

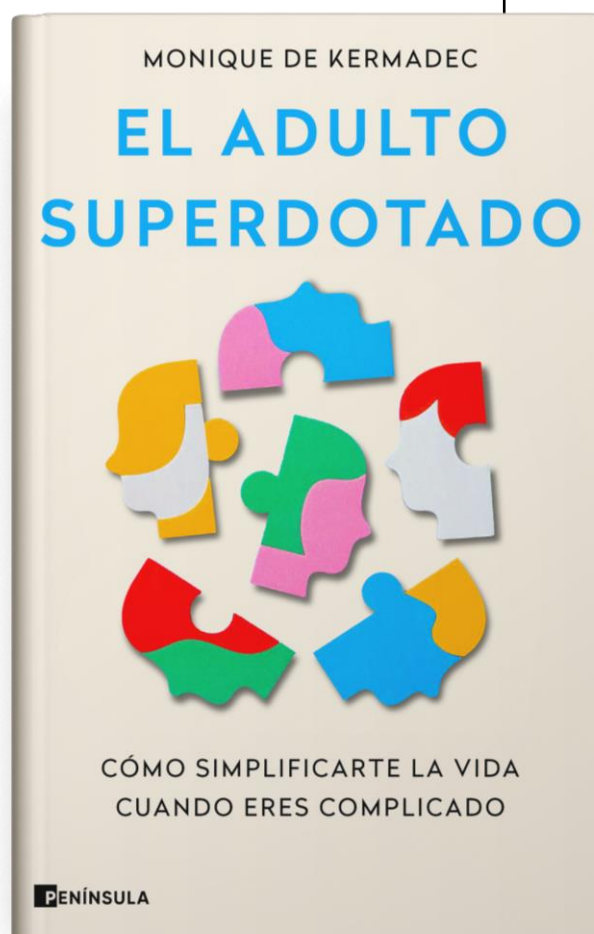
PENÍNSULA

EL ADULTO SUPERDOTADO

MONIQUE DE KERMADEC

**CÓMO SIMPLIFICARTE LA VIDA
CUANDO ERES COMPLICADO**

Una guía esencial para entender a los adultos dotados de altas capacidades, definirlos, y entender cómo crecen y se desarrollan en un mundo con el que se relacionan y entienden de forma diferente. Una capacidad formidable que en la mayoría de casos no garantiza ni la felicidad ni el éxito.



A LA VENTA EL 19 DE MARZO

PARA AMPLIAR INFORMACIÓN, CONTACTAR CON:

Laura Fabregat | Responsable de Comunicación Área de Ensayo
682 69 63 61 | lfabregat@planeta.es

Un manual para entender y vivir (y convivir) plenamente como adulto superdotado y a la vez transformar esta singularidad en una verdadera fortaleza.

Ser superdotado es una cualidad extraordinaria, pero poseer una inteligencia excepcional no garantiza ni el bienestar ni el éxito. ¿Por qué tantos adultos con altas capacidades son infelices? ¿Por qué la mayoría se encuentran en situaciones de fracaso social, laboral y sentimental? ¿Por qué aquellos con alto potencial se bloquean al tener que gestionar su diferencia?

A partir de su experiencia clínica y de las investigaciones más recientes, la psicóloga Monique de Kermadec, una de las mayores expertas en el campo de la precocidad intelectual, proporciona las claves indispensables para que los superdotados aprendan a valorarse, construyan relaciones genuinas y desarrollen plenamente su personalidad.

Un manual de referencia que también se dirige a sus seres cercanos, aliados esenciales que acompañarán a quienes se les diagnostican de altas capacidades tardíamente a superar sus dificultades y alcanzar la felicidad.

LA AUTORA



MONIQUE DE KERMADEC es una renombrada psicóloga clínica, psicoanalista y autora de varios libros. Su carrera se ha centrado en ayudar a niños y adultos a comprender y gestionar sus altas capacidades. Además, es miembro de la Association Psychanalytique de France, del World Council for Gifted Children, de la American Psychological y de la de la European Professional Women's Network.

ALGUNOS EXTRACTOS DE LA OBRA

«El destino con el que se encuentran estos niños al llegar a la edad adulta es muy variado. Algunos se hacen famosos y sienten la necesidad de dedicarse plenamente a una pasión que será para siempre el hilo conductor de su existencia. Otros, más desapercibidos, llevan una vida rica, pero las personas de su entorno no tienen la sensación de que su trayectoria pueda considerarse exitosa. Otros muchos, por desgracia, viven con dificultades, cuando no incluso sumidos en la depresión. Su diferencia, que su entorno no acaba de aceptar ni de entender, los encierra en un caparazón del que no consiguen salir. ¿Quiénes son estas personas? No se trata tan solo de hombres y mujeres cuyo cociente intelectual, expresado numéricamente, los sitúa en la categoría de superdotados: es que, además, abordan el mundo y los problemas de una forma original y personal. Reaccionan de una forma inusual. Aprenden por vías atípicas y sus intereses se alejan de los caminos trillados. Y, como cualquier otra persona que sea manifiestamente distinta, se convierten en víctimas de la discriminación.»

«A todos ellos quiero decirles que, como me ha enseñado mi experiencia clínica, en la vida existen momentos clave en los que cada cual debe poner todo de su parte, hacer concesiones para alcanzar un equilibrio o rebelarse.»

«[...] para estos adultos «diferentes», esos momentos clave constituyen una experiencia mucho más problemática que para el común de los mortales, independientemente de la edad en la que los vivan, de la personalidad de cada uno de ellos o de los soportes que hayan elegido para dar rienda suelta a sus talentos y aspiraciones. E independientemente también de los aliados o de las malas compañías que el destino les coloque en su camino. He escrito este libro para que esos adultos sepan que nunca es demasiado tarde ni demasiado pronto para afrontar o provocar momentos de este tipo.»

