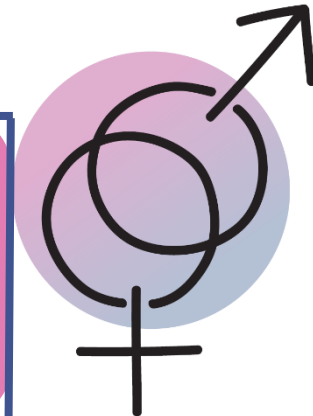
Haar gevoel van eigenwaarde wordt bepaald door haar gevoelens en de kwaliteit van haar relaties.

RELATIE



HOOGBEGAAFD

Man / Vrouw



Persoonlijke ontwikkeling





HOOGBEGAAFD

Man /
Vrouw

Persoonlijke ontwikkeling
(Levenslijn - Dabrowski)

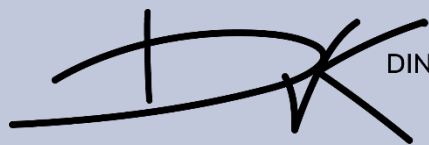
Man / Vrouw

HOOGBEGAAFD

Persoonlijke
ontwikkeling
(Levenslijn -
Dabrowski)



PERSOON / INDIVIDU



DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**



Als we (in een relatie) van streek raken,
Heeft 90% te maken met ons eigen verleden en
niet met wat wij als de directe oorzaak van ons gevoel zien.

Gemiddeld heeft slechts 10% van onze onlustgevoelens te maken met
de situatie van dit moment.



Persoonlijke ontwikkeling

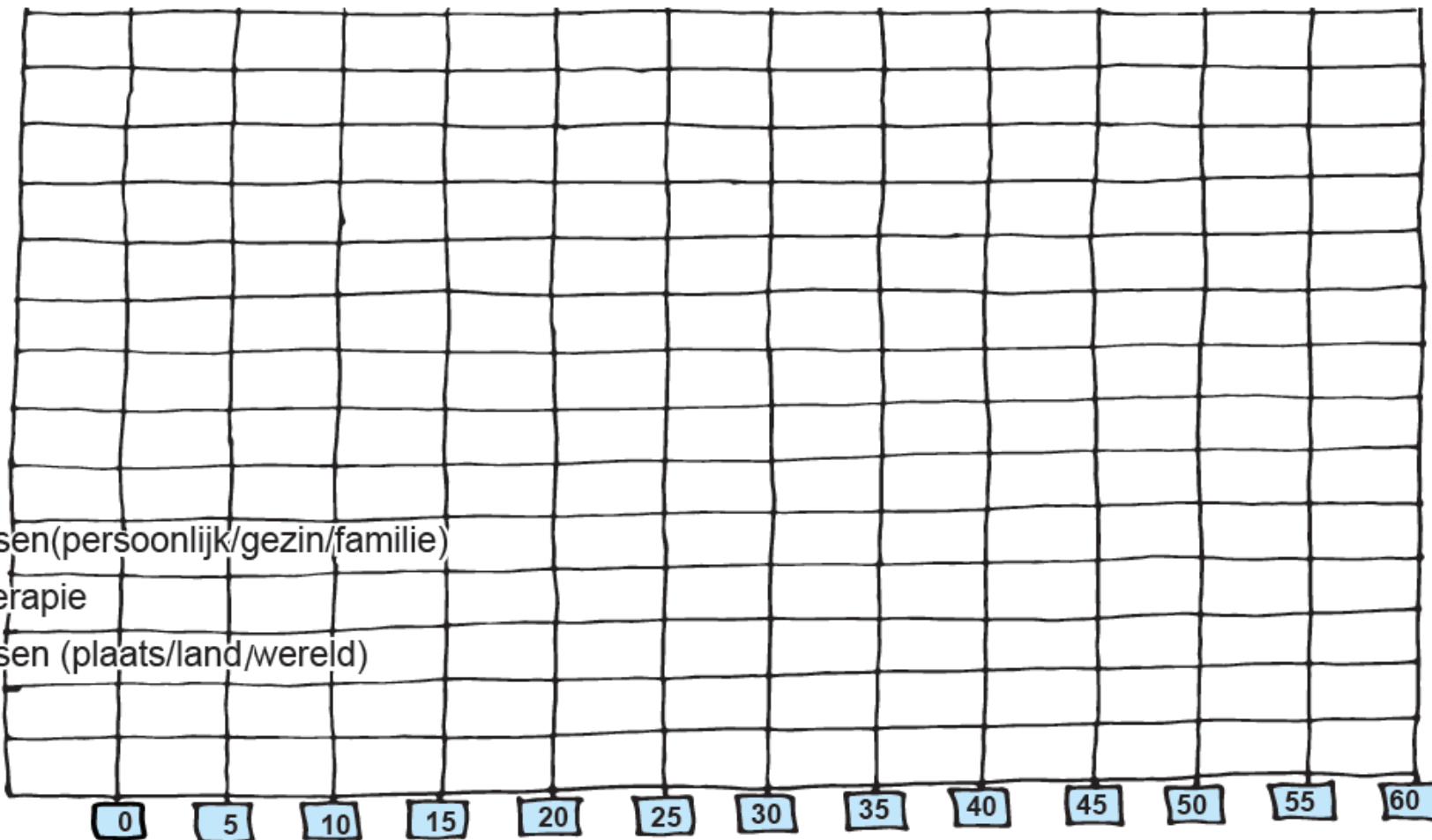
HOOGBEGAAFD

Man / Vrouw

Persoonlijke ontwikkeling

Leven

- familie
- wonen
- geloof
- relaties
- ziekte
- scholing
- hobby's
- vrienden
- werk
- gebeurtenissen (persoonlijk/gezin/familie)
- coaching/therapie
- gebeurtenissen (plaats/land/wereld)
- tegels
- descansos



© Dineke van Kooten

Insight Focused
 neuroTherapy =>
 BREIN (Pauline Skeates,
 Daniel J.Siegel)

In die mate waarin ik mij bewust ben van mijn levensgeschiedenis, in die mate ben ik mij bewust van mijn lichaam, van mijn ziel, van mijn geest > zelfbewustzijn In die mate leef ik (al dan niet ten volle) als mens



Persoonlijke ontwikkeling

HOOGBEGAAFD

Man / Vrouw

Persoonlijke ontwikkeling

Dr. Kazimierz Dabrowski	niveau 1: Primary Integration	niveau 2: Unilevel Disintegration	niveau 3: Spontaneous Multilevel Disintegration	niveau 4: Organised Multilevel Disintegration	niveau 5: Secondary Integration
© Dineke van Kooten	niveau 1: egocentrisme	niveau 2: (innerlijke) desintegratie	niveau 3: begin van eigen normen- en waardensysteem	niveau 4: Autonoom waar- densysteem	niveau 5: Ge integreerd waardensysteem
	<ul style="list-style-type: none"> > de ander heeft 'het' gedaan, weinig empathie > geen zelfreflectie; innerlijk conflict ongewenst > leven naar gegeven regels aanpassen 	<ul style="list-style-type: none"> > veel emotionele ambivalentie en onzekerheid > psychosomatische klachten, onrust, angsten 	<ul style="list-style-type: none"> > positieve conflicten: 'Hoe ben ik en hoe wil ik zijn?' > positief niet-aanpassen: los van 'wat hoort' > Existentiële angst en intense morele conflicten 	<ul style="list-style-type: none"> > Je weet nu wat je wilt, authenticiteit meer empathie > Je streeft naar perfectie binnen de menselijke maat; rustiger 	<ul style="list-style-type: none"> > persoonlijk -heidsideaal is bereikt; emotie en cognitie versmelten



