



# LOS ADULTOS CON ALTAS CAPACIDADES

SUSANA ARROYO ANDREU  
[www.hemisferi.cat](http://www.hemisferi.cat)



¿En qué se convierten los niños superdotados?

¿Quiénes son en la edad adulta?

¿Qué es de ellos?

Se convierten en adultos contruidos a imagen de su personalidad y su existencia. En función de si han sido amados, acompañados, comprendidos o excluidos, rechazados o maltratados por la vida y por los demás, entonces se convierten en lo que pueden...

No hay un camino trazado e idéntico para todos. Unos llegamos a colaborar con, otros a luchar contra y otros permanecemos atascados en una bruma.

Lo mismo puede decirse de los superdotados. Son como los demás, pero siempre MÁS que los demás. Todo se percibe de manera amplificada. Exagerada. Extrema.

## **POCAS INVESTIGACIONES HAN EXPLORADO LAS AC EN ADULTOS**

La investigación se ha centrado predominantemente en la infancia y la adolescencia.

Des de hace una década, estan surgiendo estudios prometedores que se centran en la investigación de AC en adultos.



# CARACTERÍSTICAS

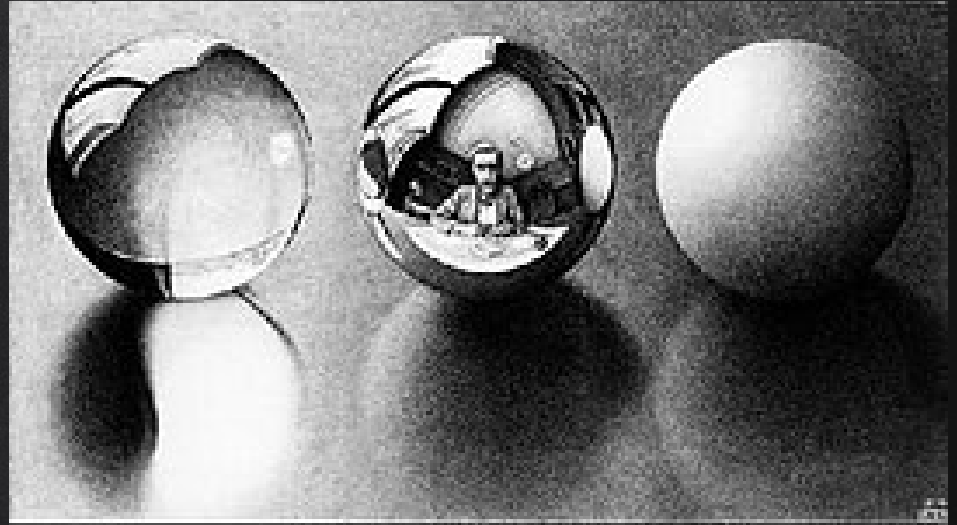
**× A pesar de la creencia popular de que las AACCC conducen al éxito garantizado, las personas dotadas con AACCC pueden experimentar:**

**1)- insatisfacción**

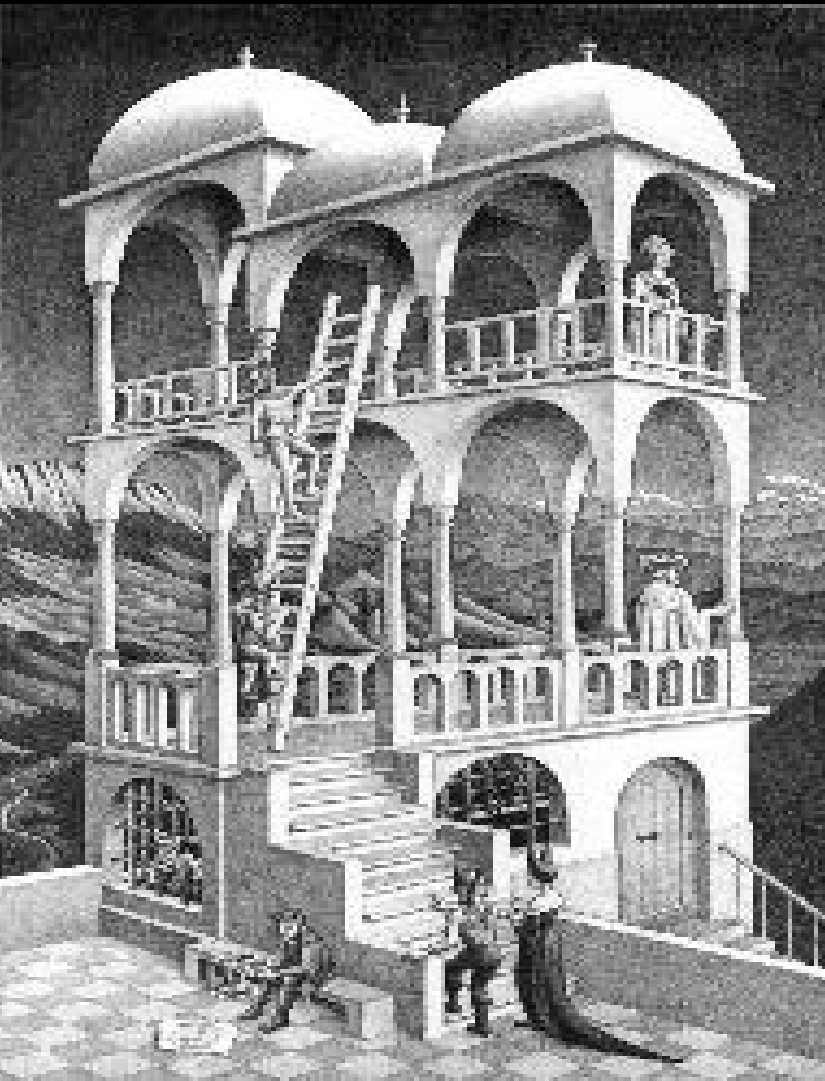
**× - sensación de fracaso**

**× - sensación de ser incomprendidas**

# ROMPIENDO MITOS



- **ÉXITO LABORAL / GANAN MUCHO DINERO**
- **HÁBIL EN ARTES PLÁSTICAS**
- **NO PUEDEN TENER DIFICULTADES O NECESITAR AYUDA**
- **SI NO SON DETECTADOS EN LA EDAD INFANTIL, SE PIERDEN LAS AACC**
- **SON DEPRESIVOS**
- **POCO HÁBILES A NIVEL FÍSICO**
- **NO TIENEN AMIGOS**
- **NO EXISTEN**
- **NO TIENEN PAREJA A LARGO PLAZO**
- **NECESITAN UNA PAREJA CON AACC**

