

Jeanne Siaud-Facchin

¿Demasiado inteligente para ser feliz?

Las dificultades
del adulto superdotado
en la vida cotidiana

PAIDÓS CONTEXTOS



Índice

Portada

A modo de introducción. Carta a los lectores

1. ¿Qué quiere decir «ser superdotado»?
2. ¿Por qué es esencial interesarse por el adulto superdotado?
3. De la infancia a la edad adulta: la difícil construcción de uno mismo
4. Descubrir que se es superdotado
5. Una personalidad con facetas inesperadas
6. La dificultad de ser un adulto superdotado
7. Las mujeres
8. Las parejas: ¿Dios los cría y ellos se juntan?
9. ¿Y a los que les va bien?
10. ¿Qué hacer para estar bien?
11. Cuando las cosas dejan de funcionar

A modo de conclusión

Notas

Créditos

Te damos las gracias por adquirir este EBOOK

Visita Planetadelibros.com y descubre una nueva forma de disfrutar de la lectura

¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!

Próximos lanzamientos
Clubs de lectura con autores
Concursos y promociones
Áreas temáticas
Presentaciones de libros
Noticias destacadas

PlanetadeLibros.com

Comparte tu opinión en la ficha del libro
y en nuestras redes sociales:



Explora Descubre Comparte

A modo de introducción.

Carta a los lectores

Queridos lectores,

Me alegra reunirme con vosotros. Pero también reconozco que siento un poco de miedo escénico. Habéis recibido de forma tan calurosa y entusiasta mi primer libro, *El niño superdotado*, que ahora temo decepcionaros, no estar a la altura. Es un poco como la segunda parte de un libro o una película que nos ha gustado y cuya continuación esperamos con impaciencia, pero que no llega a seducir de nuevo al público. Sin embargo, sois muchos los que me la habéis pedido; entonces, ¿para cuándo esta segunda parte? Aquí está, enriquecida con varios años de nuevos encuentros, alimentada con nuevas investigaciones y conocimientos, con mi mirada y mi comprensión actuales.

Este libro pretende proseguir mis reflexiones y mi aproximación a la comprensión del comportamiento de los superdotados, de sus particularidades, de su riqueza y de su vulnerabilidad. Pero también proseguir en el tiempo. Después de la infancia, después de esa conmoción que supone la adolescencia, llega la edad adulta. ¿Qué sucede exactamente? ¿Qué ocurre con esos niños atípicos, de desarrollo en ocasiones caótico, que a menudo han encontrado en su camino obstáculos inesperados, grandes decepciones y fracasos clamorosos?

¿Cómo se vive, de adulto, con una personalidad tan singular? ¿Qué se puede hacer con esa inteligencia aguzada cuyos efectos pueden ser tan dolorosos? ¿Cómo gestionar esa sensibilidad que con demasiada frecuencia se intenta asfixiar? ¿Cómo se logra construir una vida parecida a la nuestra y en la que uno se sienta bien? ¿Es acaso posible? Y, en caso afirmativo, ¿cómo o a qué precio? Y la pregunta más punzante y esencial: ¿puede un adulto superdotado, sí o no, ser feliz?

Y después, pasada la infancia o la idea de «precocidad», ¿cómo puede uno sentirse «superdotado»? ¿Cómo «atreverse» a ello? ¿Cómo creérselo? Pese a la intuición pertinaz de que no se es del todo como los demás, pese al sentimiento confuso de haber sido poco comprendido, ¿qué imagen de uno mismo puede construirse en la edad adulta? ¿Qué sentido podemos dar a nuestra historia y cómo comprender aquello en lo que nos hemos convertido? ¿Cómo reconocerse a uno mismo en ese perfil tan particular, tan diferente, de superdotado?

Esa fue mi mayor sorpresa al terminar el primer libro sobre el niño superdotado. Debo confesaros que, cuando lo escribí, lo hice pensando exclusivamente en los padres de los niños superdotados y en los docentes deseosos de aprender. Ni por un instante se me pasó por la cabeza que ese libro pudieran leerlo también los adultos. Es decir, adultos que fuesen a encontrar en él vestigios, ecos, de su propia historia. Que ese libro pudiera conmoverlos o emocionarlos. Que ciertos adultos, sin hijos, comprarían mi libro con la idea secreta, casi vergonzosa, de encontrarse a sí mismos en aquellas páginas. Las primeras cartas que recibí de adultos estremecidos, emocionados, transformados por la lectura de ese libro me conmovieron especialmente. Tan poco me lo esperaba... ¡que releí mi propio libro para comprenderlo! Entonces lo comprendí un poco: hablo del niño, pero del niño que fue y sigue viviendo entre nosotros. Y reencontrar a ese pequeño en uno mismo es reencontrar o simplemente encontrar la parte de nuestra identidad que a veces se nos escapa, que nunca hemos comprendido o, con más frecuencia, que los demás nunca comprendieron. Volver a conectarse con esa parte de nosotros mismos resulta entonces tranquilizador. Supone sentirse comprendido, en definitiva, respecto a lo que se ha sido, a lo que se es, a lo que se ha experimentado a menudo en secreto, sin creerlo de verdad porque nadie parecía aceptarlo. Posteriormente he vuelto a ver a numerosos adultos entre los que se encontraban los padres de mis pacientes, quienes, gracias a la experiencia y al diagnóstico de su hijo, se han reconocido a sí mismos y, de repente, han abordado su historia personal de una manera diferente.