Persoonlijke ontwikkeling

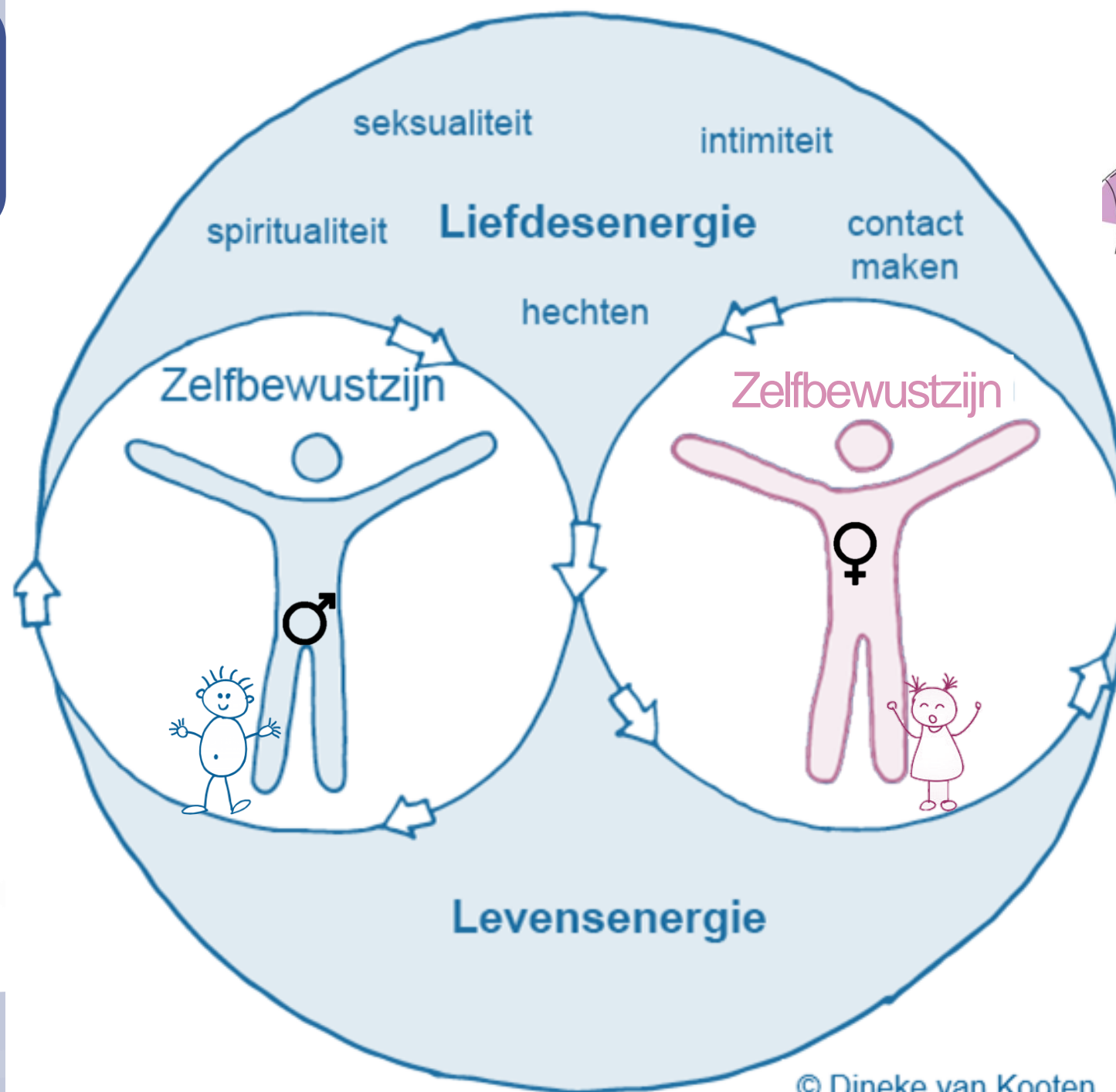
HOOGBEGAAFD

Man / Vrouw

Persoonlijke ontwikkeling

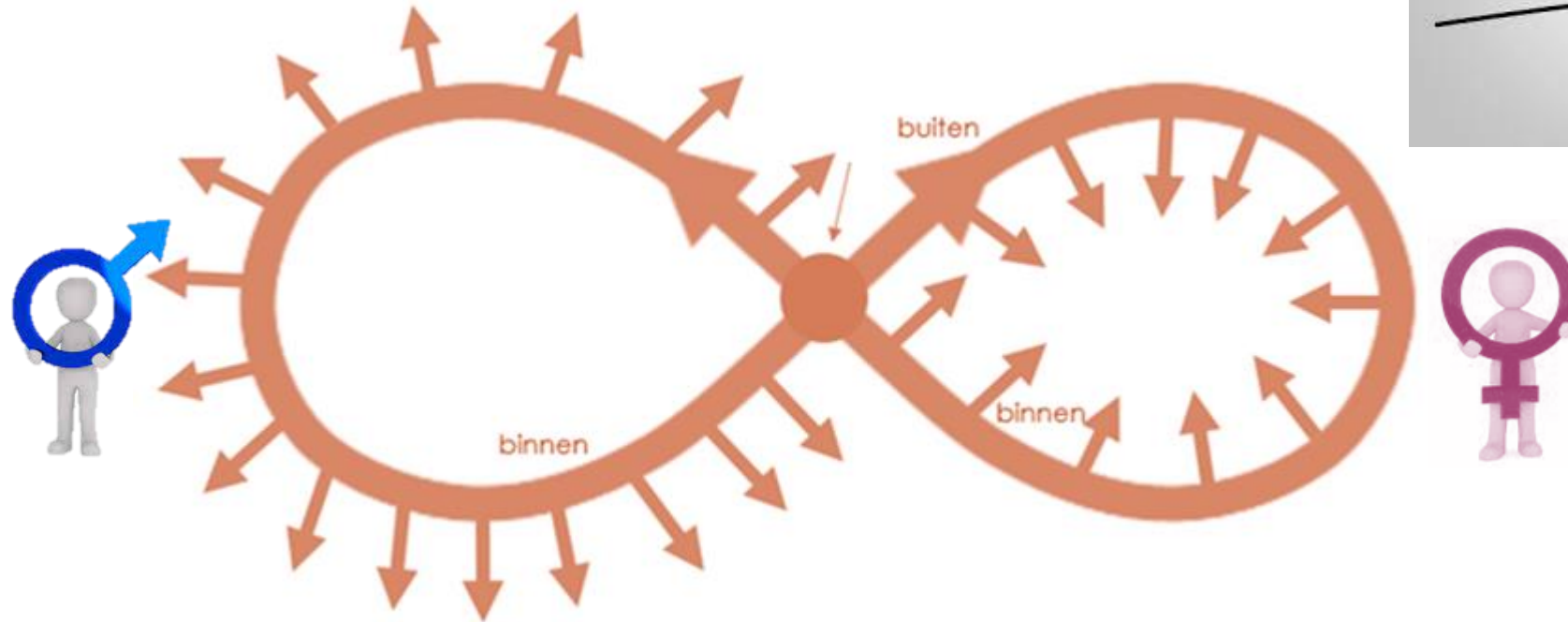
Dr. Kazimierz Dabrowski	niveau 1: Primary Integration	niveau 2: Unilevel Disintegration	niveau 3: Spontaneous Multilevel Disintegration	niveau 4: Organised Multilevel Disintegration	niveau 5: Secondary Integration
© Dineke van Kooten	niveau 1: egocentrisme	niveau 2: (innerlijke) desintegratie	niveau 3: begin van eigen normen- en waardensysteem	niveau 4: Autonoom waar- densysteem	niveau 5: Ge integreerd waardensysteem
	<ul style="list-style-type: none"> > de ander heeft 'het' gedaan, weinig empathie > geen zelfreflectie; innerlijk conflict ongewenst > leven naar gegeven regels aanpassen 	<ul style="list-style-type: none"> > veel emotionele ambivalentie en onzekerheid > psychosomatische klachten, onrust, angsten 	<ul style="list-style-type: none"> > positieve conflicten: 'Hoe ben ik en hoe wil ik zijn?' > positief niet-aanpassen: los van 'wat hoort' > Existentiële angst en intense morele conflicten 	<ul style="list-style-type: none"> > Je weet nu wat je wilt, authenticiteit meer empathie > Je streeft naar perfectie binnen de menselijke maat; rustiger 	<ul style="list-style-type: none"> > persoonlijk -heidsideaal is bereikt; emotie en cognitie versmelten

RELATIE ontwikkeling



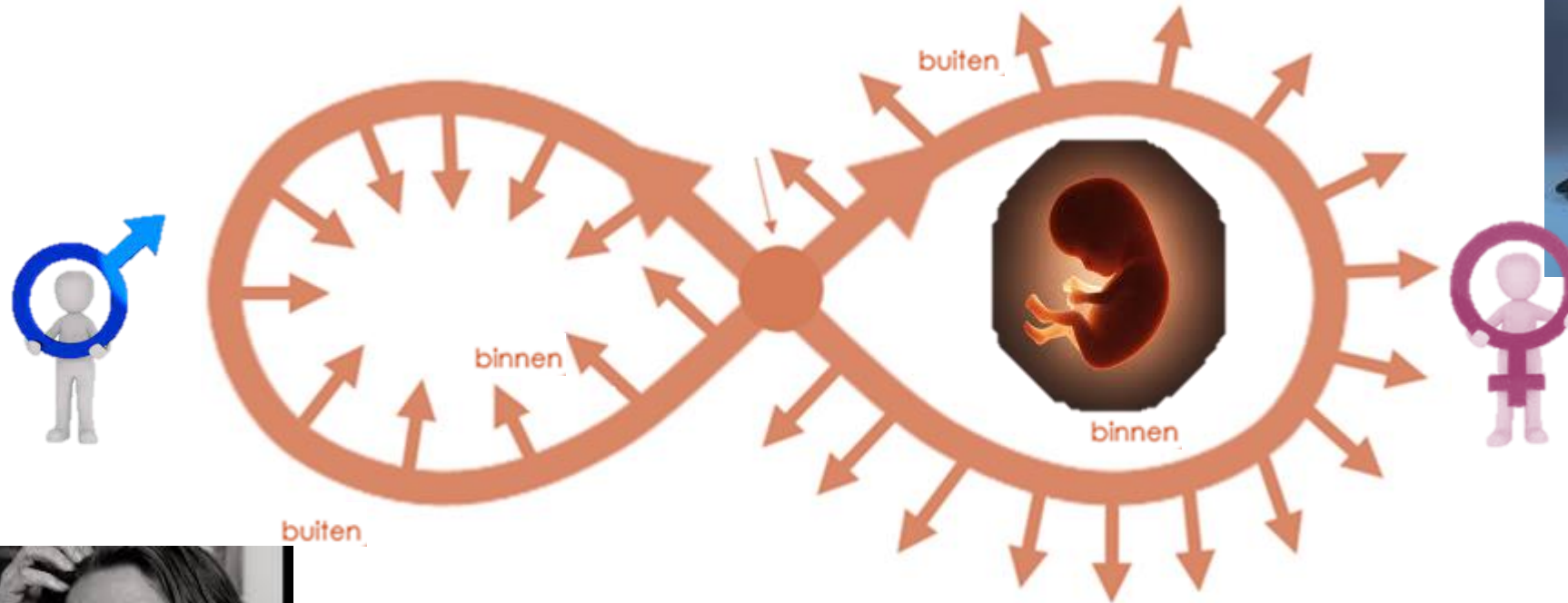
Persoonlijke ontwikkeling

18 - 40 jaar



Persoonlijke ontwikkeling

na 40 jaar

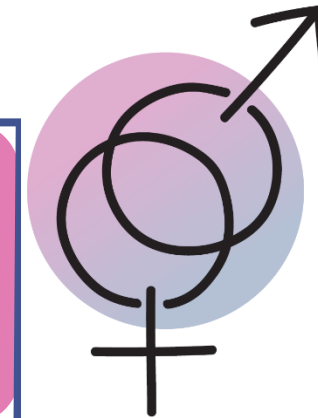


RELATIE



HOOGBEGAAFD

Man / Vrouw

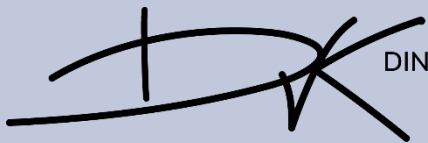


Persoonlijke ontwikkeling





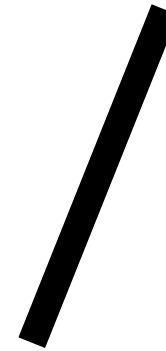
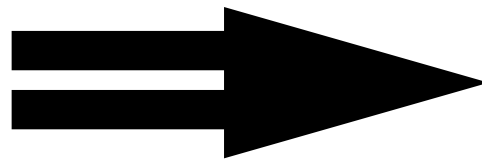
RELATIE