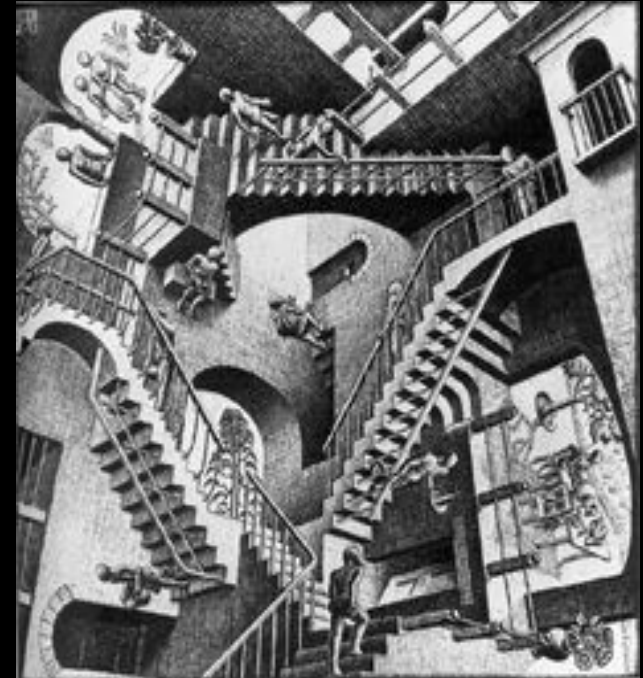


**NI VULNERABLE**

**NI IMMUNE**

# CARACTERÍSTICAS COGNITIVO-CREATIVAS

- ✗ CURIOSIDAD EXCEPCIONAL
- ✗ APRENDIZAJE RAPIDO
- ✗ HIPERACTIVIDAD MENTAL (Pensamiento que no para) o PENSAMIENTO ARBORESCENTE(Siaud-Facchin)
- ✗ CREATIVIDAD: INTERCONEXIÓN DE IDEAS
- ✗ ELEVADA CAPACIDAD DE OBSERVACIÓN
- ✗ CUESTIONAMIENTO: RAZONAMIENTO Y ANÁLISI DE LA REALIDAD
- ✗ NECESIDAD DE ENTENDER Y PROFUNDIZAR





# CARACTERÍSTICAS MOTIVACIONALES

El afrontamiento de la tarea y el resultado depende del tipo de motivación.

- Motivación intrínseca vs. Extrínseca
- Concentración vs. Procrastinación

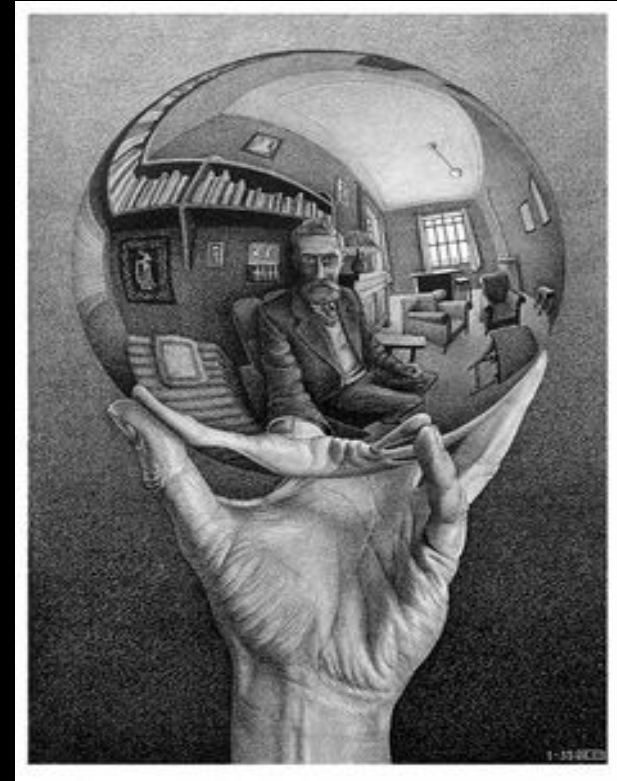
Puede preferir aprender solo y mediante métodos poco convencionales.

Importancia de marcar METAS ajustadas



# CARACTERÍSTICAS EMOCIONALES

- ✗ PROFUNDIDAD EMOCIONAL
- ✗ PERFECCIONISMO SANO VS. PERFECCIONISMO LIMITANTE
- ✗ AUTOCONFIANZA vs. MIEDO AL FRACASO
- ✗ AUTOESTIMA vs. DESPRECIO
- ✗ CONVICCIONES FIRMES
- ✗ PROFUNDO SENTIDO DE LA JUSTICIA
- ✗ IDEALISMO / DESEO DE CAMBIAR EL MUNDO
- ✗ HUMOR CÍNICO / IRÓNICO
- ✗ PENSAMIENTO EXISTENCIALISTA / FILOSÓFICO



# EN PRIMERA PERSONA DEL SINGULAR

Os invito a ver este video donde Albert nos comparte su experiencia como persona dotada de AC, y en la que nos habla de cuales son las características asociadas a sus AC que siente que le impulsan y cuales de ellas siente que le limitan.



<https://youtu.be/gl61BP9InZc>



Si soy tan inteligente, por que me siento tan torpe?