Es como un proceso de identificación a la inversa: por lo general son los niños los que, para crecer, se identifican con sus padres. En estas consultas en que se habla del niño y en que se explica a los padres su modo de actuar, es el progenitor el que se reconoce en el niño y se identifica con él. Se trata de un fenómeno muy curioso e interesante de observar, que se desarrolla en el *aquí y ahora* de la consulta. Asistimos entonces a una especie de «precipitado» de la historia personal del progenitor en el sentido químico del término. Es como si releyese su vida a toda prisa condensando todos los acontecimientos, las situaciones, las emociones... y como si, sin transición, yo estuviera hablando de él, de su vida... En esos momentos, al progenitor casi le cuesta volver a conectarse. Se ha adentrado mucho en su propio ser. Y yo debo, en un primer momento, devolverlo suavemente a la realidad de la consulta: él está allí por su hijo, lo cual entenderá, si quiere, más tarde.

También he conocido a adultos «perdidos» en el recorrido de su vida, que se han cruzado con mi libro en su camino y necesitan saber, comprender, reanudar el curso de su historia personal para intentar volver a darle un sentido, una dirección, a su trayectoria vital.

He aquí la razón de este nuevo libro. El primero que escribo para adultos. Se trata de un libro para los que habéis confiado en mí y queréis ir más allá. De acuerdo, adelante, pues me gustaría volver a recorrer parte del camino con vosotros.

En este libro volveremos a hablar de la infancia y la adolescencia para comprender mejor al adulto actual, para explorar así los indicios sobre el modo como se realiza lo que se es íntimamente. Mi experiencia actual me ha enseñado que una «relectura» de la propia historia y la actualización de lo que se es en realidad es un rodeo que resulta ineludible. Ser superdotado confiere una coloración tan particular al conjunto de la personalidad, a la mirada que se dirige al mundo y a uno mismo, que pasar por alto esta dimensión de nosotros oscurece la visión de nuestra vida. Y creo que no tenemos derecho a pasarla por alto. Y que nosotros, los profesionales, tenemos el deber de tenerla en cuenta para que cada uno alcance la felicidad única que le corresponde.

Este libro es el vuestro; comparto lo que he aprendido con vosotros y me alegro de este nuevo encuentro. Agradezco vuestra confianza y doy las gracias a todos los pacientes, mayores y pequeños, que me han animado a escribirlo, que me han obligado a continuar, una y otra vez, a reflexionar, a avanzar, a pensar, a buscar. A sentir las cosas, una y otra vez... ¡Como ellos!

CAPÍTULO

¿Qué quiere decir «ser superdotado»?

Superdotado: ¿quién eres?

¿Los superdotados son simplemente una cuestión de moda? El efecto amplificador y a veces deformador de los medios de comunicación puede hacer creer que se trata de una población que surge por generación espontánea, creada por los padres en busca de autosatisfacción o por los psicólogos a quienes fascinan estos «supercerebros».

Es cierto que el interés por aquellos que antes se pensaba que lo tenían «todo» es relativamente reciente.

¿Qué ha sucedido? Que ha tenido lugar un conjunto de varios factores, como el aumento del número de visitas al psicólogo por parte de niños y adolescentes y la generalización de los chequeos psicológicos, lo cual ha conllevado una constatación a menudo alarmante: los niños con un coeficiente intelectual elevado tienen dificultades escolares graves y en ocasiones experimentan problemas psicológicos considerables. Otros desarrollan problemas de comportamiento y de adaptación social que ponen en peligro su educación. Los adultos sensibilizados ante el desarrollo personal de su hijo o ante el sesgo que toman sus actitudes personales, incrementan, en función de sus dificultades y de su desamparo, el número de visitas al psicólogo.

¿Qué tienen en común? Son superdotados y tienen dificultades. Son superdotados y buscan respuestas adaptadas a su malestar, a sus problemas vitales y de integración, así como a las cuestiones relativas al éxito.

Durante estos últimos años ha visto la luz una serie de investigaciones universitarias y científicas, así como algunos tímidos progresos en el campo de la medicina... Sin embargo, en la realidad cotidiana de estos niños y de estos adultos en busca de comprensión, de compañía y de apoyo, las medidas y las propuestas concretas siguen siendo bastante escasas.

Sobre todo, la hipótesis que considera al superdotado como una persona aventajada sigue siendo la más común y domina todavía la mayor parte de las teorías.

¿Cómo integrar y admitir esta paradoja esencial que debilita la trayectoria del superdotado: la relación íntima que se da entre la inteligencia extrema y la vulnerabilidad psíquica?

Qué relaciones tan curiosas. ¿Acaso el pensamiento extremo y el sufrimiento extremo abrirían el mismo horizonte? ¿Es que sufrir sería, al fin y al cabo, pensar?

MAURICE BLANCHOT¹

- Lo que se confunde: la inteligencia y el rendimiento.
- Lo que se mezcla: las facultades y el éxito.
- Lo que se superpone: el potencial y la eficacia intelectual.
- Lo que se asocia: una inteligencia cuantitativamente elevada (la de los más inteligentes que la media) pero adaptada a las exigencias del entorno y una inteligencia cualitativamente distinta, cuyo funcionamiento puede ser una fuente de sufrimiento y fracasos, la de los superdotados (más inteligentes).
- Lo que se olvida: comprender, analizar y memorizar deprisa no equivale a tener conocimientos o ciencia infusa.
- Lo que se minimiza: la inteligencia extrema es indisociable de la sensibilidad extrema y de la extrema receptividad emocional.
- Lo que se oculta: la inteligencia muy desarrollada y la hipersensibilidad conllevan debilidad y vulnerabilidad.
- Lo que se ignora: sentir y percibir con una lucidez acerada todos los elementos del mundo material y de las relaciones humanas genera una reacción emocional constante, fuente de una ansiedad difusa.