«Ahora bien, ¿cómo puede ser esta obra una guía común, un manual de instrucciones útil, si cada una de las personas a las que se dirige es — como reconoce incluso su autora— realmente única? A lo largo de mis años de experiencia en consulta y en mi actividad general como terapeuta he visto a más de mil hombres y mujeres fuera de lo normal, que me han enseñado que, aunque cada uno de ellos presente una naturaleza particular, literalmente extraordinaria, todos comparten ciertos puntos fuertes, ciertos puntos débiles y cierta originalidad en sus perspectivas y planteamientos. Casi siempre se han topado con los mismos problemas a la hora de poner nombre a sus sufrimientos y analizarlos, y de resolver de un modo armonioso sus decepciones en el terreno del amor, la amistad, la familia o el trabajo. Todos ellos fueron niños precoces, que al llegar a la edad adulta acallaron sus complejos, sus dificultades y su visión del mundo en un contexto de falta de confianza en sí mismos; todos se vieron abocados a la frustración porque no habían satisfecho sus aspiraciones fundamentales y a todos ellos la censura de su entorno — que sentía miedo ante su «originalidad» y rechazaba su diferencia— les había impedido realizarse. A la inmensa mayoría de ellos la preocupación que suscitan les obliga a recurrir a una identidad falsa, a un

mimetismo social de conveniencia que los ahoga. Así pues, desde la época más lejana de su infancia están esperando a que alguien les dé permiso para vivir tal y como son; un permiso que ya nadie puede darles... [...]»

¿Cómo reconocer a un adulto con altas capacidades?

««Ser diferente» se ha convertido en una expresión de moda, que oímos a menudo en las películas estadounidenses. [...] Revelan tanto una necesidad vital de diferenciarse en un mundo que tiende hacia la globalización, la uniformidad, el pensamiento único y las consignas como las dificultades con las que se encuentran aquellos que no piensan, no actúan o no viven de la misma manera que la inmensa mayoría de los hombres y las mujeres que los rodean.»

«La diferencia puede percibirse como una ventaja o como una tara, según cuál sea la reacción del mundo exterior y, sobre todo, la del individuo que se relaciona con él. El mundo exterior juzga, pero la persona que se siente diferente también tiene un juicio acerca de su diferencia.»

«Así pues, aquello con lo que el individuo «diferente» asocie su diferencia será lo que determinará su comportamiento general, su relación con el mundo y, por tanto, el camino que tome. Ese sentimiento influirá en buena medida en el rumbo que dé a su vida, como influirá también, y sobre todo, el hecho de que la sociedad en la que se mueva tolere o no su diferencia. Por ejemplo, ser negro, homosexual o mujer no tiene nada de negativo en sí. Sin embargo, estas características pueden acabar dando lugar a una discriminación en función del juicio que haga de ellas el entorno. El individuo diferente no está obligado a sumarse a los prejuicios de su ambiente, pero todos nosotros aprendimos ya en nuestra infancia a poner etiquetas a los demás. Desde el segundo curso de Educación Infantil se pide a los alumnos que identifiquen al «intruso» dentro de una imagen, y en el último curso de este ciclo tienen que saber señalar al «semejante » de entre una serie de elementos situados unos junto a otros. [...]»

«Las personas diferentes aprenden muy pronto — y a menudo en la mayor de las soledades— a protegerse psíquicamente de las dificultades íntimas con las que se topan. Algunos avanzan y salen adelante. Otros establecen una división entre su personalidad profunda y los valores a los que va ligada, por una parte, y una personalidad fingida, una especie de máscara que se colocan para res-guardarse e integrarse, por otra. Hay también quienes se ríen de sí mismos para que los demás los acepten y esquivan sistemáticamente los aspectos molestos que podrían poner en cuestión su «normalidad». Pero estos rodeos no cambian en nada su situación: hagan lo que hagan, siempre serán diferentes. [...]»

«La diferencia a la que me estoy refiriendo no es una impresión vaga, fruto de alguna dificultad para adaptarse al mundo, y menos aún una patología mental. Se trata de la diferencia propia de un grupo concreto de la población, al que yo denomino «los adultos con altas capacidades». Esa diferencia puede medirse a través de una serie de pruebas de las que hablaré un poco más adelante. [...] y, si no se corrige, con el paso de los años conduce a un

abatimiento, a una abulia o incluso a un comportamiento depresivo que a su vez desemboca en el fracaso afectivo, social y profesional.»

«Esas dos diferencias acumuladas avivan su sufrimiento: a una inteligencia extrema se le suma una lucidez extrema y, en consecuencia, una enorme vulnerabilidad, dos fuentes fundamentales de fragilidad psíquica. La intensa personalidad del adulto con altas capacidades, su complejidad y su elevada motivación pueden anesthesiarse, amordazarse o contenerse, pero jamás mueren. Ese adulto siempre será diferente, tanto «cuantitativa» como «cualitativamente».»

«Cuando los adultos que presentan altas capacidades reciben este diagnóstico, en un primer momento la mayoría de ellos lo rechazan. A su juicio, la palabra «superdotado» es un adjetivo que solo se aplica a los niños, un talento que, al igual que la inocencia, desaparece con el paso de los años. Como muchas otras personas, están convencidos de que los adultos con altas capacidades son siempre personas excepcionalmente exitosas, que han seguido una trayectoria universitaria impresionante y que han triunfado en los ámbitos más inaccesibles, como las matemáticas, la física o los grandes negocios. Sin embargo, basta con que se planteen esta hipótesis y la verifiquen para que toda la madeja de prohibiciones, incomprensión y culpabilidad en la que se han enredado desde su infancia se deshaga. En ese momento entienden que tienen que aceptar lo que los hace diferentes y tolerar las mieles y los sinsabores de su inteligencia. Las mieles son todo aquello que siempre — a veces en secreto, en lo más profundo de su memoria — han soñado con ser o hacer algún día. Los sinsabores son la constatación de que una gran inteligencia, aunque en teoría sea una cualidad aplaudida y aclamada, en la vida cotidiana es pisoteada, contestada y a menudo odiada. Pero es precisamente esa inteligencia lo que — siempre y cuando se comprenda, se trabaje y se desarrolle — les permitirá superar estos obstáculos.»