La gente puede haberte dicho que eras inteligente. Pero puede que no te sientas inteligente. ¿Por qué? Porque te graduaste de la universidad con un promedio de calificaciones de 2.65 después de cambiar tu especialidad 5 veces. ¿Por qué? Porque nunca terminas ninguno de los proyectos que comienzas. ¿Por qué? Porque no puedes decidir de qué color pintar la habitación y han pasado tres años. ¿Por qué? Porque todavía sueñas despierto todo el tiempo y te olvidas de atarte los zapatos. ¿Por qué? Porque no has ganado el Premio Nobel. De hecho, no ha ganado nada excepto el concurso de ortografía en tercer grado. ¿Por qué? Porque todavía lloras cuando miras las estrellas. ¿Por qué? Porque sabes cuánto no sabes.

Por **Paula Prober**



**IMPORTANCIA DE LA EVALUACIÓN:  
NUNCA ES TARDE**

La vida de un adulto puede cambiar  
significativamente a partir de tener este  
conocimiento de sí mismo

Experiencias socioemocionales de adultos con altas capacidades  
intelectuales pertenecientes a la Organización Mensa Argentina  
(Dragone, L. 2021)

Importancia de derribar creencias  
erroneas que todavía abundan  
entorno a las AC.

¿Como nadie va a pensar en tener AC si este concepto le  
conduce a pensar en un genio extravagante que aportó  
algo imprescindible a la humanidad?



**¿Para qué me evaluo si ya soy adulto / adulta ?**

**¿De que me sirve saber si estoy dotado o dotada de AACC ?**

**¿Qué cambiará en mi vida ?**

**¿A mi edad , vale la pena ?**

*“Cuando la superdotación se elimina del ámbito competitivo de los logros reconocidos, queda claro que es una forma de desarrollo atípico que conduce a experiencias únicas a lo largo de toda la vida»*

*Linda Silverman*

EVALUACIÓN EN  
ADULTOS  
APORTA :

INFORMACIÓN  
relevante y  
significativa

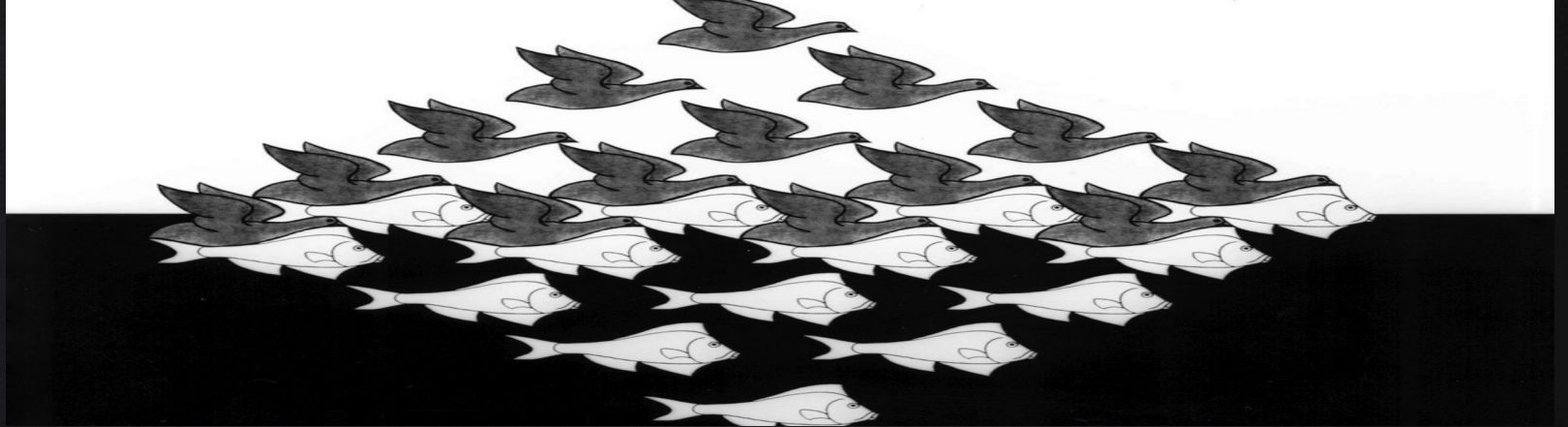
SOBRE TI  
MISMO/A



**Las AACCC son rasgos que afectan diferentes  
áreas de la persona y  
confirmar o descartar AACCC puede ayudar a  
resolver y/o elaborar ciertos aspectos  
importantes  
que pueden bloquear la vida adulta**



## PERSPECTIVA DE GÉNERO



El número de personas de género femenino que se evalúan de posibles AACCC es significativamente **INFERIOR** al de personas del género masculino.

Eso se repite en edad infantil, juvenil y en edad adulta.

En general nos encontramos que sienten vergüenza, miedo al rechazo, inseguridad con los resultados, y viven el proceso de evaluación con discreción, secretismo y con terror al juicio de su entorno.