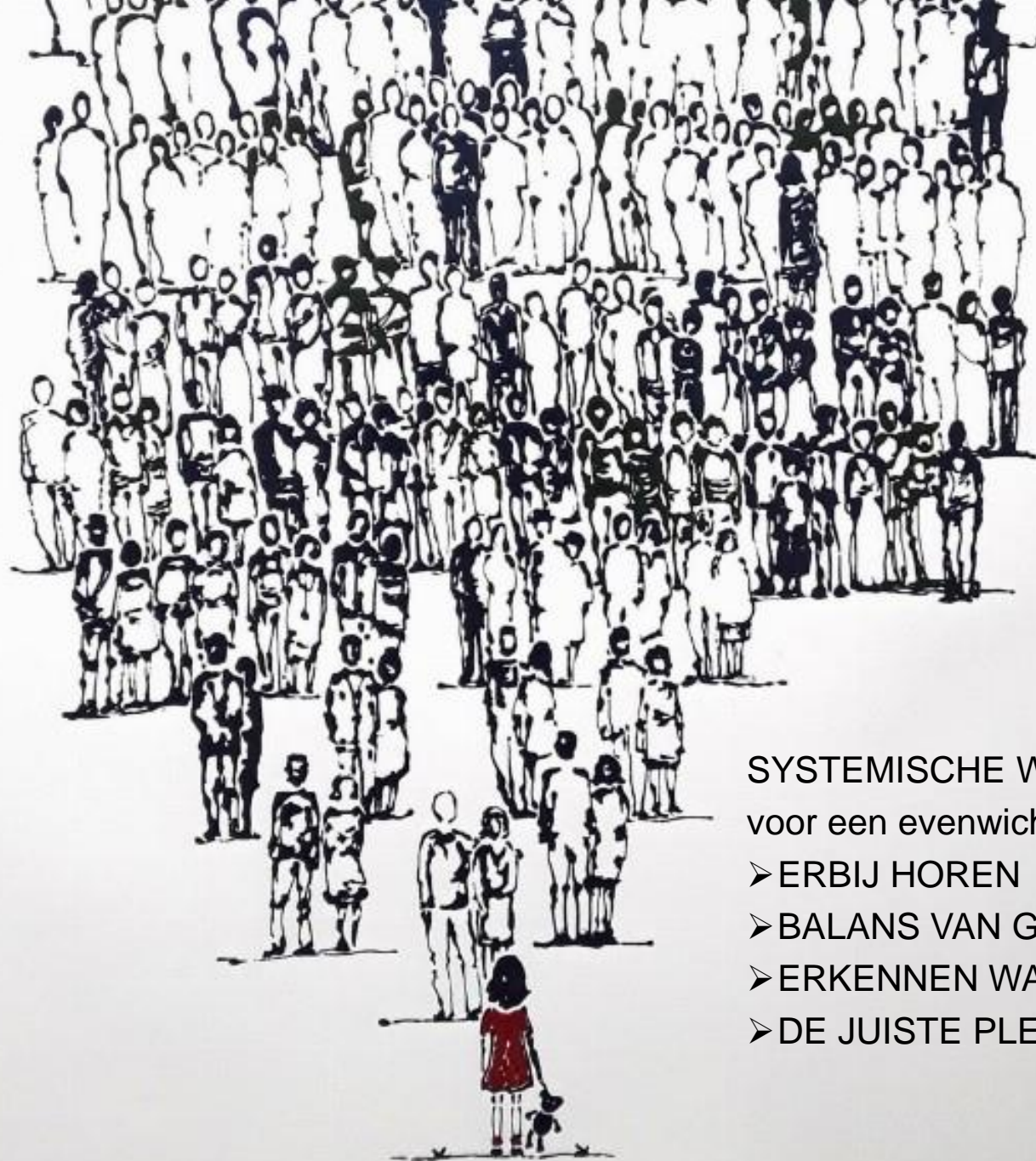
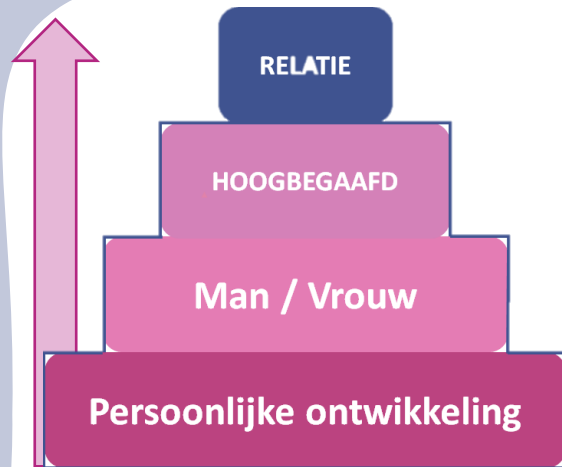


DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**

DISCLAIMER

E =
Energy

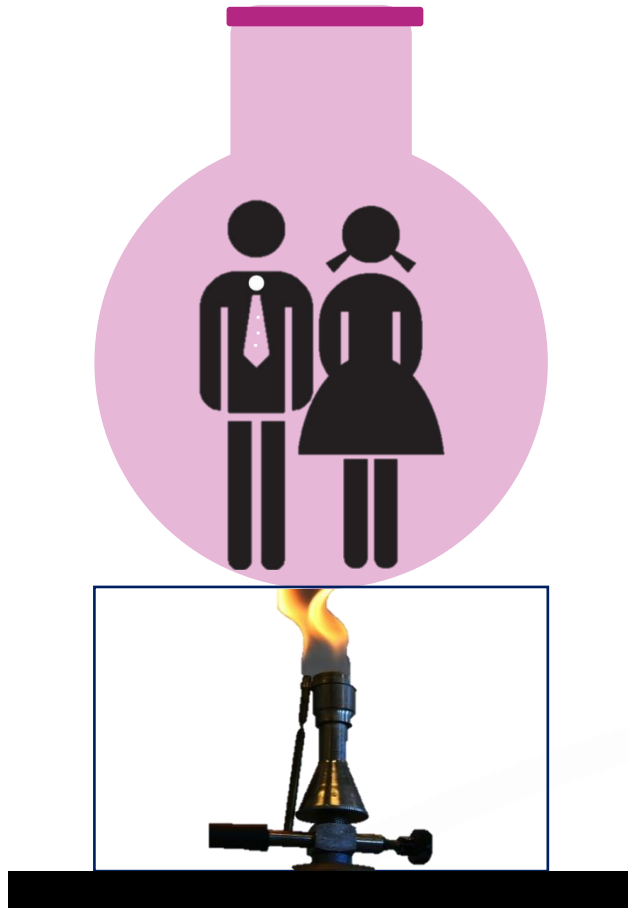




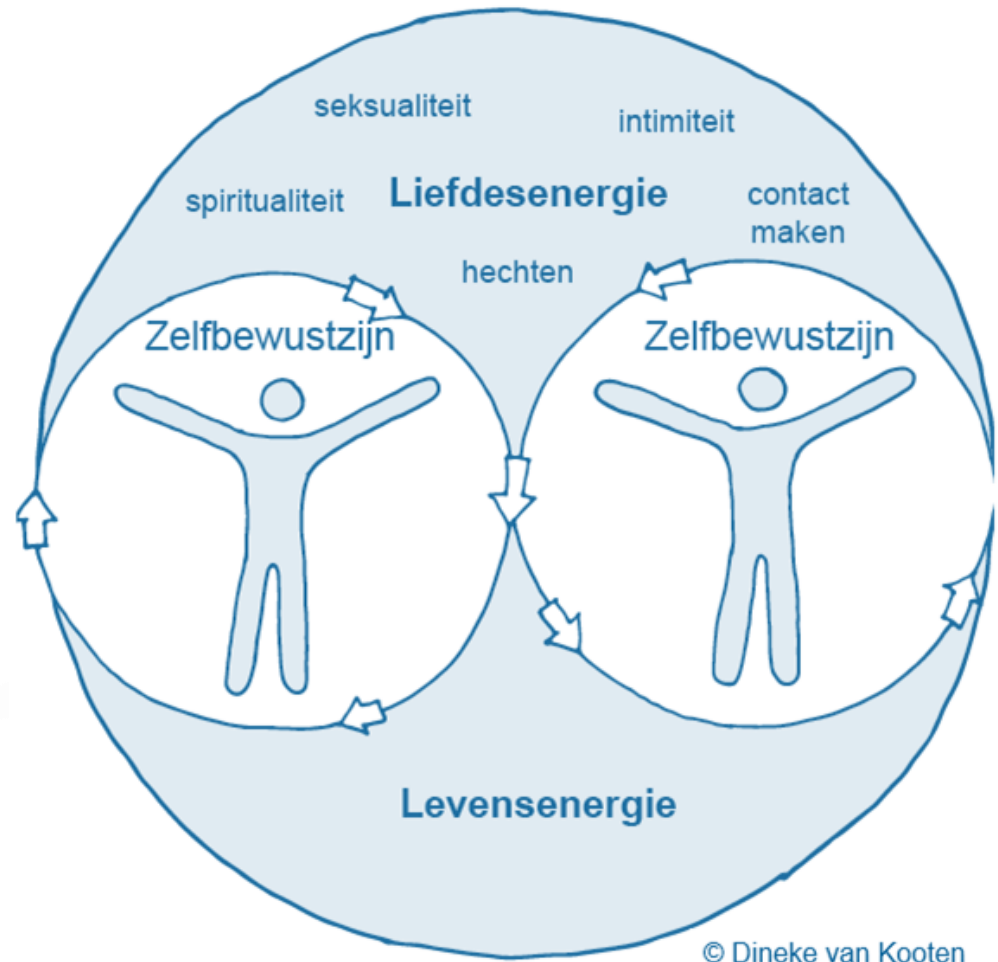
SYSTEMISCHE WETMATIGHEDEN, o.a.
voor een evenwichtige en voedende relatie:

- ERBIJ HOREN
- BALANS VAN GEVEN EN NEMEN
- ERKENNEN WAT ER IS
- DE JUISTE PLEK INNEMEN

Alchemie van de liefde



transformatieproces



© Dineke van Kooten

INTENSITEIT: Tijdsduur en inhoud van de relatie en van het contact



WIJ-dagdagelijks
CONTACT / HECHTEN

WIJ-ervaringen
INTIMITEIT / SEKSUALITEIT

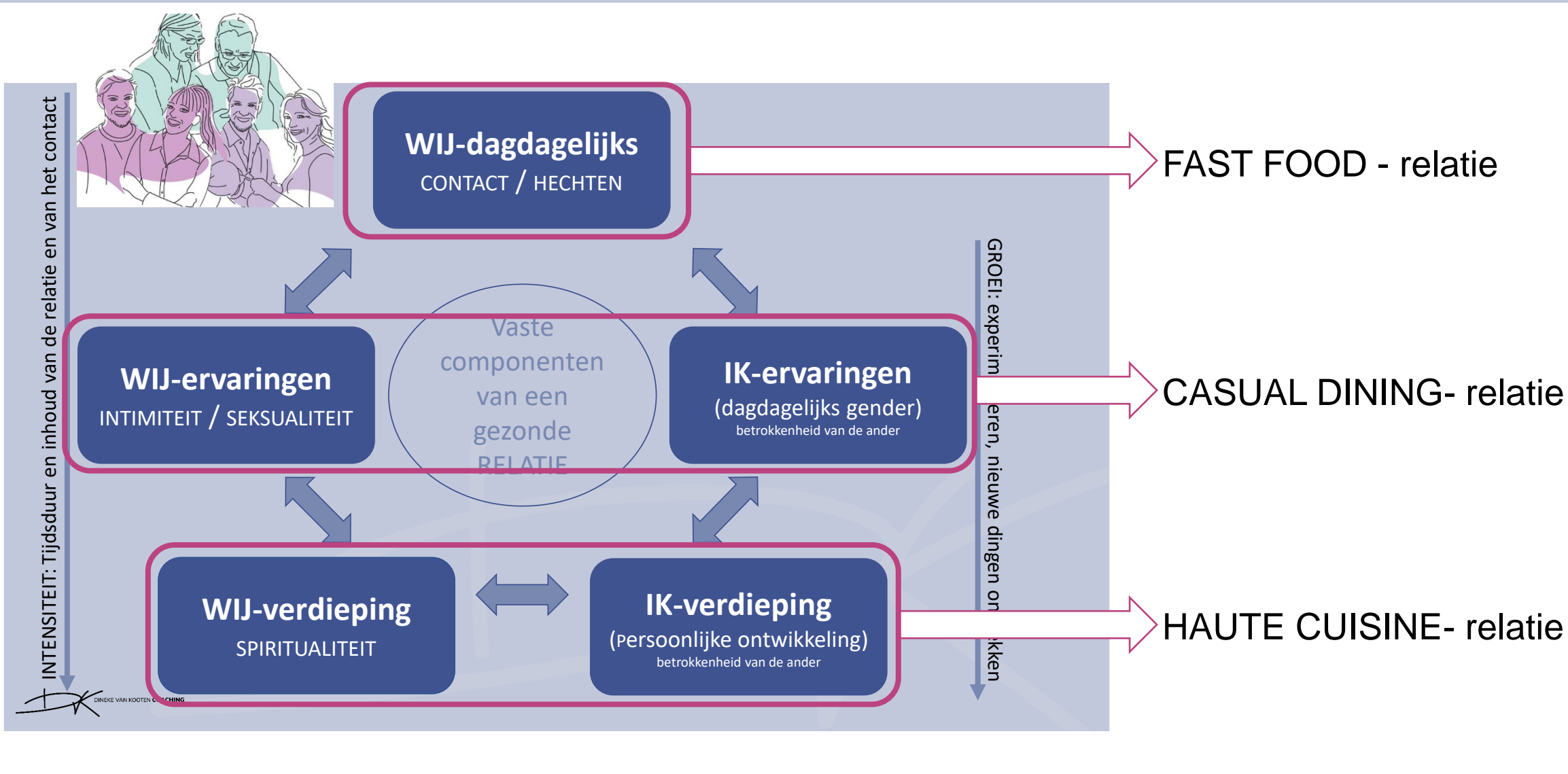
Vaste
componenten
van een
gezonde
RELATIE

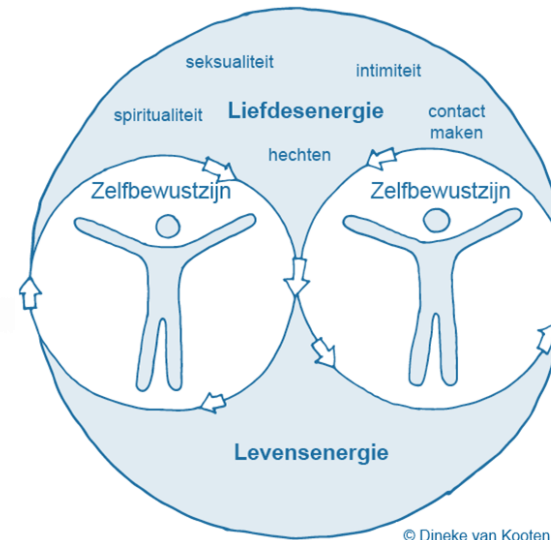
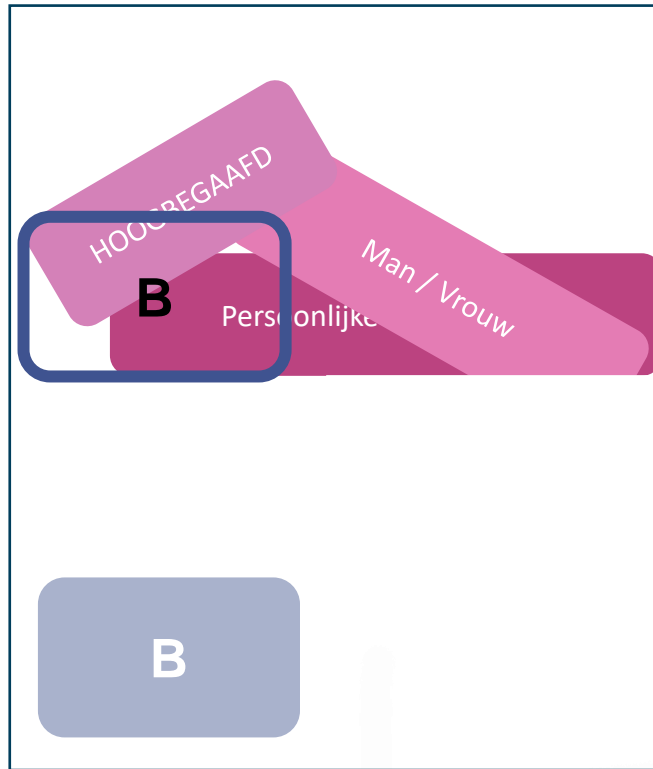
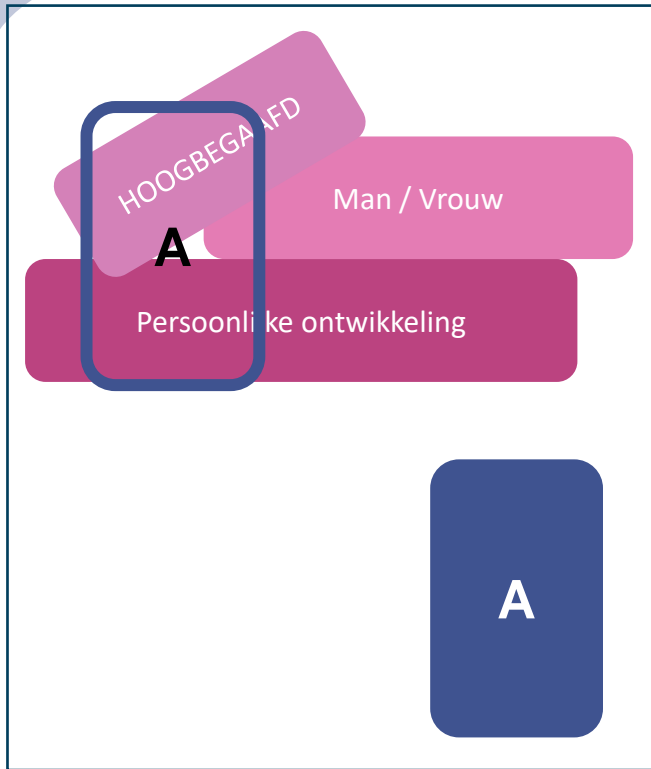
IK-ervaringen
(dagdagelijks gender)
betrokkenheid van de ander

WIJ-verdieping
SPIRITUALITEIT

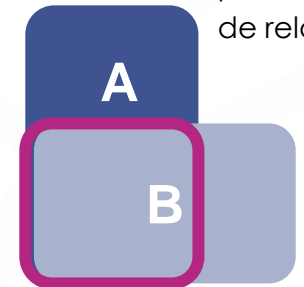
IK-verdieping
(persoonlijke ontwikkeling)
betrokkenheid van de ander

GROEI: experimenteren, nieuwe dingen ontdekken





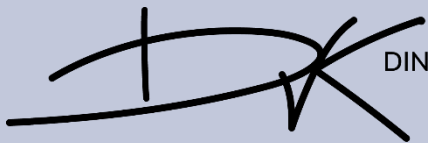
↑
Groeipotentie van de persoon/ van de relatie



Vriendschap- / Liefdesrelaties

Andere varianten / spiegelbeelden

Andere varianten / spiegelbeelden



DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**

DISCLAIMER

Laat het volgende onderwerp aan je voorbij gaan:

- Als je naar het leven kijkt:
 - i. Zo hoort het! Zo moet het!
 - ii. Hoort het zo? Moet het zo?
- Als je tevreden bent met zoals het leven nu is!



Het volgende vraagt van elke persoon in de relatie:

- ⇒ Volwassenheid vanaf fase 3 Dabrowski
- ⇒ Eerlijkheid
- ⇒ Bewust-zijn = persoonlijke ontwikkeling
- ⇒ Leervermogen
- ⇒ GEEN opvulling van gebrek in relatie!!



Andere varianten / spiegelbeelden

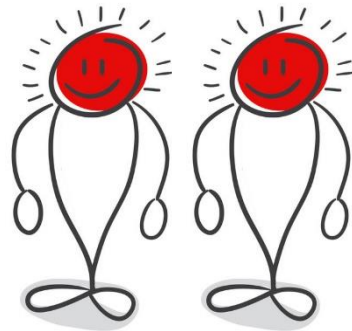
Hoogbegaafd die een relatie heeft en verliefd denkt te zijn op een collega, kennis, medestudent, docent, directeur, ed.



Gaat volgens mij over spiegelbeelden.

Wat is het verschil?

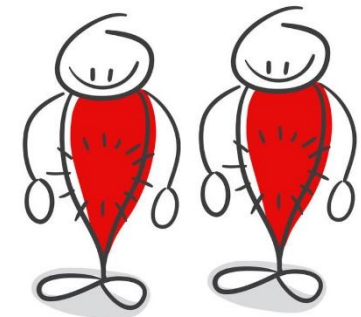
HOOFD (sparringpartner)



HART (muze)



LIJF (‘second love’)





Andere varianten / SPIEGELBEELDEN veroorzaken een **boost** in je persoonlijke ontwikkeling, waardoor het een

- **Lakmoesproef** voor de relatie is (Een lakmoesproef is een test die aangeeft of iets écht deugt)
- **Katalysator** voor de relatie is (Een katalysator is een stof die de snelheid van een bepaalde chemische reactie beïnvloedt zonder zelf verbruikt te worden. Gewoonlijk wordt hiermee een versnelling van de reactiesnelheid bedoeld)

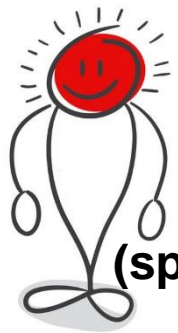
Je kunt het niet opzoeken/creëren. Het wordt je door het leven gegeven.

Hoogbegaafd die een relatie heeft en verliefd denkt te zijn op een collega, kennis, medestudent, docent, directeur, ed.



Gaat volgens mij over spiegelbeelden.

Wat is het verschil?