Desde que se empieza a pensar en la inteligencia, se activan numerosas representaciones paradójicas. Uno se pregunta de entrada qué significa ser inteligente, qué supone serlo y, por último, cuáles son las expectativas que suscita: ¿qué debe hacer al respecto? Y, si no se llega a ninguna conclusión, entonces ¿debemos poner en tela de juicio nuestra concepción de la inteligencia? Veamos lo sólidas que son todas las ideas, creencias, ilusiones, contradicciones y miedos que rodean la inteligencia y sus efectos.

La inteligencia está bien, pero siempre va acompañada de dos o tres pequeñas trampas; no sé si me explico, Aurora. Yo habría elegido, sin duda, la inteligencia porque es cierto que sirve para muchas cosas. Pero todo lo demás es muy difícil de vivir.

Lo que hay que recordar

- Ser superdotado es en primer lugar y ante todo una manera de ser inteligente, un modo atípico de funcionamiento intelectual, una activación de los recursos cognitivos cuyas bases cerebrales son diferentes y cuya organización muestra particularidades inesperadas.
- No se trata de ser «cuantitativamente» más inteligente, sino de disponer de una inteligencia «cualitativamente» distinta. ¡No es lo mismo!
- Ser superdotado combina un alto nivel de recursos intelectuales, una inteligencia fuera de los límites, una inmensa capacidad de comprensión, de análisis y de memorización JUNTO CON una sensibilidad, una emotividad, una receptividad afectiva, una percepción de los cinco sentidos y una clarividencia cuya amplitud e intensidad invaden el ámbito del pensamiento. Ambas facetas están SIEMPRE entrelazadas.
- Ser superdotado es una manera de «estar en el mundo» que da color al conjunto de la personalidad.

— Ser superdotado es la emoción constantemente a flor de piel, y el pensamiento siempre en los límites del infinito.

Siempre hay que comprender las dos facetas del superdotado: la intelectual y la afectiva

No tener en cuenta las particularidades funcionales del superdotado en estas dos vertientes —la intelectual y la afectiva—, que van a formar toda su personalidad y a marcar todas las etapas de su desarrollo y la construcción de toda su vida equivale a desatender a una parte de la población amparándose en ideologías anticuadas y en desconsideraciones. Ser superdotado no es ni una oportunidad insolente ni una bendición de los dioses ni un don privilegiado ni un envidiable exceso de inteligencia. Se trata de una personalidad singular con múltiples recursos intelectuales y afectivos cuyo potencial solo podrá encuadrarse como una fuerza positiva en el conjunto de la personalidad si y solo si ese potencial es conocido, comprendido y reconocido. La integración es la posibilidad de construir una vida que nos conviene, en la que nos sentimos bien y a la que todos aspiramos. Rehuirla o, peor aún, negarla, supone correr el peligro de pasar al lado de uno mismo y de pasar la vida sumidos en un profundo sentimiento de carencia e inmadurez que puede conducir, en su forma más grave, a una dolorosa desadaptación social o a una serie de inquietantes problemas psicológicos.

La felicidad consiste en el fondo simplemente en saber explotar las propias capacidades al cien por cien.

MIHÁLY CSÍKSZENTMIHÁLY

¡Demos la voz de alarma!

Hoy en día, los datos clínicos son alarmantes: los niños superdotados suelen tener una trayectoria escolar caótica, son frágiles desde el punto de vista psicológico, tienen vagas referencias narcisistas y viven el mundo de una manera dolorosa. Según su personalidad, lograrán desarrollar defensas y recursos para transformar su particularidad en ventaja, en una dinámica de vida positiva. Pero aquellos cuyo desarrollo esté marcado por dificultades afectivas, desarrollarán posteriormente problemas psicológicos diversos. En la adolescencia, las descompensaciones psicológicas son frecuentes y dan como resultado cuadros clínicos atípicos, responsabilidades inasumibles y un pronóstico en ocasiones sombrío.

Las dificultades serán más o menos marcadas en función de que el niño haya sido examinado, y de la edad del diagnóstico.

Cuando el niño crece sin saber quién es realmente, los riesgos de problemas psicológicos son mayores. En la edad adulta, la personalidad se construirá de manera defectuosa, sobre abandonos y amargura, sobre creencias erróneas acerca de sí mismo y del mundo, o sobre rígidos mecanismos

adaptados para protegerse de su intensa vulnerabilidad. Caótico, incómodo y sinuoso, el camino del superdotado adulto suele ser bastante problemático.

Evidentemente, ciertos adultos superdotados llegarán a conseguir un equilibrio de vida placentero, construirán proyectos satisfactorios y llevarán una vida plena. Pero, bajo el pretexto de que los superdotados felices constituyen la inmensa mayoría, ¿cómo es posible ignorar a todos aquellos adultos errantes cuyo problema central se debe al desconocimiento de lo que son?

La gran cuestión: ¿cómo denominarlos?