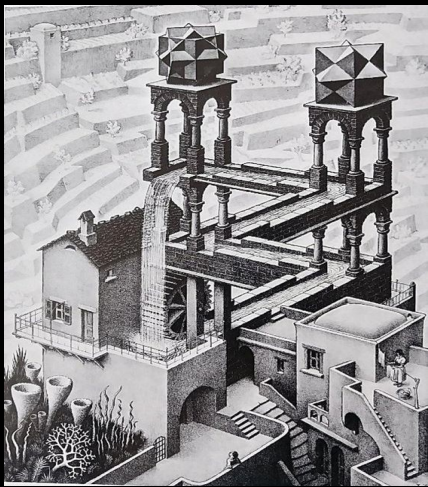
# TRAS LA DETECCIÓN

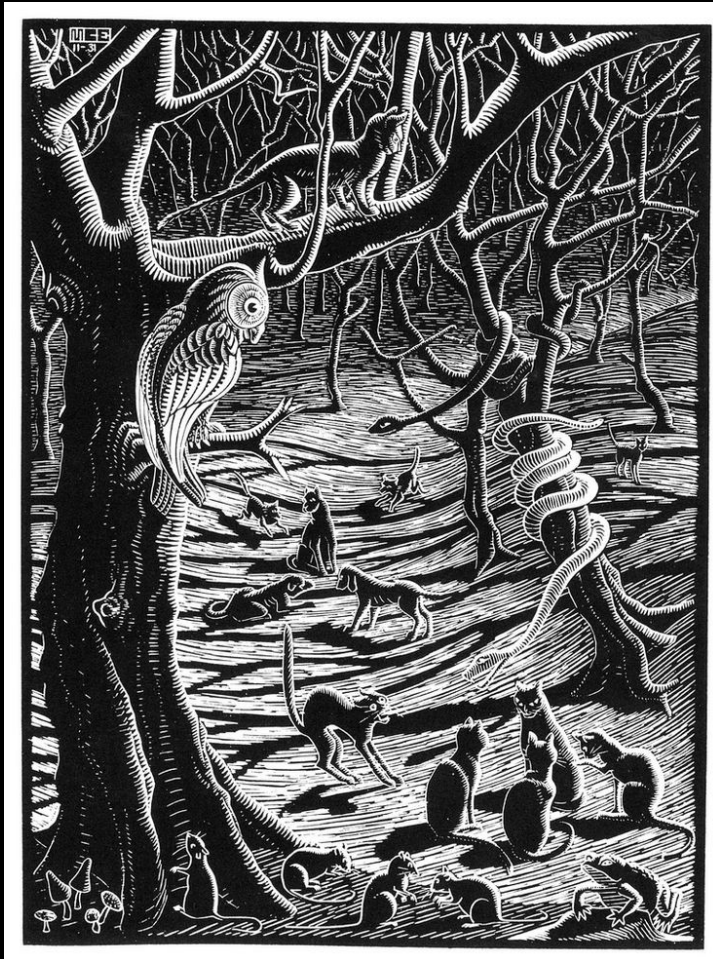
Al principio, siente confusión sobre quien es realmente y realiza un proceso de **re-narración** de la propia historia y de su presente... y ve como todo encaja bajo el prisma de la AC.

Las AC explicarán **una parte de quien es**, pero no todo. Es necesario dar un lugar a las AC en la propia vivencia.

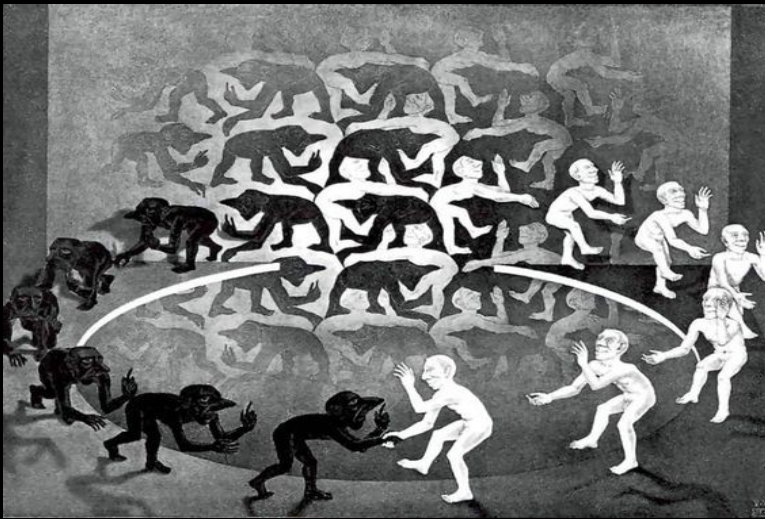
Tras la identificación, lo primero es la **aceptación de los resultados**, ya que a menudo le cuesta creerlos.

Aumenta el **autoconocimiento y la autoaceptación**, facilitando que se dejen de estigmatizar o patologizar algunos de sus rasgos que tan propios son en las personas con AC.





Cuando se identifica a un niño con AC, es recomendable plantearse si **otros familiares** cercanos (padres o hermanos) también pueden tener AC.



Son la **mayoría**, solamente está identificado un pequeño porcentaje.

Si se siente aislado o solo, **no** puede combatir buscando **grupos de personas con sus mismas características**.

## ADULTO CON AC NO DETECTADO

Si vive **sin entender** a qué responden un gran número de características esenciales en él, puede obtener respuestas y comprenderse mejor.

**Si se siente diferente** y no entiende porque, esto en si mismo le puede generar malestar

# Dejame explicar. Es complicado.

1. Si tiene múltiples intereses y habilidades (multipotencialidad), es posible que desee estudiar muchos temas y no querer limitarse a un solo campo. Un día te fascina la biología marina y al siguiente la filosofía. ¿Cómo eliges?
2. Quizás, la universidad fue la primera vez que te desafiaron académicamente. No sabías cómo estudiar y no podías evitar posponer, por lo que tus calificaciones se vieron afectadas.
3. Te encanta aprender cosas nuevas y una vez que aprendes lo que necesitas, es hora de seguir adelante. Esto puede significar que ciertos proyectos no parecen completos aunque estén completos para usted.
4. Tienes estándares muy altos para tu trabajo. Si siente presión para ser perfecto, abandona un proyecto porque se siente paralizado.
5. Eres muy sensible al color, así que realmente importa con qué colores vives. Las decisiones, en general, son difíciles porque puedes pensar en demasiadas posibilidades.
6. El soñar despierto todavía tiene mala reputación y creías lo que tus maestros te contaron al respecto. Algunos de mis mejores amigos son soñadores. ¿Y quién tiene tiempo para atar sus zapatos?
7. Ganar nunca ha sido tu objetivo.
8. Llorar tiene mala reputación, especialmente si eres hombre. Pero ves la increíble belleza en el cielo y te sorprendes.

La gente puede haberte dicho que eras inteligente. Puede que no te sientas tan listo. Está bien. Nadie dijo que vivir con una mente de selva tropical sería fácil.