HOOFD
(sparringpartner)



HART
(muze)



LIJF
(‘second love’)

TIJDELIJK

1 ASPECT

Behulpzaam in het ontwikkelen

OVERSTIJGEND

ontdekkend

INTENSITEIT

Roept iets in mij wakker

LEREND

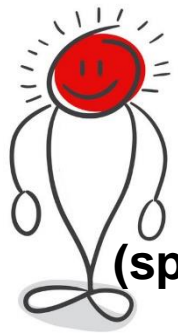
Risico nemend

Experiment

Doet vitaliteit ervaren

NIET gezocht!

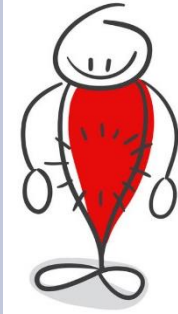
Liefdes- relatie



HOOFD
(sparringpartner)

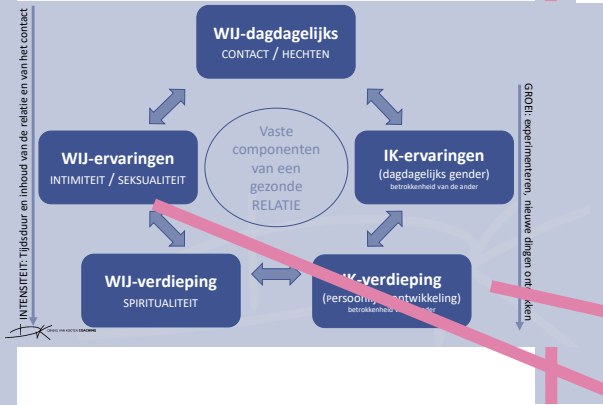


HART
(muze)



LIJF
(‘second love’)

- ⇒ Vraagt volwassenheid (vanaf fase 3 Dabrowski)
- ⇒ Vraagt eerlijk- en openheid
- ⇒ Vraagt bewust-zijn = persoonlijke ontwikkeling
- ⇒ Vraagt Leervermogen



WIJ-ervaring
Intimiteit en seksualiteit

IK-verdieping
(Persoonlijke ontwikkeling)

Andere varianten / spiegelbeelden

INTENSITEIT: Tijdsduur en inhoud van de relatie en van het contact



WIJ-dagdagelijks
CONTACT / HECHTEN

WIJ-ervaringen
INTIMITEIT / SEKSUALITEIT

Vaste
componenten
van een
gezonde
RELATIE

IK-ervaringen
(dagdagelijks gender)
betrokkenheid van de ander

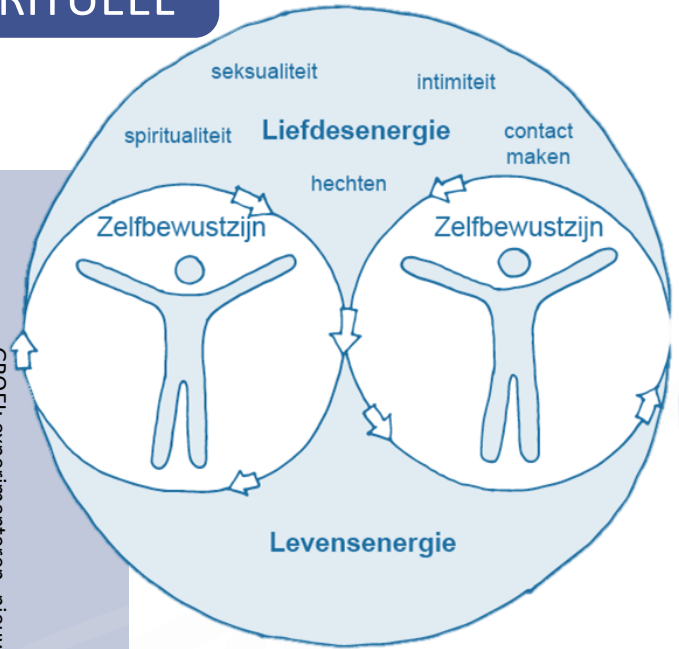
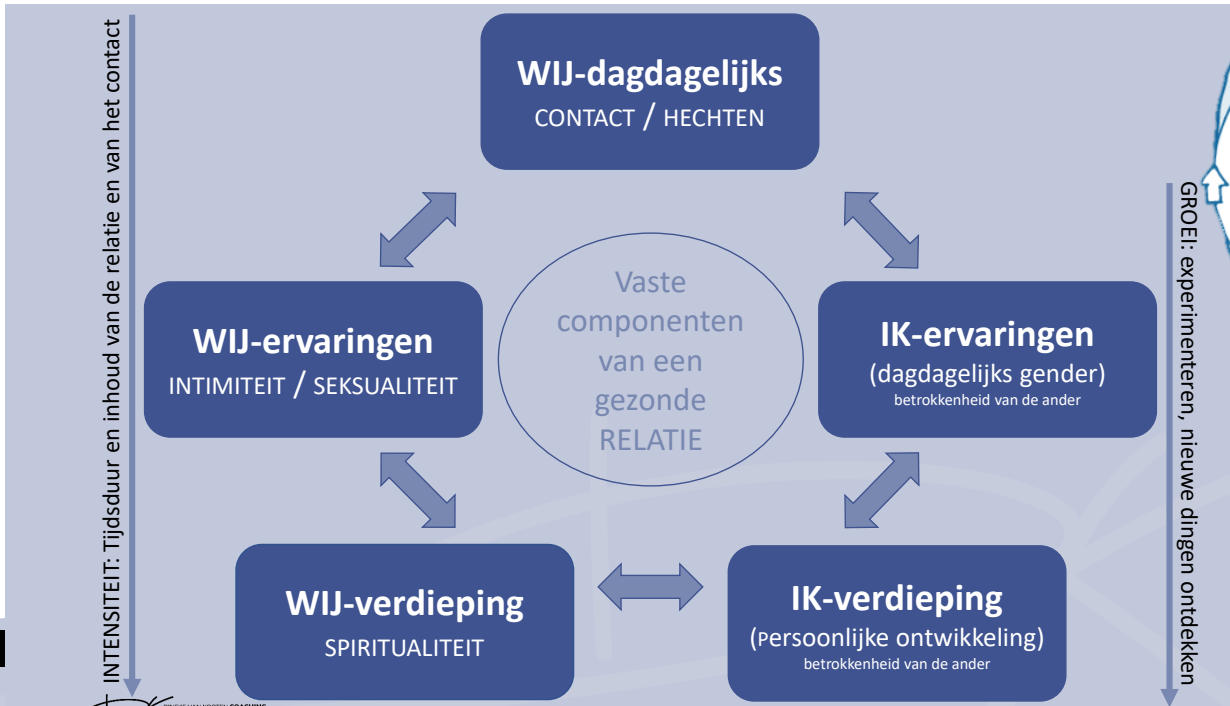
WIJ-verdieping
SPIRITUALITEIT

IK-verdieping
(persoonlijke ontwikkeling)
betrokkenheid van de ander

GROEI: experimenteren, nieuwe dingen ontdekken



HOOG-INTELLIGENT HOOG-SENSITIEF HOOG-SEKSUEEL HOOG-SPIRITUEEL





Slagen van een relatie gaat er NIET om of iemand HB is of niet HB
Slagen van een relatie gaat er NIET om of er voldoende liefde is

Slagen van een relatie gaat er WEL om of je die vijf componenten verzorgd
EN of het gelijkwaardig is:

- 1) Dagdagelijkse communicatie
- 2) Wij-ervaringen
- 3) Ik-ervaringen
- 4) Ik-verdiepingen
- 5) WIJ-verdiepingen

Valkuilen: embodio's van de hoogbegaafden

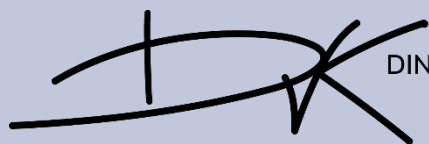


Embodio's of blessures van de hoogbegaafden (Tessa Kieboom):

1. Zichzelf als norm zien
2. Iets bereiken kost tijd
3. Communicatie
4. Comfortzone verlaten
5. Een fout moet triggeren om het beter te doen
6. De lege toolbox
7. Heftige emoties
8. Overpresteren
9. Weerstand
10. Sociale omgang
11. Anders zijn



SEKSUALITEIT



DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**

IS GENEZEND
(zien, beminnen, aanraken)

IS ZIELSVERBINDEND

GOEDE

SEKSUALITEIT

IS VITALISEREND
(levensenergie)

is olie voor de relatie

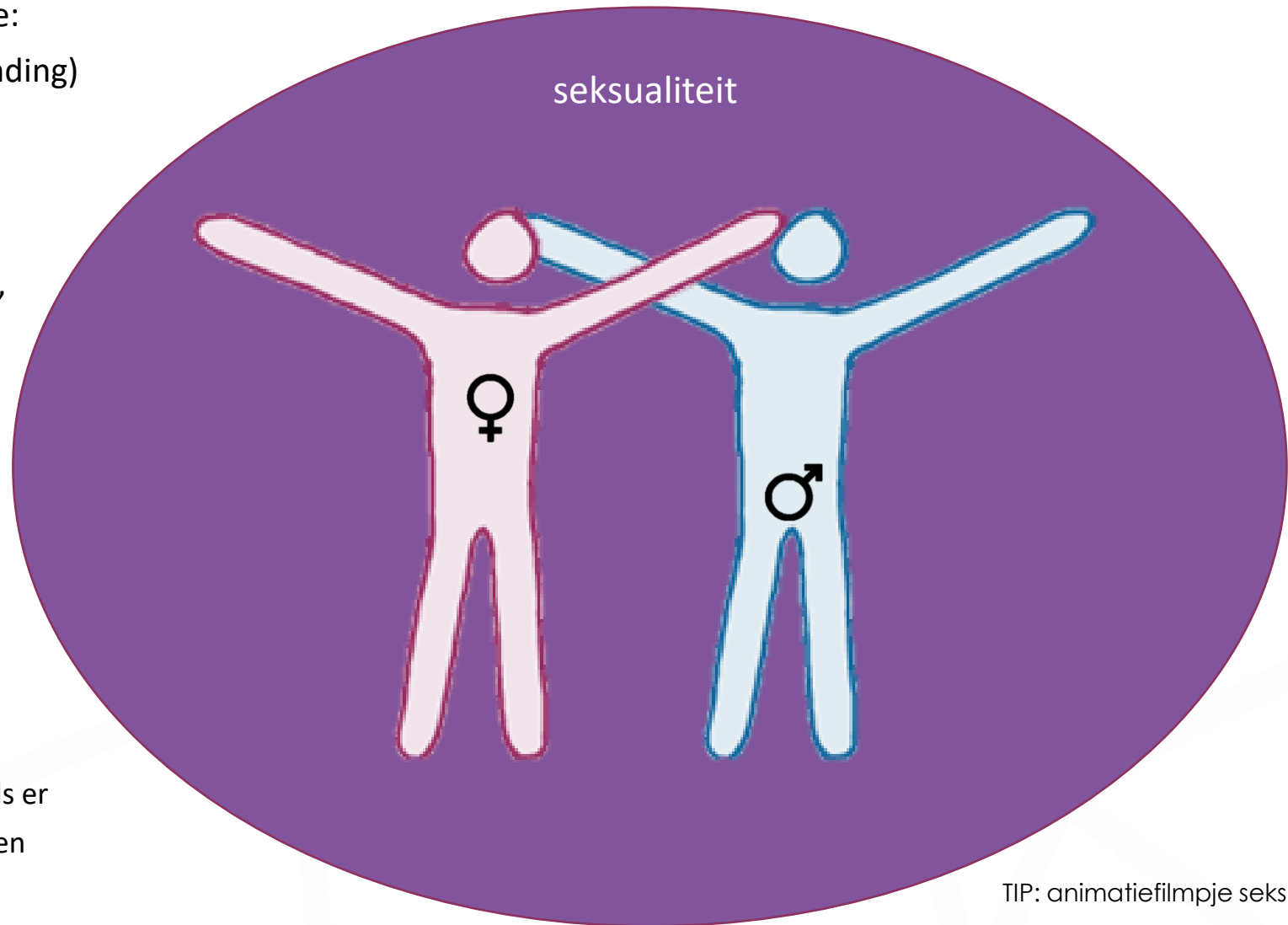
Seksualiteit – dé olie van de relatie:

- Brengt de man bij zijn **hart** (verbinding)
- Geeft de vrouw **levenskracht**

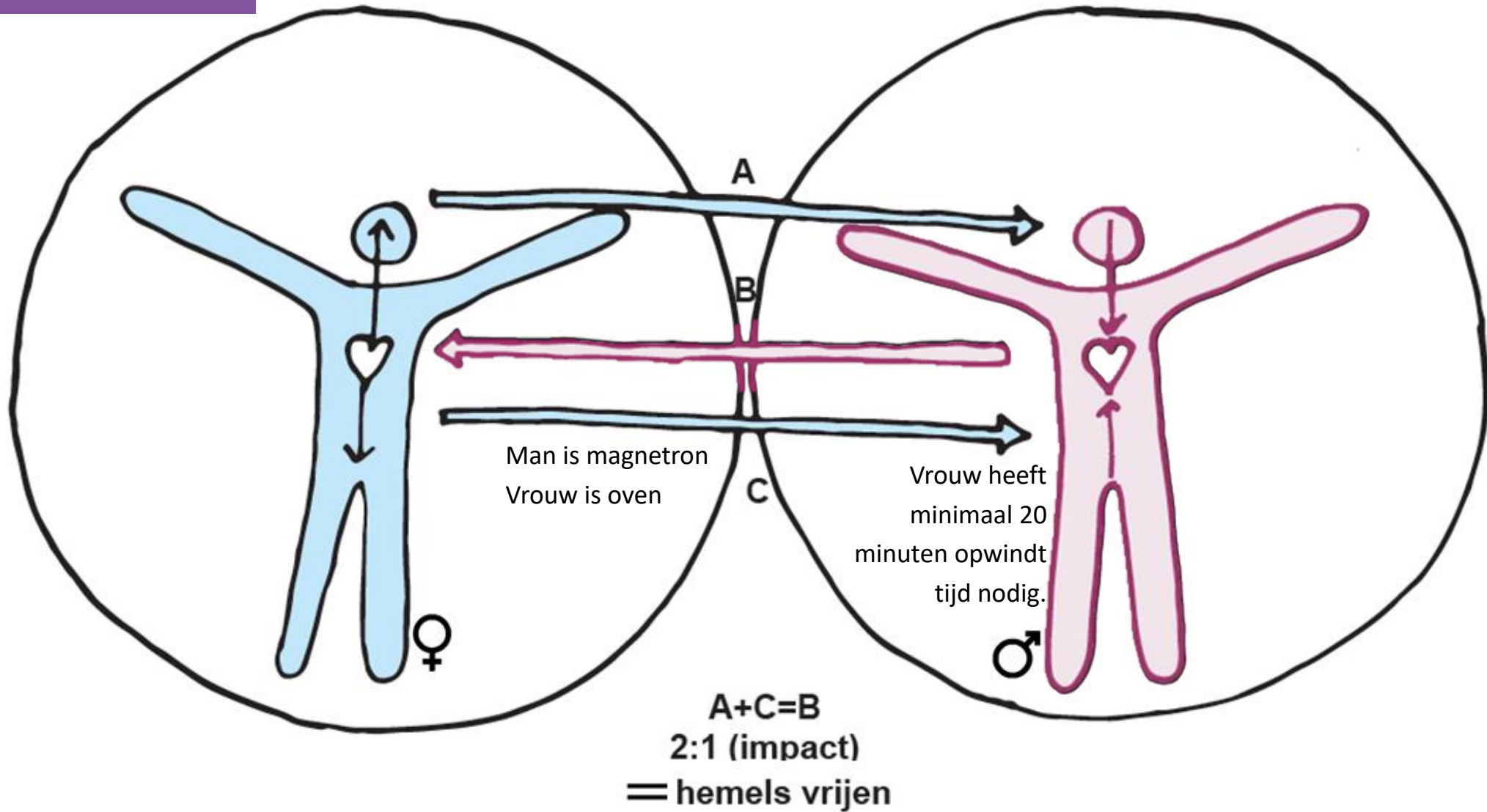
Seksualiteit – dé olie van de relatie, als:

- De **frequentie** regelmatig is
(belangrijk voor de vrouw)
- Het vrijen een **dialogoog** is, waarbij
klaarkomen een extraatje

Seksualiteit – dé olie van de relatie, als er
ook **oefentijd** is, om zo elkaars lichamen en
elkaars verlangen te leren kennen.

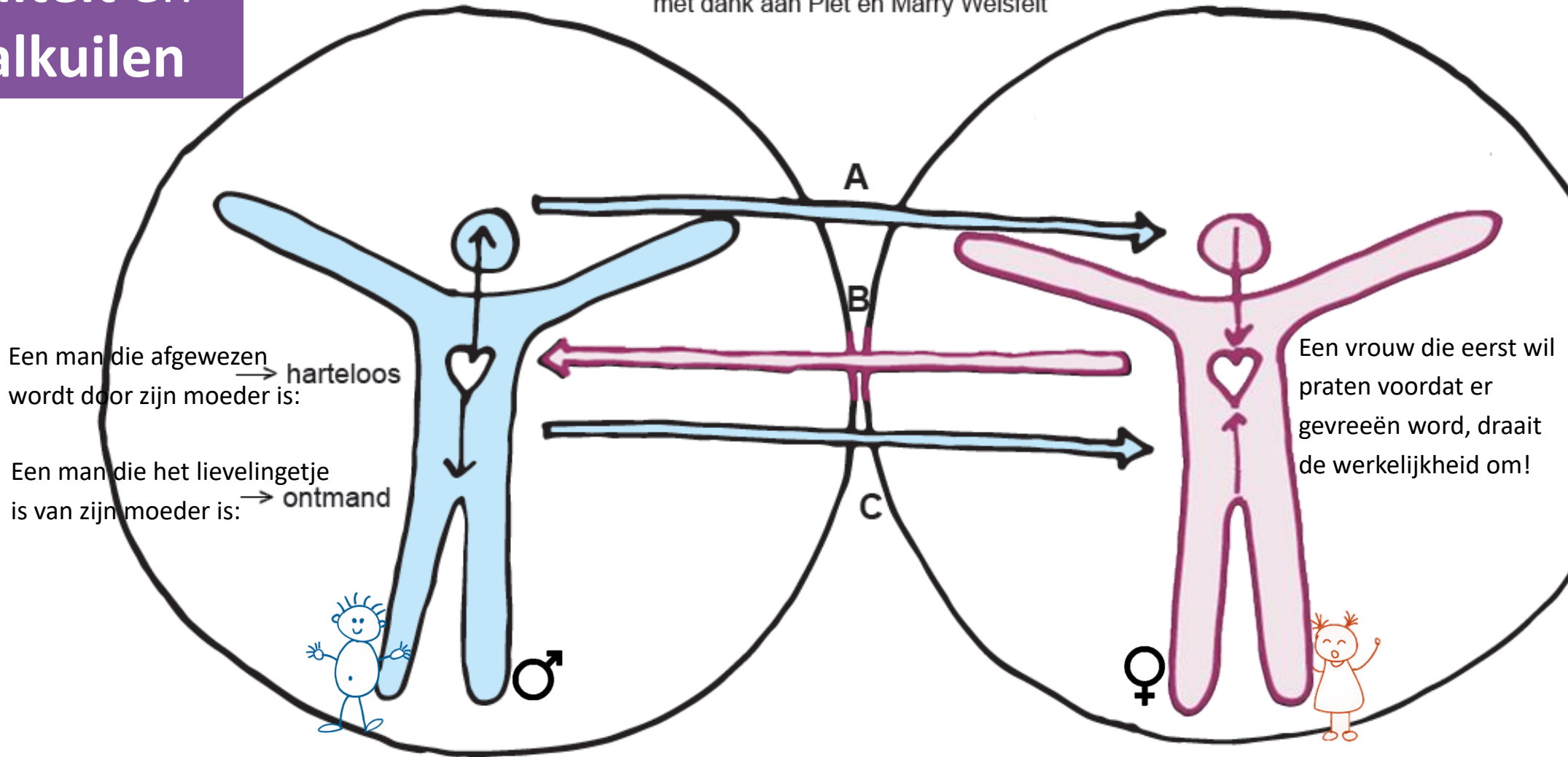


TIP: animatiefilmpje seksualiteit



Seksualiteit en haar valkuilen

met dank aan Piet en Marry Weisfelt



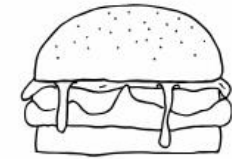
Een man die afgewezen wordt door zijn moeder is: \rightarrow harteloos

Een man die het lievelingetje is van zijn moeder is: \rightarrow ontmand

Een vrouw die eerst wil praten voordat er gevreeën wordt, draait de werkelijkheid om!