«Es necesario que estos adultos sepan que son «superdotados», es decir, que poseen altas capacidades intelectuales. Sin embargo, a la mayoría de ellos no se les hicieron las correspondientes pruebas en su infancia. Dado que ignoran su «superdotación», cada vez que se encuentran con dificultades o que acumulan un fracaso tras otro en su vida de hombres o de mujeres, tienden a menospreciarse y subestimarse, cuando no incluso a culpabilizarse y mortificarse. [...]»

«Hay que saber que las altas capacidades ni desaparecen ni disminuyen a medida que se cumplen años. De hecho, tienden incluso a crecer, como crecen también las características por las que a estas personas les resulta tan difícil adaptarse a una vida en comunidad.»

¿Qué es un adulto con altas capacidades?

«Un adulto con altas capacidades es un niño «precoz» que ha crecido. Esta definición puede parecer una pero-grullada, pero es fundamental que recordemos la verdad que encierra. La «superdotación», el «talento» o las «altas capacidades», o incluso aquello que en Estados

Uni-dos se conoce como *gift*, no es una cualidad que se manifieste de forma tardía, en la edad adulta: la precocidad de estos individuos es congénita. Nacen dotados ya de esa inteligencia superior y la mantienen para siempre. Sin embargo, su entorno social, el país en el que vivan y su educación pueden ocultar este rasgo o bien desarrollarlo (o, al menos, favorecer su «detección» a través de una serie de pruebas y de la consulta a psicólogos o psiquiatras especializados en este fenómeno).»

««¿Qué significa tener altas capacidades?», me preguntan, como si se tratase de una especie de enfermedad cuya evolución y síntomas quisieran conocer. Me acuerdo con frecuencia de Claire, una paciente que, días después de haber venido a consulta para exponerme el caso de sus hijos, volvió a mí, esta vez sola. Se había reconocido a sí misma en el retrato que yo había trazado acerca de las altas capacidades y, aunque pensaba que aquel no era su caso, no había podido evitar sentir la necesidad de hablarme de su infancia, del papel subordinado que su padre le había asignado en la empresa familiar, mientras que reservaba los puestos de dirección a sus hermanos. Se había asfixiado bajo el yugo de la tradición familiar y de su condición de mujer y se había pasado toda la vida debatiéndose entre la resignación y un deseo irrefrenable de saltar por encima de todos los obstáculos y avanzar... Huelga decir que Claire superó sobradamente las pruebas de superdotación. [...]»

«En líneas generales, y en lo que respecta a los adultos con altas capacidades, el estudio de Terman permitió determinar que, una vez alcanzada la edad de treinta y cinco años, aquellos que habían obtenido una mayor puntuación no habían cosechado éxitos especialmente excepcionales o fuera de lo común, salvo en el caso de Ray Bradbury, el escritor de libros de ciencia ficción. Ninguno de ellos había desarrollado las carreras a las que, en principio, parecían destinados tanto por su coeficiente intelectual como por la atención de la que fueron objeto... El estudio también se preguntó por los motivos por los que algunos de ellos, que presentaban el mismo CI y habían obtenido resultados académicos más o menos similares en la educación secundaria, no habían conseguido superar los dos primeros cursos universitarios. Pues bien, entre todos aquellos que se habían quedado en la estacada, Terman evidenció una falta casi patológica de confianza en sí mismos, de autoestima y de perseverancia. [...]»

«Aunque no conviene que saquemos conclusiones precipitadas de estos datos, lo cierto es que me reafirman en mi convicción personal: cuanto menos se parezca el individuo con altas capacidades a su entorno, es decir, cuanto más diferente sea, mayor será la probabilidad de que desarrolle malestar, una angustia ligada a esta vaga sensación de diferencia o incluso abulia.[...] las funciones mentales relacionadas con el conocimiento conceptual y racional, que no es sino la capacidad para resolver de manera rápida y correcta cuestiones lógicas— no garantiza en absoluto que el individuo sea capaz de tomar decisiones adecuadas o de adaptarse de una forma armoniosa a la vida real. »

«Este particular «¿quién es quién?» constituye una auténtica mina de información para quienes deseen conocer mejor la situación de los adultos con altas capacidades. Pues bien,

los resultados de la investigación evidencian que estas personas se sienten más cómodas delante de una máquina que ante interlocutores de carne y hueso: en su inmensa mayoría, de hecho, se dedican a actividades relacionadas con la informática, la electrónica, las finanzas y la contabilidad. También un alto número de ellas elige profesiones sanitarias: la medicina, la odontología o la farmacia. A continuación vendrían aquellas que optan por el ámbito de la educación, con una proporción bastante parecida de mujeres y hombres. Entre las mujeres se observa una cantidad importante de psicólogas que trabajan con niños precoces. Por último, hay un grupo mucho menos nutrido, aunque significativo, formado por varones que se decantan por seguir una carrera militar. Sin embargo, el dato más sorprendente que permite extraer la consulta de este anuario es el del número especialmente elevado de adultos con altas capacidades que no declaran ejercer ninguna actividad profesional, bien porque se dedican a algún oficio del que se avergüenzan, bien porque, en efecto, se encuentran desempleados. En cambio, todos ellos indican en el apartado de las actividades personales una gran cantidad de aficiones, en su mayoría pertenecientes a los ámbitos de las ciencias humanas o la fantasía, la filosofía o el esoterismo, la astronomía o la ciencia ficción.»