MI EXPERIENCIA:

LAS AC COMO LA PIEZA QUE  
COMPLETA EL PUZZLE

Y

FACILITA TRAZAR UNA LÍNEA ENTRE EL  
PASADO Y EL PRESENTE

QUE PERMITE TRAZAR OTRA HACIA EL  
FUTURO

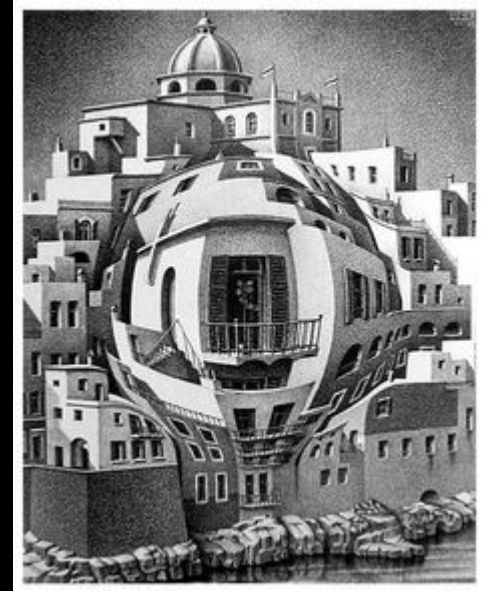


## **EVALUACIÓN**

# EVALUACIÓN ALTAS CAPACIDADES: UN PASO HACIA EL ENTENDIMIENTO

Las AC no son solo un cociente intelectual superior a 130. Son la interacción de un conjunto de características cognitivas, intrapersonales y interpersonales.

Es un grupo profundamente **heterogéneo**, y por ello, la evaluación debe ser integral y recoger aspectos cognitivos, creativos y de personalidad.







**PERFIL COGNITIVO**  
**PERFIL CREATIVO**  
**EMOCIÓN-**  
**PERSONALIDAD**

**ATENCIÓN: EXISTE LA 2E**

# PERFIL COGNITIVO

Se obtiene a partir de evaluar diferentes aspectos de la inteligencia, como la memoria, el vocabulario, la capacidad visoespacial y las habilidades de razonamiento lógico y abstracto.

El proceso de exploración, para que sea fiable y riguroso debe ir mucho más allá del simple CI.



## PERFIL CREATIVO

Capacidad para encontrar respuestas, soluciones, visiones y perspectivas nuevas, originales y diferentes.

Asociaciones entre conceptos, conexiones.

Pensamiento original, divergente.

Imaginación, fantasía.

Existen pruebas baremadas para medir estas capacidades.



## **EVALUACIÓN EMOCIONAL Y DE PERSONALIDAD**

Estudiar los rasgos principales de nuestra estructura de personalidad y favorecer el autoconocimiento.

Esta información nos predispone a gestionar mejor nuestra vida en todos sus ámbitos.

Detectar posibles dificultades, perfil socio-emocional, estado emocional actual. Autoconcepto.



Las relaciones sociales en adultos AC pueden variar dependiendo de cada PERSONA y su ENTORNO

Algunos disfrutan de relaciones sociales sólidas, satisfactorias, enriquecedoras y significativas

Algunos pueden sentirse incomprendidos o solitarios

**Consideraciones:**

- Sus intereses y habilidades únicas, lo que a veces puede dificultar la conexión con los demás.

-Algunos estudios concluyen que tienden a tener relaciones más profundas y significativas con un círculo social más pequeño, prefiriendo la calidad sobre la cantidad de relaciones



## ¿Dónde y quien?

Evaluación en centros especializados por profesionales expertos que sepan interpretar los resultados para extraer conclusiones apropiadas.

# INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Concluir **presencia y tipo** de AC (no solamente un CI)

Analizar puntos fuertes y puntos frágiles tanto a nivel cognitivo como emocional

Desmitificar y aclarar que son las AC

Acompañamiento en la **aceptación de las AC**,  
en la **revisión del pasado** y  
en la **valoración del presente**.

Valorar la necesidad de trabajo terapeutico



# SI ESTAS DUDANDO, HAZLO

TEST ORIENTATIVO DE MENSA

<https://www.mensa.es/test/test.html>

## ¿QUE ES **MENSA**?

Mensa es una asociación internacional de personas de alto cociente intelectual (CI), fundada en Inglaterra en el año 1946 y que está presente en España desde 1984.

Objetivos:

1. Identificar y promover la inteligencia en beneficio de la humanidad.
2. Impulsar la investigación sobre la naturaleza, las características y los usos de la inteligencia.
3. Proporcionar a sus socios un entorno social e intelectual estimulante.





**FENÓMENOS DESCRITOS  
EN LA LITERATURA  
EN RELACIÓN A LOS  
ADULTOS CON AC**

Algunos... ¡no es posible generalizar!