No es en modo alguno una pregunta menor, sino capital en muchos sentidos. Cada denominación contiene un presupuesto que remite a una representación parcial, errónea y en cualquier caso decepcionante.

- *Ser intelectualmente precoz* se asocia a un desarrollo precoz en la infancia, lo cual no responde ni a la realidad —no todos estos niños tienen una evolución más rápida— ni a la especificidad —el hecho de que puedan ir «por delante» no es lo que los caracteriza—. Todavía es peor cuando se limita el término *precoz* y se habla de los «niños precoces».

- *¿Superdotado?* En principio se entiende que se trata de alguien «más dotado que», pero también de un don de nacimiento. Y ¿qué supone estar en efecto dotado en cierto aspecto? ¿Cómo reconocerse en ese término? Para un padre es difícil comprender que su hijo es un superdotado, cuando ya es demasiado tarde, en el colegio o en casa. Para un niño es complicado oír decir que es superdotado cuando esa idea no corresponde en modo alguno a lo que los demás piensan de él ni a lo que él mismo siente respecto a sus posibilidades, lo que constituye una carga para él y una complicación para sus padres. ¿Cómo asumir el tener que hablar de un hijo como de un superdotado? En seguida la mirada de los demás nos asusta: ¿cómo van a comprenderlo? ¿Cómo explicarles que no se trata de «lo que creen»? A los padres también les cuesta utilizar el término *superdotado* pues les da la impresión de estar utilizando a su hijo como argumento o de estar «fardando» de él, como dicen los jóvenes.

Y ¿para el adulto? ¿Cómo puede alguien creerse superdotado si ve su vida como una sucesión de fracasos y de sufrimiento? O simplemente tan vacía. Incluso para los que aceptan su vida tal como es, con sus dificultades y sus placeres, o los que la consideran «plena», el calificativo *superdotado*² resulta inquietante: «¿Superdotado yo? ¿Qué relación tiene esto con mi vida? Si soy superdotado, mi vida no debería haber seguido otro rumbo?».

- Actualmente, se habla sobre todo de niños o adultos con altas capacidades intelectuales (ACI), como si las siglas pudieran borrar lo que molesta, lo que está de más...

Bajo esta denominación acecha un nuevo escollo: un potencial elevado parece obligar a sobresalir, a tener éxito. La culpabilidad merodea...

«*Menudas cebras*»...³

Yo, por tanto, seguiré prefiriendo «cebra» como el término que he escogido para referirme a estas personas, para desvincularlo así de denominaciones cargantes. La cebra, ese animal diferente, ese équido que el hombre no ha sido capaz de domesticar, que en la sabana se distingue claramente de los demás gracias a sus rayas que le permiten camuflarse, que necesita a los demás para vivir y cuida celosamente de sus crías, que es a la vez tan diferente y tan parecida a sus congéneres... Además, al igual que ocurre con nuestras huellas dactilares, las rayas de las cebras son únicas y les permiten reconocerse entre sí. Cada cebra es diferente de las demás. Yo seguiré diciendo y repitiendo que estas «extrañas cebras» necesitan toda nuestra atención para vivir en armonía en este mundo tan exigente. Seguiré defendiendo a todas esas personas «rayadas» como si sus rayas evocasen también los zarpazos que puede depararles la vida. Seguiré explicándoles que sus rayas son también formidables particularidades que pueden salvarlas de numerosas trampas y peligros. Que son magníficas y que pueden estar orgullosas de ello. Serenamente.

En Cogito'Z,⁴ hemos adquirido la costumbre de estampar un sello que representa el dibujo de una cebra en los expedientes de nuestros pacientes superdotados, lo que nos permite eludir el problema de la denominación. Los expedientes «cebra» se clasifican juntos, y nos reunimos todos los educadores para decidir si tal o cual niño tiene rayas o no. Las cebras pasan a ser entonces Z (de *zèbre*) y se escribe, por ejemplo, en un informe interno Z ++, cuando se ha hecho ese diagnóstico y las características de la «cebra» están muy presentes. En nuestra base de datos administrativa, se marca al paciente con una Z según el diagnóstico, etc. Z de *Zèbre*, como desde la A hasta la Z de El Zorro, que quiere hacer justicia siempre y en todas partes. O incluso para indicar el vínculo que evoca ciertos rasgos: Z-emotivos, Z-errantes, Z-insumisos, Z-ermitaños, Z-olvidados... ¡Continuad vosotros! Como veis, una Z... puede ocultar otra. Al final eso resulta útil, ¿verdad?

Superdotado: lo que se sabe hasta hoy

Durante estos últimos años, numerosas obras, un nuevo impulso investigador y diversas inquietudes gubernamentales han despertado la curiosidad por los superdotados.

Una conciencia incipiente de esta categoría atípica de la población ha hecho posible una movilización activa y productiva. Cada vez más equipos universitarios trabajan en esta cuestión, cada vez más médicos, psicólogos y psiquiatras se ocupan del diagnóstico y supervisión de los niños superdotados, y los centros escolares intentan encontrar los métodos pedagógicos y las modalidades de reagrupación más adecuadas. Ciertamente, el «peregrinaje» de padres sigue siendo muy peligroso y los *happy ends* bastante raros. Faltan profesionales y las estructuras apropiadas son casi inexistentes, pero, seamos sinceros, la cosa avanza... un poco.