Retrato del adulto con altas capacidades

«Además de una inteligencia específica, que veremos más adelante, el adulto con altas capacidades presenta una serie de rasgos de personalidad que lo diferencian y que, de entrada, no coinciden con las características de quienes presentan la inteligencia a la que estamos habituados. Así, en la mayoría de estas personas constatamos una intensidad exacerbada de las emociones y de la expresión de los sentimientos. También observamos que tienen los cinco sentidos muy agudizados y que poseen un verdadero don de la lucidez. Todos ellos, además, se muestran muy incómodos en sociedad, especialmente cuando tienen que hablar en público. Sin embargo, para trazar este retrato con el mayor rigor posible, debemos empezar por distinguir entre cuatro formas de inteligencia, que los psicólogos actuales definen con claridad: la inteligencia cognitiva, la emocional, la social y la creativa. [...]»

La divergencia

«Se trata de la tendencia a razonar de un modo radical-mente diferente al de las demás personas: los individuos con altas capacidades siempre reaccionan o responden a las preguntas de una forma original, inesperada y sumamente creativa. El lado positivo de esta independencia de espíritu y de esta originalidad es que fascinan allá donde se necesitan: en los ámbitos de la creación artística, la investigación, la creación de empresas... [...]»

«[...]El lado negativo es que esta propensión a no reflexionar como los demás, a sacudir los prejuicios y las ideas preconcebidas, aísla a la persona y la expone a la hostilidad general, sobre todo en aquellos entornos en los que el principio de consenso es crucial. »

«Todo lo contrario: puede incluso interpretarse como una tendencia a la crítica sistemática, al sectarismo o a la ironía, en un espacio en el que la cortesía y los hábitos obligan a fundirse

con el grupo, a seguir la tónica general, y en el que el consenso continúa siendo la base de las relaciones. »

La excitabilidad

«Se manifiesta a través de un exceso de energía unido a unas respuestas emocionales fuera de lo habitual y a una aguda percepción del entorno, tanto el físico como el social. Este fenómeno, particularmente evidente en los niños con altas capacidades, no debe confundirse con la hiperactividad. Aun cuando sus signos exteriores parezcan similares, se diferencian básicamente en que, en el caso de los superdotados, van acompañados tanto de concentración como de capacidad de canalizar adecuadamente la energía a través de la realización de proyectos muy variados, que siempre se ejecutan bien. [...]»

La sensibilidad

«Con este término me refiero a unos sentimientos profundos, a una viva empatía hacia los seres que rodean a la persona con altas capacidades, además de una sensibilidad extrema ante los elementos que forman parte de las criaturas, las atmósferas, los lugares. En este caso los sentimientos, sumamente intensos, son los que suelen guiar las reflexiones y los actos.[...]»

«Se muestran entusiastas e íntegras en sus compromisos. Es habitual encontrar esta marcada sensibilidad entre los poetas, los periodistas de investigación, los activistas de los movimientos pacifistas y algunos líderes políticos y religiosos. Para ellos, la recompensa a su compromiso para con el bienestar de los demás o las causas perdidas es conseguir el éxito en su lucha. Se sienten realizados aportando ayuda, independientemente del precio que deban pagar en el plano personal por esta empatía y compasión. Los adultos con altas capacidades son sensibles ante la naturaleza en su conjunto. Se perciben a sí mismos como parte del cosmos y de todo el universo. Por lo general, sus estándares morales y éticos son muy elevados y su sentido de la lealtad y de la honestidad está particularmente desarrollado.»

«[...]Además, les resulta incomprensible que la mayoría de la población no sienta las cosas con esa misma intensidad tan característica de ellos. No soportan que el criterio que se aplique a la hora de establecer prioridades no sea el sufrimiento de las víctimas, con las que tanto empatizan. Pueden llegar incluso a mostrar intolerancia y rigidez mental ante el estilo de vida de quienes los rodean, que les parece superficial y opulento.»

La clarividencia

«Cuentan con una extraordinaria intuición, que a menudo les permite ayudar a los demás a entender lo que les impulsa y a desentrañar aquellos sentimientos o desazones para los que no encuentran explicación. Captan muy rápidamente las disonancias entre la apariencia y la realidad, entre un discurso de conveniencia y el sentimiento profundo que subyace en él, y esas incongruencias les generan tal malestar que, para ellos, la verdad, la transparencia y la coherencia se vuelven necesidades vitales. Sienten una enorme aversión hacia el disimulo y la hipocresía, en cualquiera de sus formas. [...]»

«[...]Lo negativo, en cambio, es que puede provocar en las personas de ese entorno una sensación de miedo, de vulnerabilidad o de desagrado porque tienen la impresión de que el superdotado es capaz de ver su interior, así que acaban desarrollando desconfianza y hostilidad. Si el beneficiario de este don no aprende a ocultarlo, correrá el riesgo de que el grupo lo excluya, una exclusión que le parecerá injusta.»

El perfeccionismo

«Se trata, por tanto, de un rasgo de personalidad que resulta atractivo para el entorno, al que semejante aspiración a lograr lo bello, lo verdadero, lo máximo, a superarse a sí mismo, le parece fascinante. [...] Las personas dotadas de entelequia son ejemplos, modelos que forjan la esperanza de una sociedad mejor. Aportan a las relaciones sociales un cálido colorido, intimidad y complejidad. Están preparadas para expresar la profundidad de sus sentimientos y alientan a los demás a abrir sus corazones, a confiar de forma espontánea.»