**SÍNDROME  
DEL  
IMPOSTOR**



**COMPLEJO  
DE  
ALBATROS**



**EXISTENCIALISMO**



**SÍNDROME  
DE  
PROCUSTO**

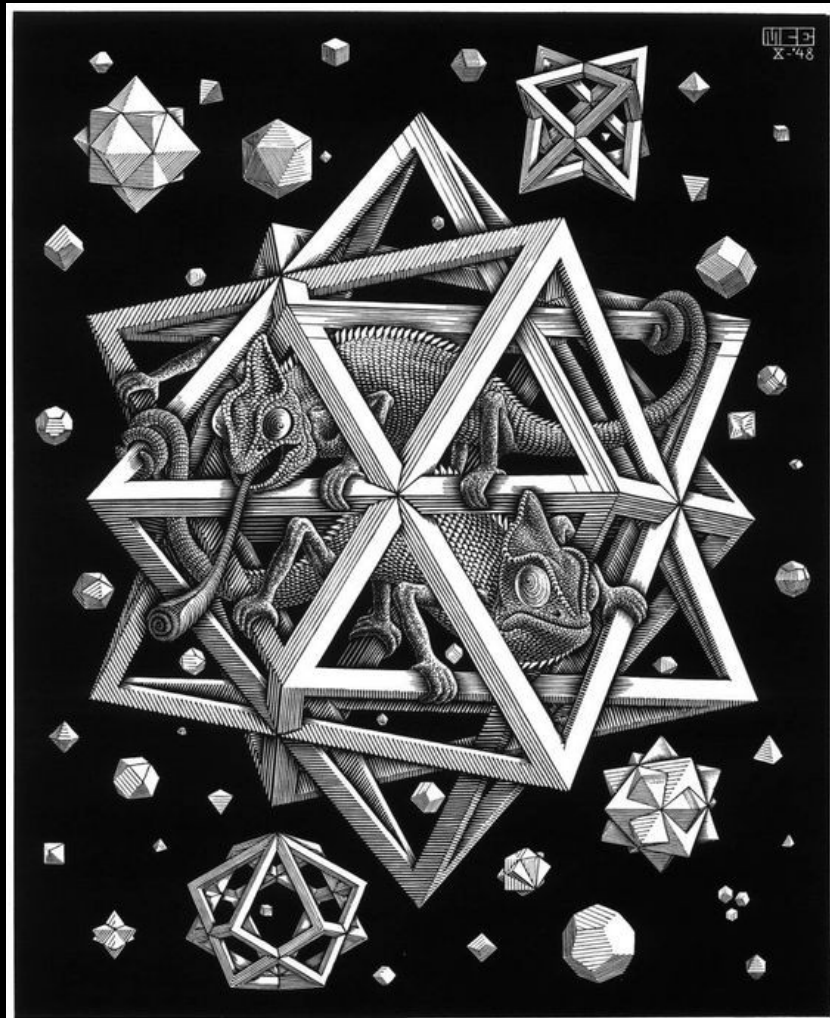


**SÍNDROME  
DE LA  
AMAPOLA  
ALTA**



**SÍNDROME  
DE  
CASANDRA**

# SÍNDROME DEL IMPOSTOR



# Fenómeno psicológico que hace que las personas a pesar de sus habilidades, formación o experiencia, duden de sus logros o no puedan atribuirselos a la competencia y teman ser «descubiertas» como un fraude o un inepto

- Sensación de inseguridad y duda constante sobre las propias capacidades y logros
- Tienen a subestimarse a sí mismos y a sentir que no merecen el éxito que han alcanzado.



- Consecuencias negativas en el desarrollo de la personalidad, la autoestima y la salud psicológica
- Dificulta alcanzar las metas profesionales y personales

- Reis (2002): sentimiento de autoestima extremadamente bajo cuando las mujeres atribuyen su éxito a factores distintos a sus propios esfuerzos y ven su imagen exterior de persona brillante y con éxito como algo inmerecido o accidental.
- Perales, González y Martínez (2019): Sienten culpabilidad por demostrar su elevada capacidad.