Uit verbinding gaan: A, zonder B en C \rightarrow blijven praten, geen seks
C, zonder A en B \rightarrow 'neuken', klaarkomen

Vormen van seks:



Fastfood seks



Casual dining seks



Haute cuisine seks



doel



Orgasme



Genieten



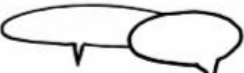
Zintuigen activeren



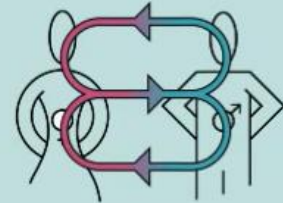
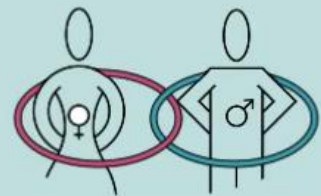
tijd



centraal

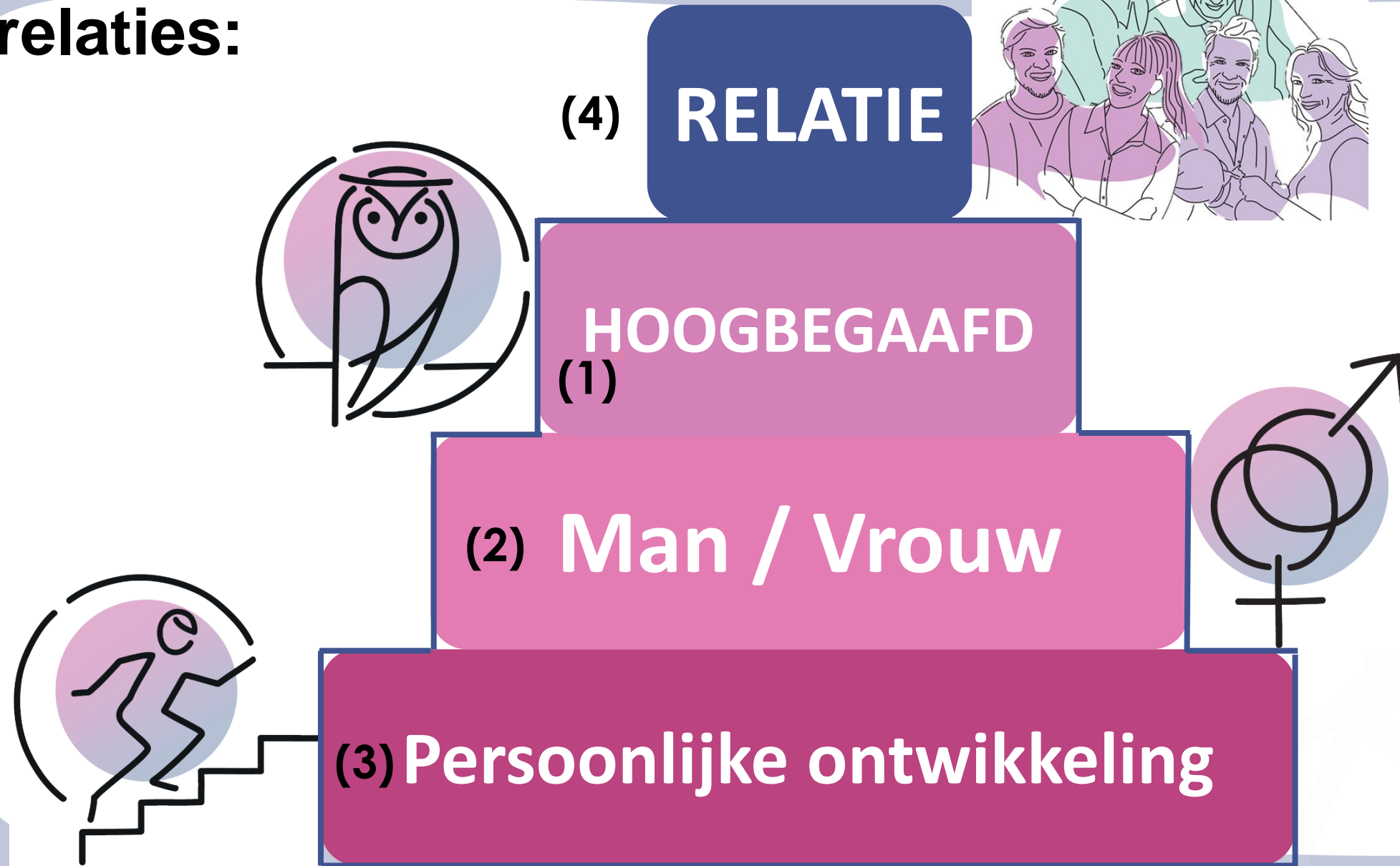


Energievorm



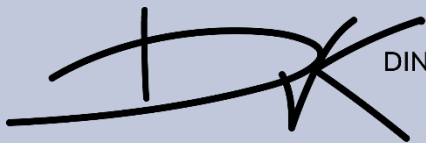
Hoogbegaafd en relaties

Hoogbegaafdheid en relaties:



Meer weten?

Zie: www.dinekevankooten.nl



DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**



Familiebedrijven



Relaties



Hoogbegaafdheid



Persoonlijke Ontwikkeling



Seksualiteit



Man-vrouw



Spiritualiteit



Coaching

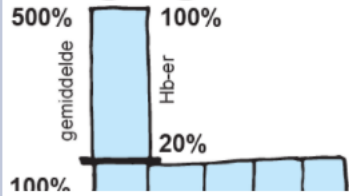


Dineke



ARTIKELN

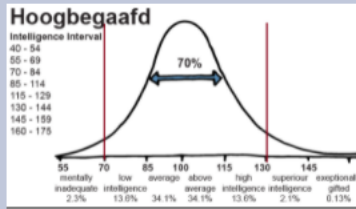
Hoogbegaafd



Hoogbegaafd en werk

Hoogbegaafden zijn over het algemeen harde werkers. Een paar valkuilen voor hoogbegaafden op het werk zijn: * Ze nemen zichzelf als norm – waardoor ze dat makkelijk ook van anderen verwachten* Ze hebben een compleet beeld van wat ze zouden kunnen doen, zonder met tijd en collega's rekening te houden. Waardoor het voor de omgeving bijna niet ...

[Lees verder](#)



Hoogbegaafd en IQ

Het IQ is geen waarde is die je kunt vergelijken met lengte, gewicht, leeftijd of andere objectief meetbare eigenschappen van je kind. Het is een waarde die toegekend wordt aan een persoon op basis van de antwoorden op een aantal onderdelen van een test.

Website:

<https://www.hoogbegaafdvlaanderen.be/vragen>, maar ook simpele vragen, waarvan een ander verbaasd is dat die gesteld wordt, ...

[Lees verder](#)



Hoogbegaafd



Hoogbegaafd en vragen stellen

Een van de wezenskenmerken, zou ik bijna zeggen, van een hoogbegaafde is dat hij/zij vragen stelt, omdat een hoogbegaafde van nature nieuwsgierig is. Nieuwsgierig naar het hoe en waarom en waarmee en waarin, etc. Moeilijke, ingewikkelde, gedetailleerde, specifieke vragen, waarvan een ander verbaasd is dat die gesteld wordt, ...

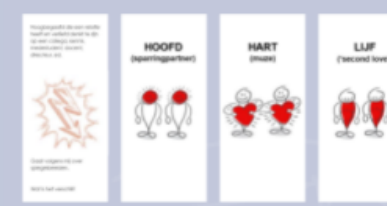
[Lees verder](#)



Hoogbegaafd – Typen partners in liefdesrelatie

George T. Betts and Maureen Neihart hebben profielen voor getalenteerde leerlingen opgesteld. Deze profielen verschaffen informatie over gedrag, gevoelens en behoeften van verschillende typen begaafde en getalenteerde leerlingen. Ze dienen als basis voor een theoretisch concept van waaruit inzicht verschaft kan worden. Dit leidt tot een beter begrip en is van belang voor het stimuleren ...

[Lees verder](#)



Hoogbegaafd en muze

Ik kom in mijn werk met hoogbegaafden nog wel eens tegen, dat een hoogbegaafde iets heeft met een collega, een sportmaatje, ed. Hij/zij is dan bang de eigen partner te kort te doen en te moeten opbiechten dat het lijkt dat hij/zij verliefd is op een ander. Als we het dan samen uit zoeken en ...

[Lees verder](#)



COMPENDIUM



Hoogbegaafd en misdiagnoses

Er zijn vele lijstjes die kenmerken van hoogbegaafden weergeven. Uit alle theorieën en uit de praktijk maak ik op dat Hoogbegaafden: EN Hoogintelligent EN Hoogsensitief EN Hoogseksueel EN Hoogspiritueel zijn. Luister ook naar de podcast:



Hoogintelligent	Hoogbegaafd
weet de antwoorden	stelt de vragen
is belangstellend	is nieuwsgierig
is aandachtig	is geestelijk en lichamelijk betrokken
heeft goede ideeën	heeft wilde, aparte ideeën
werkt hard	lijkt te spelen, maar heeft goede resultaten
beantwoordt de vragen	gaat de discussie aan op details, weidt uit
zit in de top van de groep	is de groep voorbij
lustert belangstellend	laat sterke emoties en meningen zien
leert makkelijk	weet het al
heeft 6-8 herhalingen nodig	heeft 1-2 herhalingen nodig
begrijpt hoe ideeën in elkaar zitten	creëert ideeën
houdt van omgaan met leeftijdsgenoten	houdt van omgaan met volwassenen
begrijpt de bedoeling	trekt conclusies
werkt opdrachten uit	zet opdrachten uit
is ontvankelijk	is intensief
kopieert neurogeestel	ontwerpt iets nieuws

Hoogbegaafd of slim

Sonja Morbé heeft in mei 2018 een artikel geschreven, waarbij ze dit hele lijstje onderuit haalt. Kijk op: <https://www.specialisthoogbegaafdheid.nl/welkomte> signaleren/hoogintelligent/ En daar ben ik het ook helemaal mee eens! Dus snel weer vergeten, dit lijstje!