Altas capacidades: mitos y verdades

«Es poco habitual que los adultos con altas capacidades sean bien acogidos. De hecho, en la lengua coloquial la palabra «superdotado» sigue asociándose al mito del genio y, por lo general, suscita desconfianza y rechazo, bien porque el individuo de inteligencia «normal» se siente abrumado ante la profusión de materia gris [...] Este es el motivo por el que los adultos con altas capacidades siempre han estado rodeados de fantasías, prejuicios y hostilidades que, al propagarse, han creado una especie de arquetipo que no guarda relación alguna con la realidad. Huelga decir que estos errores dificultan aún más, si cabe, su integración.»

«A continuación indicaré algunos de los prejuicios más habituales, que ilustran claramente esta confusión:

- *Las personas con altas capacidades son omniscientes y logran excelentes resultados en todos los ámbitos [...]*
- *Con la edad, los adultos con altas capacidades superan los problemas que tuvieron como niños precoces [...]*
- *Gracias a su inteligencia, los adultos con altas capacidades comprenden perfectamente qué significa poseer altas capacidades [...]*
- *Debido a su inteligencia y a sus talentos, las personas con altas capacidades tienen una imagen positiva de sí mismas [...]*
- *Su inteligencia les permite tener siempre muchísimas ideas y sentirse motivados con facilidad [...]*
- *Son admirados y les resulta sencillísimo hacer amigos [...]*
- *¿La prueba de sus altas capacidades? El éxito que cosechan en su vida profesional [...]*»

Tomar conciencia de los propios dones

¿Cuándo se da cuenta el adulto con altas capacidades de que es diferente?

«[...]La psicóloga Marylou Kelly Streznewski publicó bajo el título de *Gifted Grownups* una serie de entrevistas que le permitieron llegar a la conclusión de que las personas con altas capacidades toman conciencia de ellas en ter-cero de primaria o, como muy tarde, en cuarto. Sin em-bargo, mi propia experiencia con niños superdotados me lleva a considerar que este momento llega incluso antes, en concreto en primero de primaria. De hecho, la mayo-ría de ellos entran en ese curso sabiendo ya leer, contar y a menudo también escribir. »

«[...]En mi consulta los he escuchado quejarse de lo lentos que son los demás niños, de lo aburrido que les resulta tener que esperar a que sus compañeros resuelvan problemas que para ellos no son ningún misterio. Ese aburrimiento, que va aumentando hasta que pasan a secundaria, suele ir acompañado de una creciente sensación de hallarse atrapados, como si todo el sistema educativo, por su propia estructura, les estuviese impidiendo encontrar las respuestas a las preguntas que los atormentan. »

«Quiero insistir en que tomar conciencia de su diferencia no significa que sepan definirla o diagnosticarla... De hecho, el malestar que experimenta el adulto con altas capacidades degenera con frecuencia en un problema crónico que nadie podrá nunca tratar o curar. ¿Por qué? Hay que tener en cuenta que hoy en día los niños con altas capacidades suelen tener familias que están pendientes de ellos, que permanecen atentas a sus resultados escolares e intelectuales. También cuentan con la ayuda de profesores acostumbrados [...]. Pero ¿qué ocurre con el adulto con altas capacidades? Es posible que, debido a la generación a la que pertenece y al colegio al que acudió en su momento menos informado acerca de este fenómeno—, haya pasado desapercibido o bien que, aunque se le hayan realizado los test pertinentes y se haya emitido el correspondiente diagnóstico, su entorno le haya ocultado la verdad por miedo a que le afecte negativamente. ¿Cómo podrá ese adulto poner nombre a su diferencia? La única opción que le permitiría ser reconocido como lo que es sería que lograse un éxito excepcional en un ámbito específico. »

«En la edad adulta, al superdotado le aguarda el mismo destino que a esas minorías que se ven obligadas a adaptarse a vivir en un medio que no actúa conforme a sus criterios ni aspira a los mismos objetivos que ellas. Constituyen una especie de subcultura dentro de una cultura dominante, pero, a diferencia de las minorías, muy rara vez son conscientes de lo que les ocurre, así que caen en un profundo aislamiento, sin encontrar un lugar armonioso en su entorno, una identidad que los demás acepten y asimilen. No son conscientes de sus particularidades, de sus riquezas, e ignoran la naturaleza de su personalidad, por lo que se preguntan hasta la extenuación por qué eso que a los demás les sale de una forma tan natural a ellos les resulta tan difícil. »

¿Cómo percibe el mundo el adulto con altas capacidades?

«Desde niños, a los adultos con altas capacidades les cuesta comprender qué se les reprocha y qué se espera de ellos, y eso se debe precisamente a sus diferencias cuantitativas y cualitativas. Se sienten aislados y anormales. [...]»

«[...]Hacia los seis años de edad, los niños entienden que tienen que realizar intercambios: deben dar algo de sí mismos para conseguir lo que desean. Con el fin de alcanzar la paz y mantener un nivel de sufrimiento que le resulte tolerable, el menor superdotado trata de evitar todo aquello que pueda atraer la atención (violenta o irónica) sobre él.»

«También puede ocurrir que la persona con altas capacidades se rebele contra el mundo, acusándolo de querer formatearla, obligarla a vivir una vida que no es la suya. En ese momento se negará a hacer concesiones, a buscar un equilibrio. «A partir de ahora, diré exactamente lo que pienso. Ya estoy harta de hacer las cosas como los demás. No merece la pena», confiesa Isabelle, corroída por un sentimiento de ira permanente. «Me niego a someterme a reglas inútiles — declara Jérôme, de treinta años—. No puedo pasarme la vida preocupándome constantemente por lo que les viene bien o mal a los demás. Peor para ellos si les hago daño.» Martine, que a los cincuenta años optó por dejar a su marido para asombro general de su entorno, explica: «Ya no soportaba que los demás escribieran mi vida por mí. Mi pareja y mis hijos no entendieron en absoluto mi cambio, mi decisión. Pero para mí se trataba de una cuestión de vida o muerte. Me estaba asfixiando». [...]»