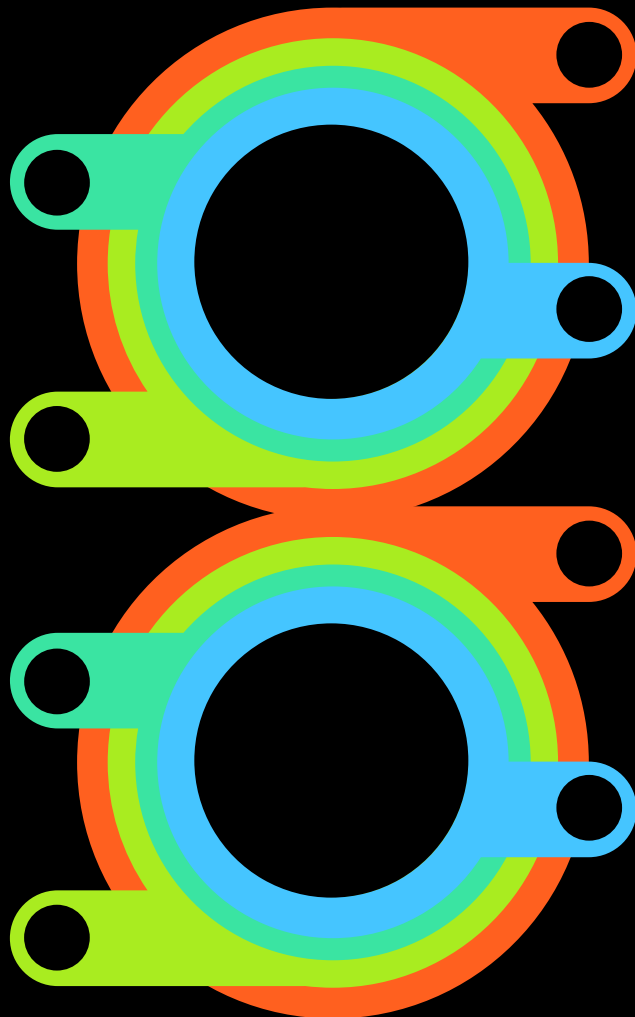


Reconocer/Aceptar  
logros y habilidades

Identificar pensamientos  
negativos y autocríticos

Dedica tiempo a reflexionar  
sobre tus metas personales

Diario para registrar tus  
fortalezas, avances y valía



Fuera de la zona de confort  
y a asumir desafíos

Aprender a aceptar elogios


Busca apoyo y comparte  
tus preocupaciones

Buscar ayuda profesional para  
trabajar la autoconfianza

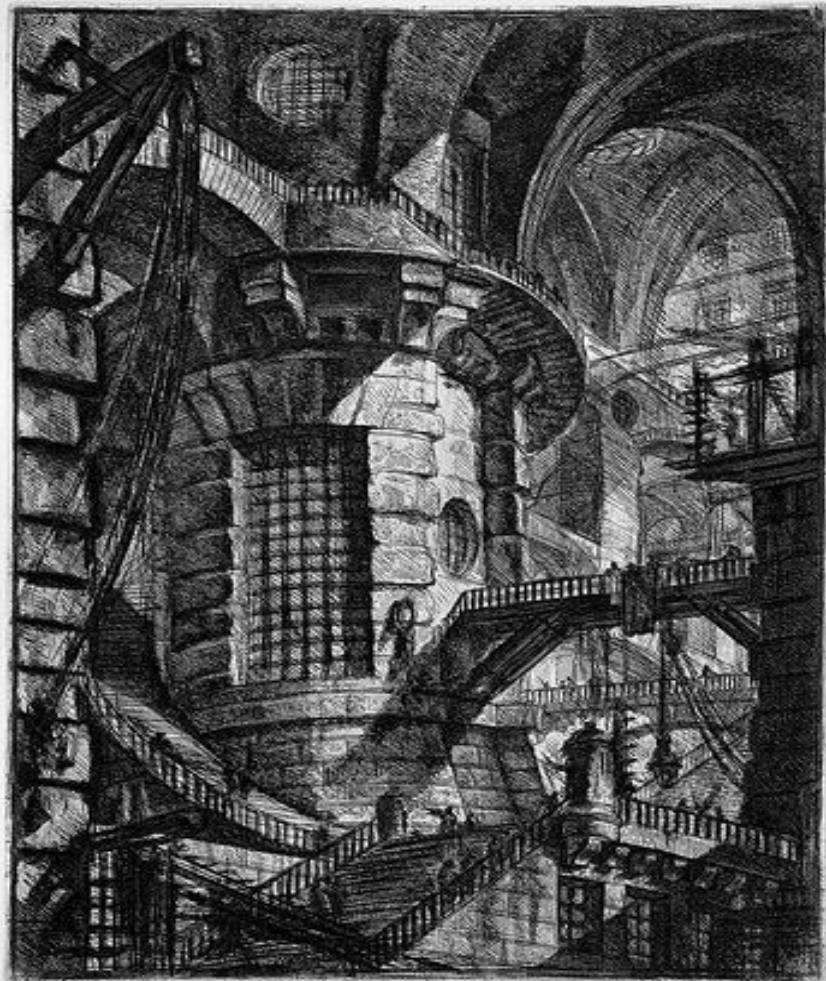
# COMPLEJO DE ALBATROS



Al igual que el albatros, que se siente fuera de lugar en tierra firme debido a su gran envergadura para volar, los AC pueden experimentar sentimientos de no encajar fácilmente con sus pares y limitar/ocultar sus capacidades para ser aceptado socialmente.


- Baja autoestima
  - Dificultades para establecer relaciones interpersonales
  - Ansiedad social
- 
- Apoyo para poder desarrollar todo su potencial y sentirse aceptados en su entorno sin miedo al rechazo o la exclusión.
  - Fomentar la autoaceptación y la confianza en sí mismos

# EXISTENCIALISMO

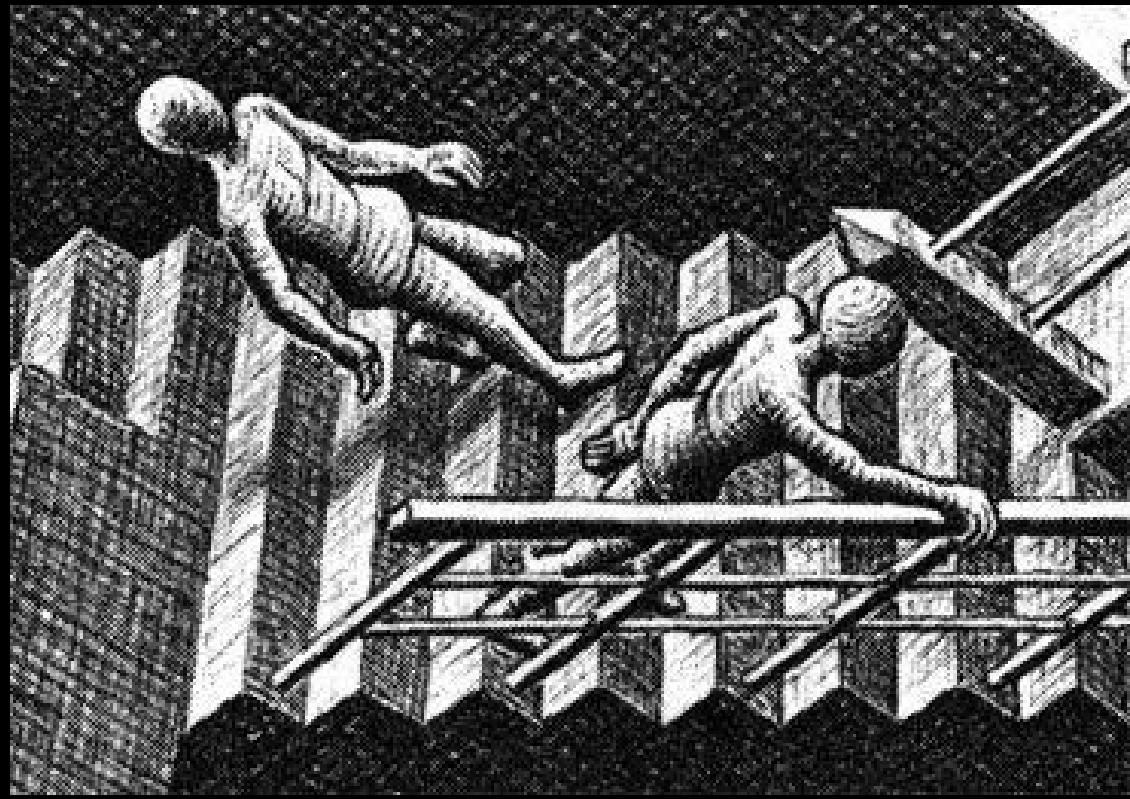




Pueden enfrentarse a preguntas profundas sobre el sentido de la vida, la existencia, la mortalidad y otros temas filosóficos.