La gran revolución proviene esencialmente de la neurociencia. Hoy en día se puede, sobre todo gracias a las imágenes de resonancia magnética (IRM), ver funcionar el cerebro en directo, lo que nos proporciona la posibilidad excepcional de comprender mejor qué regiones del cerebro están activas durante la resolución de tal problema, en tal situación o en tal contexto. Esta revolución tecnológica viene a reforzar nuestra comprensión y nuestros conocimientos de una cuestión esencial: ¿qué tiene de diferente el pensamiento del superdotado?

¿Revelación o confirmación?

En realidad, observo que en el fondo la contribución de la neurociencia resulta tranquilizadora pero no aporta descubrimientos reales: hace tiempo que los médicos saben reconocer la singularidad del pensamiento y la afectividad de los superdotados. Los padres también lo perciben con claridad. Los docentes, incluso los más reacios, terminan a su vez por reconocer que estos alumnos no reaccionan nunca como los demás: ni en su forma de aprender ni en su comportamiento ni en sus relaciones con los demás ni en sus reacciones afectivas.

En suma, actualmente la ciencia nos muestra lo que las personas que frecuentan a los superdotados habían comprendido hacía tiempo.

En definitiva, lo que realmente está en juego se resume en la siguiente pregunta: ¿y ahora qué hacemos? Todos necesitan una respuesta a esta pregunta: los propios superdotados y todos los que los acompañan, los educan y los enseñan.

La confirmación científica resulta tranquilizadora, pero no responde a esta pregunta.

So what?, que dirían los anglosajones. ¿De qué nos sirve contar con investigaciones que no hacen más que tranquilizar a quienes piensan que la prueba es el hecho, mientras todos los médicos involucrados intentan, desde hace tanto tiempo, ayudar a estas personas con tantas dificultades e incluso sufrimientos? Las investigaciones, por su parte, terminan por fijarse en los superdotados como si se tratase de experimentos fuera de todo contexto o de toda humanidad. Aíslan un factor como si fuese una molécula con vida propia. Y las constataciones se pierden a veces en consideraciones teóricas muy alejadas de la realidad de la situación, de la vida, de la verdad.

Creo firmemente en la necesidad de la investigación científica, pero también me parece peligroso para los superdotados que se los «abandone» a la suerte de las manipulaciones experimentales. Sigo anclada en la certeza de que la medicina es la fuente más fiable de conocimientos clínicos, de que se puede generalizar a partir de casos únicos y de que los cientos de pruebas realizadas a superdotados crean una población de estudio válida.

Viaje al cerebro de los superdotados... donde se descubre la explicación de su peculiar forma de vivir y de pensar

Con este pequeño rodeo por el cerebro, podemos acercarnos con una mirada científica a los elementos centrales del funcionamiento del superdotado, tanto en el plano afectivo como en el cognitivo. Reconozco que resulta fascinante tener la posibilidad de «ver de verdad» los procesos invisibles, que es sobre todo prodigioso poder demostrar la existencia de singularidades funcionales, y que no se trata de la mera fantasía de médicos desconcertados o de padres neuróticos.

Algunos descubrimientos de las neurociencias que cambian nuestra concepción del funcionamiento del cerebro

LO QUE CUENTA NO ES EL NÚMERO DE NEURONAS, SINO EL NÚMERO DE CONEXIONES

Vivimos con la inquietante idea de que empezamos a perder neuronas a los 20 años. Hemos aprendido que las neuronas se multiplican rápidamente durante la infancia, que el cerebro llega a la madurez en la adolescencia y que luego empieza la decadencia... Ahora bien, aunque sea cierto que el cerebro se desarrolla con una rapidez extraordinaria durante la primera infancia, hay que olvidarse de esa historia del número de neuronas y de su relación con la inteligencia. Hoy se sabe que el número de conexiones es el que marca la diferencia; es decir, que, cuanto más se aprende, mejor se comprende, más se memoriza, más experiencias estimulantes se tienen y más vínculos establecen las neuronas entre ellas. Y, cuanto más considerable es el número de conexiones, tanto mayor es el rendimiento del cerebro.

En la adolescencia el cerebro aún no está formado del todo. Recientemente se ha demostrado que a esa edad existe una inmadurez cerebral en la parte del cerebro que controla y prevé el comportamiento. Este descubrimiento nos permite comprender mejor por qué ciertos adolescentes son capaces de asumir riesgos temerarios y de poner su vida en peligro: su cerebro no sabe decir ¡para! Tienen que esforzarse en utilizar otros recursos a fin de calibrar su comportamiento. ¡Para ellos no es algo natural!

El gran descubrimiento: la plasticidad cerebral. Eso es fantástico, puesto que significa que se puede prescindir por completo de la pérdida de neuronas (lo cual es cierto), porque estas pueden conectarse constantemente entre sí y crear nuevas redes. Incluso muy, muy viejas. Se puede aprender, pensar, memorizar y hacer funcionar la cabeza con enorme facilidad durante toda la vida. ¿No es maravilloso?

Veamos otra particularidad: hay diferencias individuales en la velocidad de transmisión de la información. La velocidad media de circulación de la información en las redes neuronales se sitúa en torno a dos metros por segundo. Algunas personas manejan la información más deprisa que otras. La velocidad tampoco es la misma en función de las zonas del cerebro ni del tipo de información de que se trate.