Hoogbegaafd en Misdiagnoses

Wil je hierover meer weten, dan is de E-Learning die ik gemaakt heb over hoogbegaafdheid een [Welkomte](https://www.dinekevankooten.nl/e-learning/hoogbegaafdheid-meer-dan-intelligent/) aanvulling. Kijk daarvoor hier: <https://www.dinekevankooten.nl/e-learning/hoogbegaafdheid-meer-dan-intelligent/> Ik heb een afspeellijst met meer dan 28 podcast over hoogbegaafdheid met betrekking tot o.a. werk, vriendschappen, sensitiviteit, emoties. Kijk op: <https://soundcloud.com/user-604950607/sets/hoogbegaafd> De podcast over hoogbegaafd en misdiagnoses vind je hier: De podcast ... [Lees verder](#)

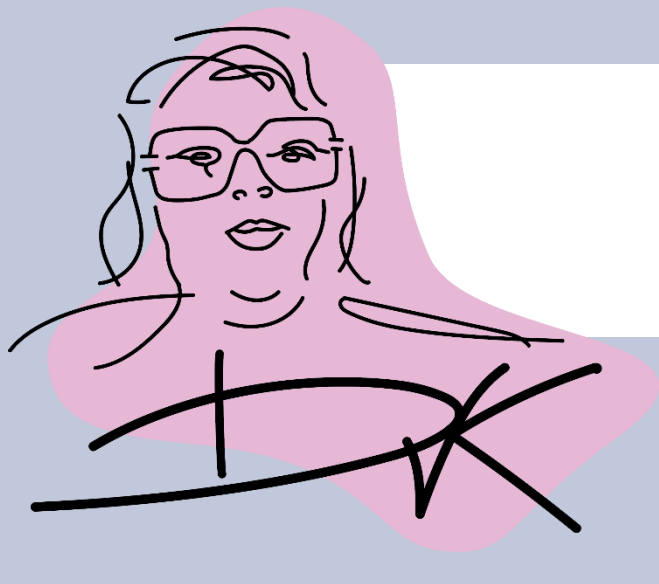


Hoogbegaafd – Typen werknemers

George T. Betts and Maureen Neihart hebben profielen voor getalenteerde leerlingen opgesteld. Deze profielen verschaffen informatie over gedrag, gevoelens en behoeften van verschillende typen begaafde en getalenteerde leerlingen. Ze dienen als basis voor een theoretisch concept van waaruit inzicht verschaft kan worden. Dit leidt tot een beter begrip en is van belang voor het stimuleren ... [Lees verder](#)



COMPENDIUM



♥ Dineke in de Media
Emmaus Coaching



churchem
Mini-symposium: Hoogbegaafd geloven
♥ Lezingen door Dineke
Emmaus Coaching



♥ Drukke Gezinnen
Dineke



♥ Spiritualiteit
Dineke



♥ Relatie - als de kindere...
Dineke



♥ Beginnende relatie
Dineke



♥ Seksuele Intelligentie
Dineke



♥ Persoonlijke Ontwikkel...
Dineke



♥ Familiebedrijven
Dineke



♥ Dineke - persoonlijk
Dineke



♥ Man-Vrouw - Verschillen
Dineke



♥ Relaties
Dineke



♥ Hoogbegaafd
Dineke

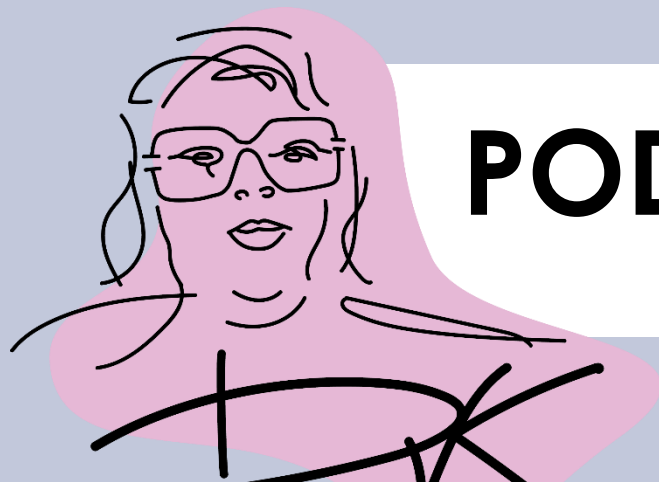


♥ Lezingen door Dineke v...
Dineke





♥ Dineke van Kooten in d...
Dineke


PODCASTS




PODCAST - hoogbegaafd


 1 Hoogbegaafd - Prioriteiten Stellen

 2 Dineke is Hoogbegaafd


 3 Ontdekken van Hoogbegaafdheid


 4 Prioriteiten met kinderen


 5 Spiegelbeelden en emoties


 6 Spiritualiteit en hoogbegaafdheid


 7 Spiegelbeelden

 8 Noodzakelijke uitdaging

 9 Als je ontdekt dat je hoogbegaafd bent


 10 Hoogbegaafden en Werk


 11 Arts - Hoogsensitief


 12 Vriendschappen en hoogbegaafdheid


 13 Intensiteit en hoogbegaafd


 14 Je Bestemming volgen


 15 Hoogbegaafden Op De Werkvloer


 16 Dineke - Waarom Persoonlijke Ontwikkeling

 17 Dineke - Wat drijft je, Dineke?

 18 Dineke - Muze en hoogbegaafdheid


 18 Dineke - Muze en hoogbegaafdheid


 19 Dineke - Hoogbegaafden en relaties


 20 Dineke - Hoogseksualiteit


 21 Dineke - God En Mens

 22 Dineke - HB Of HSP


 23 Dineke - Kazimierz Dabrowski theorie van positieve desintegratie


 24 Dineke - Willen en Voelen

 25 Dineke - HB - Mismatchen

 26 Dineke - HB - Denkkraft - Uit-stand

 27 Dineke - HB EN HSP

 28 Dineke - HB en Misdiagnoses

 29 Dineke - Negatieve Ervaringen

 30 Dineke - Hoe kijk je naar je lichaam?



Hoogbegaafdheid: meer dan intelligent!

7 Lessons

beginners



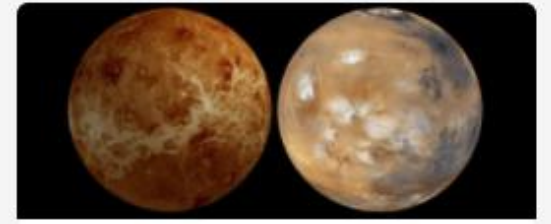
Grip op je leven door inzicht in je familiesysteem - de Fontein

8 Lessons



De man - wie is hij?

10 Lessons



De nieuwe rollen van Mars en Venus

11 Lessons



De vrouw - wie is zij?

13 Lessons



Seksualiteit (deel 1) - de mogelijkheden van FAST FOOD!

6 Lessons



Liefde geven, liefde ontvangen

10 Lessons



Intensiteit van hoogbegaafden

15 Lessons

gevorderden



E-Learnings

RECENSIE



**Hoogbegaafdheid:
meer dan
intelligent!**

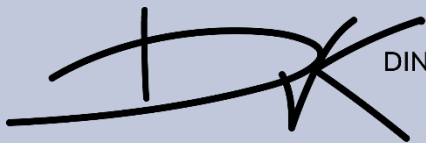
7 Lessons

De e-learning doorgewerkt hebbend, voel ik mij verrijkt met veel kennis over het onderwerp, iets wat - wat mij betreft - zo eigen is aan Dineke: zij is als geen ander in staat een grote bron van kennis en ervaring aan elkaar te koppelen en je nieuwsgierigheid op te wekken via allerlei interessante bronnen die ze aanreikt. Daarnaast geeft ze door middel van de koppeling van theorie en de praktische opdracht gelegenheid om het geleerde jezelf echt eigen te maken zodat je het kunt gaan toepassen in de context van het leven van elke dag, op je werk, in je gezin en in je relatie. Dat maakt deze e-learning voor mij tot een echte aanrader voor ieder die graag meer wil leren over zichzelf, zijn hoogbegaafde partner, werknemer of kind!

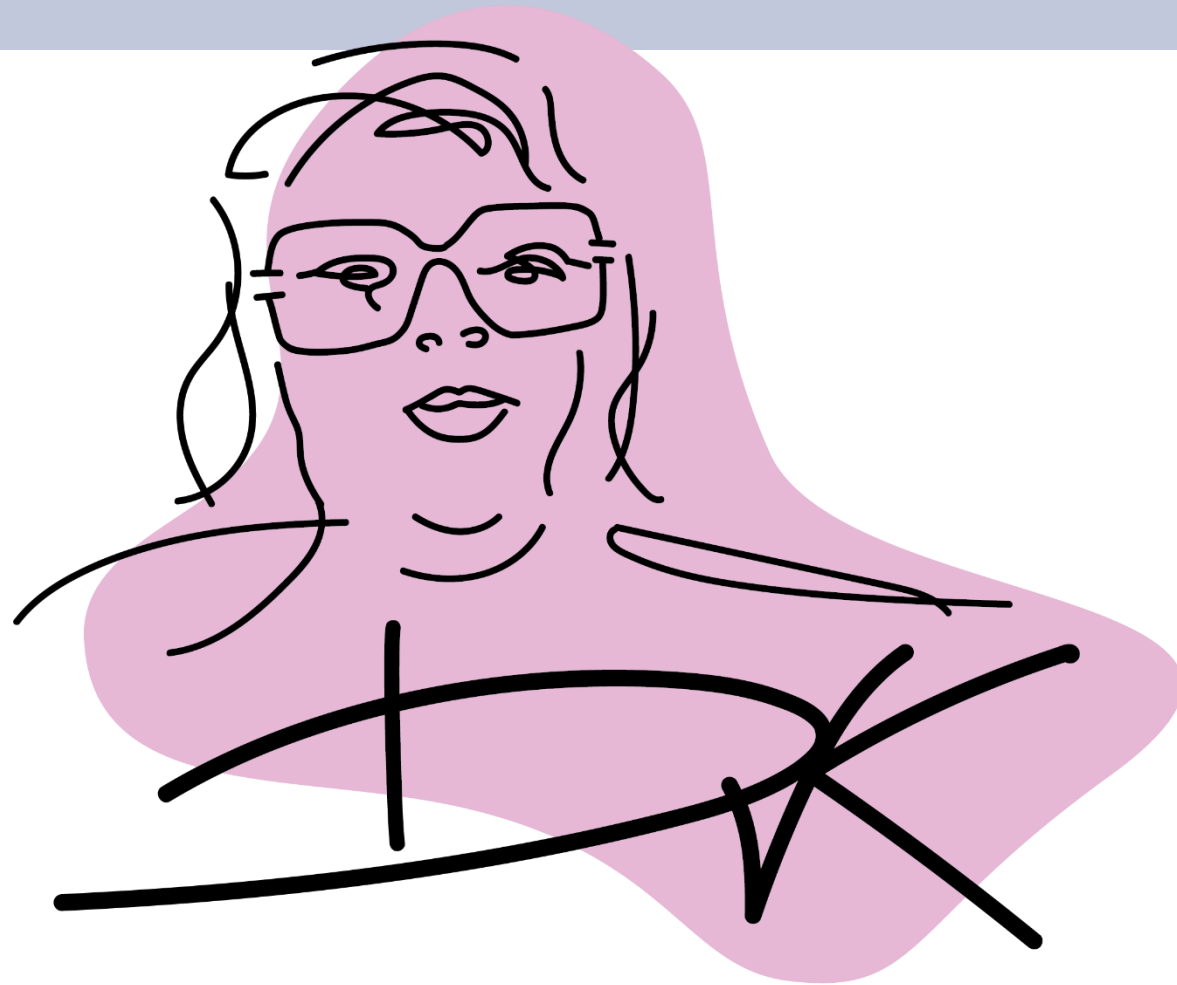
WILLEMIEN SCHOLLAART - DOTADO

VRAGEN?

info@dinekevankooten.nl of 0615109106



DINEKE VAN KOOTEN **COACHING**



info@dinekevankooten.nl
www.dinekevankooten.nl

DINEKE VAN KOOTEN COACHING