«El adulto con altas capacidades no entiende que la mayoría de las personas se conformen con la mediocridad, la imperfección y la estupidez propias de esas diversiones que se organizan precisamente para alejar a las personas del estudio y del arte. Esta tendencia general le provoca incomodidad, cuando no incluso un verdadero malestar. Le exaspera y le indigna. Él necesita saciar su curiosidad natural, poner a trabajar a su inteligencia retándola con problemas concretos, encontrando soluciones, conversando sobre los temas que le atormentan. [...]»

«Desde su más tierna infancia, el adulto con altas capacidades ha intentado resolver este enigma y ha tratado de averiguar qué sentido debe dar a su vida, cuál es la razón de su existencia en el mundo, de su movimiento. Manifiesta una marcada necesidad de trascendencia, una profunda propensión a la espiritualidad, y le sorprende que no haya muchas más personas que se hagan estas mismas preguntas metafísicas. [...]»

«Freud consideraba que el comportamiento en sociedad de cualquier persona perfectamente normal responde a los instintos primarios (en concreto, al instinto de conservación y al instinto sexual o de reproducción) y al interés. Estos tres elementos instan al individuo a cometer pequeñas infracciones con respecto a las normas morales, algo que el sociólogo Kazimier Dabrowski bautizó como «deshonestidades saludables», imprescindibles para que se mantenga la paz social. Sin embargo, la persona con altas capacidades, que piensa y actúa de forma diferente a las demás, es incapaz de captar ese doble lenguaje y de comprender bien que esta hipócrita diplomacia es necesaria para la armonía del grupo. Tales mentiras la

hacen sufrir. De hecho, pueden provocar que se enfade y que decida hablar con claridad, expresar su opinión en público, incluso de forma hiriente. Dada la desconfianza que esta actitud despierta en su entorno, el superdotado acaba desarrollando una paranoia, una depresión.»

«[...]El adulto con altas capacidades se ha acostumbrado desde su infancia a que, para gustar a un posible amigo o a una posible pareja, debe adaptarse a lo que ese otro espera, actuar conforme a sus peticiones, constreñirse y ahogar su propia originalidad. Es posible que, cuando se dé cuenta de que no consigue nada a cambio, acabe explotando. «Ya estoy harta de ser amable con todo el mundo. Habría tenido que rebelarme, pero me callaba porque me daba miedo quedarme sola, sin amigos», estalló Marianne en mi consulta, indignada ante la sensación de que los demás la pisoteaban, y agotada de hacer concesiones. A la persona con altas capacidades, que no soporta las medias tintas, le resulta difícil distinguir entre una mera relación social y una amistad, y sufre las decepciones esperables de esta confusión de categorías. No entiende la superficialidad ni la ligereza. Espera que se la quiera por lo que es y que, al fin, se la comprenda.»

«[...] Tengo la impresión de que soy de otro planeta», confiesa Jeanne como si estuviese revelando un deshonesto secreto. Como Einstein, la persona con altas capacidades se da cuenta de que ser reconocida y ensalzada no equivale a ser querida ni comprendida.»

¿Cómo percibe el mundo a la persona con altas capacidades?

«Al adulto con altas capacidades se le percibe como alguien «diferente», aunque el sentido común no es capaz de determinar con precisión en qué consiste esa diferencia. Simplemente, se le ve como alguien distinto e incomprensible. Su actitud y su manera de ser sacuden los estándares de aquello que se considera normal, por una parte, y de aquello que se considera patológico y entra en el ámbito de la psiquiatría, por otra. [...]»

«[...]Aunque el entorno reconoce las altas capacidades intelectuales del superdotado, no admite que este considere que sus allegados son tan inteligentes como él mismo y que les plantee sus problemas en una relación de igual a igual. El medio social suele pensar que, si acoge con frialdad el radicalismo de un superdotado, este comprenderá sin problema los motivos de semejante hostilidad.»

«En sociedad, el adulto con altas capacidades pasa a menudo por un manipulador, un fanfarrón, un pretencioso, un acaparador de la palabra, un indiscreto (por las preguntas que hace) o incluso un grosero, un asocial, un dominador, un indisciplinado o un disruptivo. Si, en el ámbito laboral, no ejerce un cargo directivo, con frecuencia se le considerará como alguien excesivamente crítico, con propuestas demasiado «personales», que cuestiona la autoridad, que es perezoso (ya que manifiesta su tedio a la hora de realizar las tareas cotidianas) y perfeccionista, que se toma a sí mismo demasiado en serio [...]»

Entender el problema para tomar las riendas de la situación

«Los psiquiatras y los psicólogos han identificado cuatro tipos de mecanismos de defensa que son una fuente de malestar entre estos adultos tan particulares. Cuando se invita a un hombre o a una mujer que lo está pasando mal a reflexionar sobre sus dotes, a revisar su pasado y a especificar los motivos por los que siente que ha fracasado en el ámbito afectivo o en el profesional [...] Jamás se le ha pasado por la cabeza que pudiese tener altas capacidades. • Se ha resignado y ha aceptado vivir una vida que desde el principio sabía que no era la suya, y lo ha hecho, en parte, por mimetismo social. • No confía en sí mismo o en sí misma, en sus recursos, por lo que ha renunciado a seguir avanzando. • Su deseo de adaptarse, de recibir cariño o reconocimiento, le ha hecho absolutamente dependiente de la aprobación de los demás.»

«[...]Mi experiencia clínica me obliga a insistir en la existencia de estos mecanismos y en la necesidad de tenerlos en cuenta. Son estos elementos los que hay que combatir en consulta, porque generan sentimientos negativos, frustraciones y angustias. Pese a todo, el paciente tenderá a recurrir a ellos en cuanto surja la más mínima dificultad.»