El tratamiento de ciertos sucesos puede durar solo entre tres y cinco milisegundos. Mientras lees esta frase, tu cerebro ha manejado cientos de datos: los que provienen del exterior a través de los sentidos, por ejemplo, el olor de la comida en el fuego, el frescor que sientes en la espalda, el sonido del claxon que oyes a lo lejos... así como los que provienen del interior, esto es, de tu propio pensamiento mediante el juego de asociaciones de ideas.

UN DESCUBRIMIENTO REVOLUCIONARIO: EL CEREBRO ES GENERALISTA

Las concepciones antiguas del funcionamiento del cerebro atribuían una función a una zona concreta. Se pensaba por tanto que si esa zona estaba deteriorada o destruida (por ejemplo, por un trauma craneal) entonces se perdía el uso de la función asociada a ella. Hoy en día se sabe que el cerebro es «multitarea»: todas sus partes pueden ocuparse de distintas cosas. Si una parte del cerebro está dañada, otra tomará el relevo. Lo que viene a significar también que el poder del cerebro es infinito.

OTRA IDEA PARA OLVIDAR: UTILIZAMOS TODO NUESTRO CEREBRO Y NO SOLAMENTE UN 10 %

Pero no siempre, al mismo tiempo ni todo el tiempo. La carga y la densidad activa varía; según la dificultad del asunto o de la situación, algunas zonas estarán en ebullición, en tanto que otras funcionarán a bajo rendimiento. Por eso gestionamos numerosos datos sin que nos demos cuenta: mientras algunas zonas trabajan con empeño en el problema principal que se nos plantea, otras integran, analizan, tratan y registran otras informaciones.

Es lo que nos hace hablar hoy de inconsciente cognitivo: todo lo que nuestro cerebro sabe aunque no nos demos cuenta, conscientemente, de que lo sabemos.

Usamos pues el cien por cien de nuestro cerebro, pero el 90 % de nuestros pensamientos son inconscientes y solo el 10 % conscientes. ¡He ahí el origen de esa falsa creencia!

EL INESPERADO PAPEL DE LAS EMOCIONES

Durante mucho tiempo se ha pensado que para razonar con lucidez hay que discurrir fríamente. Desde Descartes, vivimos convencidos de que la emoción nos hará cometer errores, de que a causa de su intervención perderemos la capacidad de juicio y nos equivocaremos. Sorpresa: ¡eso es totalmente falso! Es precisamente al contrario. Las emociones son necesarias para el pensamiento.⁵ Sin emoción se toman decisiones, se sacan conclusiones y se adoptan conductas «débiles». Se pierde el sentido de las cosas y de la realidad. Por ejemplo, si no sientes ninguna emoción, cometes errores de apreciación y corres el riesgo de tomar decisiones contrarias a tu propio interés o al de otras personas. Sin emociones, el cerebro pierde la razón.

La organización cognitiva particular del cerebro de los superdotados

HIPERACTIVIDAD CEREBRAL: UNA TORMENTA DENTRO DEL CEREBRO

Se trata de un cerebro en un estado de hiperactividad permanente, con conexiones que funcionan a gran velocidad y que se desplazan por todas las zonas del cerebro al mismo tiempo. Es como un estado de ebullición cerebral continuo que amplía considerablemente la capacidad de pensamiento, pero que en seguida se convierte en algo muy difícil de canalizar.

Tengo la cabeza tan ocupada que intento hablar muy deprisa para decirlo todo, pero me lío y el resultado es un desastre.

Pienso en tantas cosas a la vez que en ocasiones ya no sé ni dónde estoy y pierdo el hilo del pensamiento. Todo va demasiado deprisa y tengo la impresión de olvidar ideas esenciales.

La actividad que se desarrolla dentro de mi cabeza es tan intensa que a veces tengo la impresión de que estoy recalentado y de que algo va a estallar. De hecho, me da miedo. Entonces intento no pensar, pero no lo consigo. Es como si fuera prisionero de mi cerebro.

LA VELOCIDAD

La cuestión comienza por la velocidad de las conexiones cerebrales. La velocidad de transmisión de la información es significativamente superior entre los superdotados (se habla de 0,05 metros por segundo adicionales por cada punto de CI...), lo que significa que en el mismo lapso de tiempo se integra y analiza mucha más información. Todo va mucho más deprisa e implica que se pueden tratar simultáneamente una gran cantidad de datos.

El flujo cerebral no se interrumpe. El nivel de actividad es muy elevado, y resulta difícil disminuir su intensidad.

¿Cuáles son las consecuencias? Un pensamiento que está siempre en marcha, un pensamiento que no logramos parar.

«Cuánto me gustaría dar un descanso a mis neuronas.» O «ya no puedo dejar de pensar». O, de manera más rotunda: «¿Hay algún medicamento, alguna operación quirúrgica que sirva para desconectarme?». Tales son las quejas y las peticiones que expresan sin cesar la mayoría de los superdotados cansados de pensar sin parar.

EL TRATAMIENTO MULTIESPACIAL

Cuando hablamos de tratamiento de la información, aludimos a la forma en que el cerebro trata el conjunto de informaciones procedentes del exterior o del interior de uno mismo. El exterior es lo que sucede en torno a nosotros y lo captamos a través de los cinco sentidos. El interior informa de lo que tenemos en la cabeza, lo cual surge de nuestros recuerdos, asociaciones de ideas, representaciones, etc.