- Sentimientos de vacío
  - Desesperanza
  - Ansiedad / depresión
  - Sensación de falta de propósito en la vida.
- 
- Terapia para encontrar equilibrio psicológico
  - Apoyo del entorno para expresar/ compartir sus inquietudes

# SINDROME DE PROCUSTO



En la mitología griega, Procasto era un joven bandido de buena apariencia que engañaba a los viajeros solitarios invitándolos a su casa, donde tenía dos camas: una grande y otra pequeña. Torturaba a los viajeros ajustándolos a su cama cortando o estirando sus extremidades para que encajaran perfectamente

Metáfora que se utiliza para describir la presión social o familiar que se ejerce sobre las personas con AC para que se ajusten a los que se espera de ellas.

- Sentimientos de frustración
  - Ansiedad
  - Baja autoestima
  - Sensación de falta de autenticidad
  - Situaciones de acoso
- 
- Apoyo emocional: Sin presiones externas para cumplir con expectativas
  - Autoaceptación y autoconfianza: Reconocer y valorar la singularidad
  - Ambiente inclusivo y respetuoso: Desarrollo de sus talentos


**SINDROME DE LA ALTA EXPOSICIÓN  
O  
DE LA AMAPOLA ALTA**



Metáfora que se utiliza para describir la sensación de miedo a destacar que pueden experimentar los AC.

Al igual que una amapola alta que sobresale entre las demás flores y se siente sola, los AC pueden sentirse en peligro si muestran su potencial, intereses y formas de pensar.

Para sentirse a salvo, se oculta.

- Conflictos emocionales
  - Falta de conexión con los otros
  - Sensación de no encajar
  - Dificultad para encontrar con quien compartir
- 
- Apoyo emocional
  - Establecimiento de relaciones significativas con otros individuos con AC (Asociaciones)

# SINDROME DE CASANDRA



En la mitología griega, Casandra fue sacerdotisa de Apolo dotada de la capacidad de predecir el futuro. Fue acordando un encuentro carnal con Apolo y a cambio éste le concedió el don de realizar profecías. Casandra rechazó el amor de Apolo, y este para castigarla respetó su don pero la maldijo haciendo que nadie la creyera jamás.

Metáfora de como se sienten las personas con AC al sentir que sus ideas, intuiciones profundas, percepciones agudas, ideas innovadoras o advertencias no son tomadas en serio por los demás, y encuentran resistencia, escepticismo o incredulidad por parte de su entorno.

Sentimientos de impotencia  
Desesperanza  
Aislamiento



Apoyo emocional  
Escucha activa



# CONCLUSIONES





LAS RELACIONES SOCIALES EN ADULTO CON AC PUEDEN SER **COMPLEJAS Y VARIADAS**:  
NO PERFIL SOCIAL EN AC

ES IMPORTANTE ENCONTRAR PERSONAS QUE LOS  
**ACEPTEN** Y LOS **APOYEN** TAL COMO SON

**ADAPTABILIDAD + AUTENTICIDAD**



LAS **EXPERIENCIAS DE VIDA** PUEDEN AFECTAR SIGNIFICATIVAMENTE LA  
AUTOPERCEPCIÓN DEL ADULTO CON AC

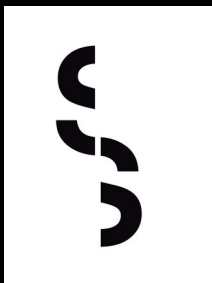
Pueden necesitar **APOYO EMOCIONAL, SOCIAL, FAMILIAR y PSICOLÓGICO** para:

- Establecer relaciones significativas con otros individuos con AC
  - Disfrutar plenamente de sus talentos y logros
  - Superar barreras emocionales

# BIBLIOGRAFIA

- ✘ Arroyo, S., Martorell, M. y Tarrago, S (2006). Los superdotados: la realidad de una diferencia. Barcelona: Terapias Verdes
- ✘ Fiedler, E. D. (2015 ). Bright Adults: Uniqueness and Belonging across the Lifespan. Gifted Unlimited LLC.
- ✘ Jacobsen, M (2000). The Gifted Adult: A Revolutionary Guide for Liberating Everyday Genius. Ballantine Books.
- ✘ Petitcollin, C. (2016). Pienso demasiado. Ediciones Obelisco.
- ✘ Prober, P. (2016). Your Rainforest Mind: A Guide to the Well-Being of Gifted Adults and Youth. Licensed psychotherapist.
- ✘ Siaud-Facchin, J (2014). Demasiado inteligente para ser feliz. Paidós Contextos

Ilustraciones de M. C. Escher

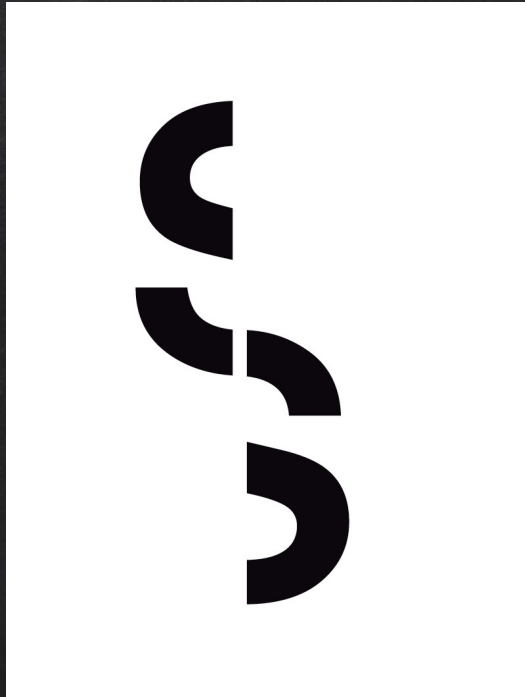


¡GRACIAS!



Puedes encontrarme en [susana.arroyo@hemisferi.cat](mailto:susana.arroyo@hemisferi.cat)

Ilustraciones: M.Escher



[www.hemisferi.cat](http://www.hemisferi.cat)  
[info@hemisferi.cat](mailto:info@hemisferi.cat)