«Son muchos los pacientes que se muestran reacios a aceptar la hipótesis de que poseen altas capacidades si ese don no se ha manifestado en su trayectoria profesional a través de un éxito excepcional. Los tópicos son duros de pelar: igual que, durante la etapa escolar, se piensa que el superdotado debe ser el primero de su clase y no experimentar ninguna dificultad, en el mundo de la empresa se considera que todo superdotado ha de ser un jefe, un creativo, un director general. [...]»

«Incluso cuando admiten el diagnóstico de altas capacidades, muchos de estos adultos se niegan a aceptar lo que conlleva. Prefieren conformarse con su vida cotidiana y sus frustraciones, sobre todo ahora que conocen su origen, en lugar de iniciar un largo y laborioso trabajo de introspección, por mucho que ese trabajo les permita realizarse. [...]»

«Pero hay algo aún peor: puede que esta regresión, a la que es posible que la persona con altas capacidades recurra tras conocer su diagnóstico — y que, además, lleva toda la vida aplicando para atenuar su sensación de ser diferente—, le haya inducido a fabricarse otra identidad, un *falso self* del que hablaremos más adelante. Una vez que se la desenmascara, se siente invadida por la ira, una ira propia de alguien a quien se le han robado años enteros de su vida y a quien, en lugar de ayudarlo a convertirse en sí mismo, se le ha exigido que adopte comportamientos que le resultan agotadores.»

«El superdotado lleva toda la vida sufriendo, aislado en su diferencia, debido a sus dificultades para adaptarse, no solo en el contexto del aprendizaje escolar, sino también en sus relaciones de amistad y en su vida amorosa. Se podrían escribir libros y más libros sobre el dolor de los niños y los adolescentes con altas capacidades que no consiguen integrarse en una comunidad, gustar a los demás y seducir de acuerdo con las normas de su grupo de edad. Al final, aprenden a desconfiar de sí mismos y a negar sus facultades y sus cualidades. El miedo

al fracaso se acaba convirtiendo en la certidumbre del fracaso. Prefieren renunciar a emprender, a lanzarse a un proyecto, a intentar vivir otra vida o ejercer otro oficio, antes que arriesgarse a experimentar un nuevo fracaso, a recibir un enésimo y cruel rechazo. [...]»

«Quiero aclarar algo e insistir en ello: aquí no se trata de tomar riesgos temerarios ni de adoptar una actitud absurda o socialmente suicida con el pretexto de evolucionar, sino de aceptar enfrentarse a las incertidumbres y a los peligros que son inevitables si queremos que la situación mejore, que el sufrimiento acabe. Los adultos superdotados que han conseguido hacerlo, que llevan una vida gratificante, subrayan la importancia que tuvo para ellos esta capacidad de afrontar desafíos, de aprender de sus fracasos y, a continuación, de volver a levantarse para encontrar el camino correcto, la salida más adecuada. Todos los profesionales que trabajan con estos adultos que tanto sufren lo corroboran: para ellos, el mayor riesgo consiste en volver a ser quienes de verdad son. Pero ese es el riesgo inicial, esencial, sin el cual no hay espacio alguno para la creatividad ni para la autorrealización.»

«[...]En cierto modo es normal construirse a partir de la mirada de los otros, pero acabar dependiendo de ella y queriendo gustar a toda costa constituye una firme barrera para la autorrealización. Si el adulto con altas capacidades recibió elogios de sus padres en sus primeros años de vida, más tarde buscará sin descanso, y de una forma más o menos consciente, reproducir esta configuración afectiva. Si sus padres se excedieron al poner sobre sus hombros proyectos y sueños de éxito a modo de revancha personal ante sus propios fracasos, el pequeño acabará esforzándose por hacer las cosas cada vez mejor con el fin de conservar el lugar privilegiado que ocupa en el corazón de sus seres queridos. »

Tener en cuenta el entorno y la sociedad

El concepto de altas capacidades en los adultos no es universal. Sus manifestaciones no son impermeables frente al ambiente en el que el superdotado ha crecido desde niño ni frente a la sociedad que los bombardea, a él, a su familia y a su grupo, con consignas culturales. El sociólogo Geert Hofstede analizó maravillosamente los vínculos que existen entre la evolución de la diferencia de un individuo y su visión sociológica.

«Así, a partir de mi experiencia clínica, he podido poner en práctica, en el caso de las altas capacidades, algunas de las conclusiones de Geert Hofstede, que es preciso tener en cuenta a la hora de proponer soluciones a estos adultos que tanto sufren: • Al adulto con altas capacidades que vive en una sociedad donde se hace todo lo posible para evitar riesgos le resultará más difícil integrarse en ella que a aquel que se encuentra en un entorno donde el reto constituye el estilo de vida habitual de sus miembros. A ese adulto, que es difícil de comprender, que se sale de la norma y que muestra ideas, reacciones y expectativas que parecen desestabilizadoras, se lo contemplará como una fuente de ansiedad, un factor de desequilibrio, un peligro para la armonía general. Su capacidad natural para asumir riesgos lo hará diferenciarse aún más del grupo al que pertenece. • Este tipo de adultos sufren más marginación cuando en su sociedad la autoridad se basa en la tradición. [...] »

«[...] Por eso, el adulto con altas capacidades debe encontrar la justa medida a la hora de elegir no solo sus actividades, sino también el sector al que va a dedicarse. Es importante que dé prioridad a aquellos ámbitos en los que la asunción de riesgos forme parte integrante de la cultura empresarial. En principio, ni la Administración pública ni los grandes grupos internacionales serán los más adecuados para su naturaleza».

Identificar el papel de los grupos que intervienen en la construcción de la identidad

«Ya hemos explicado que no existen recetas milagrosas ni un modelo tipo de adulto con altas capacidades. Sin embargo, sí que se conocen los elementos externos que rodean a estas personas y que intervienen en el desarrollo y la formación de su identidad.»