En el caso del superdotado, toda esa información es recogida por redes neuronales que circulan y se extienden por diversas zonas del cerebro. Las conexiones no se localizan en una zona concreta (lo que sí se observa habitualmente en el caso de los emplazamientos funcionales). Además, su procesamiento es simultáneo, lo que significa que todo se examina al mismo tiempo y que se le otorga el mismo grado de importancia. El número de neuronas implicadas se multiplica, llegando efectivamente a «calentarle» a uno la cabeza.

EL DESAFÍO: SELECCIONAR LA INFORMACIÓN PERTINENTE

Dada esta actividad cerebral permanente y acelerada, ¿cómo localizar la información principal? ¿Cómo reconocer el dato pertinente para resolver un problema en un momento determinado? Todo sucede muy deprisa y se presenta en el cerebro al mismo tiempo. Cuando se intenta retener una idea, esta ya está lejos y entre medio ya han surgido unos cientos más. ¿Cómo deshacerse de la carga emocional que se activa al mismo ritmo que las neuronas y que arrastra el pensamiento hacia zonas aún más lejanas?

- *El déficit de la inhibición latente.* La inhibición latente es el proceso cognitivo que permite jerarquizar y clasificar los estímulos y la información que debe manejar nuestro cerebro.

Por ejemplo, cuando entramos en un lugar, su olor nos impregna y luego da la impresión de desaparecer. El cerebro registra la información, la sitúa en la categoría de «no útil» y la deja a un lado. Lo mismo sucede con los ruidos: el tictac de un reloj puede

molestarnos, pero luego parece acallarse y fundirse con el entorno; la inhibición latente ha actuado y ha clasificado esa información como secundaria.

La inhibición latente hace que nuestro cerebro seleccione toda la información recibida, ya sea esta visual, táctil o auditiva, y nos permite prestar atención a lo que se considera útil y pertinente. La inhibición latente suprime los ruidos, las imágenes y las sensaciones «de fondo». Se lleva a cabo una especie de «criba automática» para que no nos veamos desbordados por tanta información y podamos, en cambio, centrarnos en lo esencial. Se trata de un proceso neurológico fundamental que se desencadena a espaldas de nuestra voluntad consciente.

Esta «criba automática» no se pone en marcha en el cerebro del superdotado que se encuentra frente a una gran cantidad de información que debe manejar «manualmente». Se habla entonces de *déficit de inhibición latente*, lo cual implica un esfuerzo superior para determinar cuáles son los datos más importantes. Entonces se puede comprender mejor la dificultad a que se enfrenta el superdotado cuando debe organizar y estructurar su pensamiento, y cuánto le cuesta luchar con todas las emociones y sensaciones que ello implica.

- *La dependencia/independencia de campo: dos estilos cognitivos de cualidades diferentes.* Los conceptos *dependencia/independencia de campo* designan estilos cognitivos diferentes respecto a la capacidad de localizar un elemento concreto dentro de un conjunto complejo. Cada uno de nosotros funciona según el estilo cognitivo que más nos convenga.

Cuando se es «independiente de campo», se logra aislar fácilmente un detalle y difuminar la información inútil contenida en la tarea correspondiente. Incluso cuando están presentes varios elementos, el cerebro encuentra con facilidad lo que busca.

Por el contrario, cuando el cerebro es «dependiente de campo», resulta difícil distinguir el «objetivo», por lo que hay que hacer un esfuerzo de atención considerable para dar en el blanco.

Los test clásicos que se utilizan para evaluar el estilo cognitivo de una persona consisten en buscar en un tiempo limitado una figura geométrica que está camuflada dentro de un conjunto de formas desordenadas. Evidentemente, la tarea resulta más sencilla y rápida para aquellos a quienes trastornan menos las formas no pertinentes que alteran la percepción de la forma «objetivo».

Se ha demostrado que los estilos cognitivos no tienen la misma eficacia intelectual y que están vinculados con rasgos de la personalidad.

El estilo «independiente de campo» permite descontextualizar fácilmente las cosas y aumentar la eficiencia a la hora de activar las capacidades intelectuales. El espacio se despeja a fin de desplegar los recursos necesarios para la resolución de un problema determinado. Este estilo se asocia a personalidades independientes, poco influenciables, que logran dejar a un lado lo afectivo cuando resulta necesario y que tienen en cuenta las circunstancias.

Nada de esto puede aplicarse a los «dependientes de campo», que en seguida se pierden entre todo lo que los rodea y que no llegan a extraer lo esencial (o lo que parece serlo). Los superdotados, sin duda, pertenecen a este grupo.

Perdido en la exuberancia de su percepción de las cosas, el superdotado no hace la diferenciación necesaria para un tratamiento rápido y eficaz de los datos. Y no solo eso, su dependencia del contexto se amplifica a causa de la dimensión afectiva.

Un superdotado depende siempre del contexto afectivo; no sabe ni puede funcionar sin tener en cuenta la dimensión y la carga emocional.

- *El rendimiento del superdotado según el contexto.* Observemos, para comprenderlas mejor, las diferencias de rendimiento del superdotado en función del contexto. En un experimento de resolución de problemas, se trata de hallar la solución más eficaz posible. Los problemas se presentan bajo dos formas diferentes: 1) «tarea cerrada», en la que el contexto es reducido y solo están presentes los datos necesarios, y 2) «tarea abierta», en la que las posibilidades son diversas y es posible utilizar varios métodos de trabajo.