¿Quién soy yo realmente?

La cuestión de la identidad profunda

«La primera tarea de cualquier psicólogo que trate a un adulto con altas capacidades, independientemente de que este sea o no consciente de su naturaleza, consiste en ayudarlo a poner nombre a su diferencia o a descubrir la relación que existe entre su superdotación y su sufrimiento. Así pues, deberá guiarlo a la hora de desentrañar aquello que constituye la esencia de su diferencia — desmontando para ello cada uno de los mecanismos implicados— y a la hora de distinguir entre aquello que forma su personalidad profunda (es decir, aquello que los terapeutas denominan el «*self*») y aquello que ha tapado, deformado e intentado adaptar para responder a los problemas que su diferencia le ha creado y a las heridas que él (su falso *self*) le ha infligido.»

«El «yo mismo» o «uno mismo» (*self*) es una construcción, una metáfora, una manera de percibir y de conceptualizar modelos de acciones voluntarias y la experiencia interna de la propia vida. Es el fruto de una conciencia de sí mismo que se desarrolla desde el nacimiento y a lo largo de toda la existencia. Se agudiza a medida que pasa el tiempo y que crece la capacidad de pensar en abstracto. [...]»

«[...]Cuando este *self* — una máscara construida desde la infancia más temprana con el fin de proteger al verdadero *self*— se ha desarrollado siguiendo una trayectoria normal y armoniosa, desempeña una función positiva en el equilibrio de la persona y en su comportamiento. Todos los seres humanos lo crean a partir de sus primeros meses de vida, a medida que van entrando en su mundo las limitaciones y las exigencias que impiden al verdadero *self* expresarse plenamente.»

«[...]Son muchos los psicoanalistas y terapeutas que utilizan los trabajos de Winnicott en sus consultas para averiguar si la armonía entre el verdadero *self* y el falso *self* de un paciente que sufre se ha visto alterada y, de ser así, en qué medida. Porque es esta discrepancia el origen de los tormentos, del malestar y, en los casos más graves, de determinadas patologías.»

«El modelo de formación y desarrollo de la identidad que acabamos de ver es el que se da en la amplia mayoría de las personas. Sin embargo, no es posible aplicarlo al dos por ciento de la población que constituyen los individuos con altas capacidades. De hecho, en ellos la singularidad del *self* es tan extrema — tanto por su naturaleza como por sus manifestaciones— que los límites que les imponen sus madres, primero, y su entorno general, más adelante, les resultan incomprensibles porque no se adecuan en absoluto a la calidad y al nivel de su inteligencia, ni tampoco a la sutil y particular combinación de rasgos que los definen. En esa situación, su inteligencia los inducirá a desarrollar un falso *self* que se impondrá sobre el verdadero hasta asfixiarlo, ya que — con una lucidez y una agudeza enormes— perciben el «yo» como una fuente de angustia para la madre y como una fuente de preocupación o incluso de aversión para el entorno. [...]»

«"Me gustaría que me quisieran por lo que soy": esta es la frase que más escucho en mi consulta. Esta breve oración, púdico resumen de una profunda experiencia de expolio, revela por sí misma el inmenso desfase que existe entre lo que el superdotado piensa que es en realidad — o lo que le gustaría ser— y lo que su entorno le ha obligado a ser. También pone de manifiesto la angustia que surge de la sensación primigenia de que, pase lo que pase, el *self*, ese yo verdadero, no es digno de ser amado. Ya vimos en la primera parte del libro las actitudes que adoptan los superdotados para lidiar con este dolor, actitudes que van desde la evitación hasta el mimetismo. Esos son los peligros que el falso *self* genera para la auto-realización y el equilibrio de la persona con altas capacidades. [...]».

Las herramientas para el autoconocimiento

«Los pacientes que acuden a mi consulta acaban, to-dos ellos, dándose de bruces con una serie de preguntas para las que ningún test tiene respuesta. Constituyen pa-sos en el camino hacia el autoconocimiento, señales de que es urgente que aprendan a conocerse. ¿Soy normal? ¿De dónde me viene esta sensación de que soy un bicho raro? • ¿Qué hacer para mantenerme fiel a mis convicciones y a mis objetivos cuando mi entorno los critica y hace hincapié en mi diferencia? • ¿Cómo saber si esas críticas son fundadas, si estoy en lo cierto o si me equivoco, si lo mío es una diferencia o una patología? • ¿Por qué cada vez que doy rienda suelta a mis pensamientos me acusan de ser condescendiente o sarcástico? • ¿Por qué estoy tan solo? ¿Por qué me hace sufrir esta soledad? ¿Por qué me resulta tan difícil encontrar amigos que compartan mi manera de ver el mundo? • ¿Cómo puedo ser feliz si a mi alrededor hay tanta infelicidad? ¿Cómo evitar que el sufrimiento ajeno me conmueva hasta el punto de sentirme abatido? • ¿Por qué no veo las cosas como los demás? • ¿Por qué siempre necesito justificarme, dar explicaciones sobre lo que hago, pienso o digo? [...]».

«[...]Así pues, el objetivo será proponer a la persona un proceso que le permita conocerse para consolidar una imagen positiva de sí misma, es decir, para reforzar esa autoestima que tan débil es en el caso del adulto con altas capacidades. A lo largo de ese proceso también habrá que ayudarle a reconocer sus talentos y sus expectativas y a gestionar sus relaciones — siempre difíciles, cuando no incluso conflictivas— con las personas de su entorno.»



PARA AMPLIAR INFORMACIÓN, CONTACTAR CON:

Laura Fabregat | Responsable de Comunicación Área de Ensayo
682 69 63 61 | lfabregat@planeta.es