La diferencia es a la par característica y significativa:

- en una «tarea cerrada», el superdotado es rápido, reflexivo y eficiente;
- en una «tarea abierta», el superdotado se olvida rápidamente de las instrucciones, las ideas se encadenan deprisa, la información surge de la memoria y... el tiempo pasa, el problema no se resuelve o los errores se multiplican.

Por lo tanto, hay que reducir el número de datos para que un superdotado resulte eficiente.

En el colegio, por ejemplo, los cuestionarios de opción múltiple y los exámenes de «rellenar espacios» optimizan las aptitudes del superdotado. Cuando hay que redactar un texto, los conocimientos se confunden con todas las ideas que se activan automáticamente.

En la vida cotidiana se observa fácilmente la diferencia de comportamiento según el tipo de situación.

Unas veces el superdotado llega a concentrarse muchísimo, pero el tiempo cuenta porque necesita movilizar una gran cantidad de energía. Actuar deprisa le permite alejar toda la información parásita. Como si hiciese falta retener el pensamiento que se le va a escapar y a desplegarse a sus espaldas. Pero a menudo hace *zapping* y no lo consigue, porque es necesario prestar demasiada atención.

Otras veces el contexto está cargado de información, sobre todo emocional, y el superdotado no logra canalizar su atención. Entra entonces en modo «suspensión» y solo deja entrar en su cerebro el mínimo de información fundamental... En esos momentos, da la impresión de que no escucha, de que no está presente, lo cual en ocasiones resulta perjudicial para él y muy molesto para quienes lo rodean. Está en modo «económico». En esos momentos, habrá que repetir las cosas una y otra vez.

El superdotado juega a todo o nada; pero, para él, con frecuencia es demasiado.

• *Del «pensar demasiado» a la impulsividad: una particularidad funcional que se encuentra en el origen de muchos conflictos inútiles.* No escuchar realmente, no reflexionar realmente como una economía de energía cerebral. Un superdotado puede dar la impresión de ser idiota, del mismo modo que puede reaccionar y tomar decisiones de manera irreflexiva. La mayoría de las veces actúa así frente a retos fáciles: en modo de suspensión, responde, toma una decisión superficial o, peor aún, una decisión aparte, lo cual da lugar a numerosos malentendidos y a conflictos inextricables. En efecto, resulta muy difícil comprender y aceptar que este ser inteligente y sensible pueda actuar y comportarse de una forma tan inadecuada. Cuesta creerlo. A menudo el superdotado intentará convencernos de que no lo ha hecho a propósito, de que no ha pensado en las consecuencias, de que no lo había entendido bien, y, por muy increíble y desconcertante que parezca, ¡es cierto! Ello puede conducir a un punto muerto en la comunicación: el otro no llega a entender semejante inverosimilitud y por lo tanto insiste. Entonces el superdotado, falto de argumentos justificables, abandona el «combate». Se cierra en banda, no dice nada más, huye. Ya no sabe qué decir, y prefiere evitar la confrontación por pura impotencia. No tiene argumentos válidos (y lo sabe), pero el otro no puede admitirlo.

Las crisis, los conflictos, los disgustos sin fin, los castigos, las reprimendas, según la posición de cada uno de los protagonistas, serán las consecuencias de esta «disfunción» activada involuntariamente por el superdotado, que se sentirá él mismo desgraciado a causa de tanta incompreensión recíproca.

Este funcionamiento puede interpretarse como insolencia, impertinencia o provocación. Y, además, a cualquier edad.

Hemisferio derecho, hemisferio izquierdo

Según otra concepción neurocientífica de la actividad cerebral, una parte importante se dedica al estudio de las diferencias funcionales según los hemisferios cerebrales que intervienen en cada tarea.

Como sabéis, el cerebro está formado por dos grandes áreas separadas, el hemisferio derecho y el izquierdo. En cada uno de estos hemisferios se sitúan cierto número de zonas dedicadas a distintas competencias.

A grandes rasgos, se suele considerar el reparto de tareas de la siguiente manera:

Hemisferio izquierdo	Hemisferio derecho
<ul style="list-style-type: none">—Capacidad analítica que permite organizar y estructurar el pensamiento.—Competencias lógicas y racionales.—Razonamiento argumentado y comunicación verbal.—Funciones del lenguaje.	<ul style="list-style-type: none">—Tratamiento global y en imágenes.—Capacidad de tratamiento simultáneo de un gran número de datos.—Funcionamiento analógico por asociación de ideas.—Inteligencia intuitiva.—Creatividad y pensamiento divergente (que sale del pensamiento común).—Gran implicación emocional.

PENSAMIENTO LINEAL Y PENSAMIENTO ARBORESCENTE

En lo relativo al tratamiento de la información, puede considerarse que el cerebro dispone de dos posibilidades.

El tratamiento lineal, secuencial, permite comenzar desde un punto de partida determinado, y, por concatenación lógica, alcanzar un resultado justificable. El hecho de proceder paso a paso permite explicar lo que se ha hecho y cómo. Además, la activación del tratamiento secuencial implica automáticamente la inhibición de la información no pertinente. El cerebro bloquea todos los pensamientos, todas las ideas y todas las hipótesis que pudieran perturbar el funcionamiento racional y tranquilizador de este progreso mental. Gracias a esta funcionalidad cerebral podemos organizar un argumento,

desarrollar una idea, estructurar un razonamiento y justificar un resultado. El tratamiento lineal es el más competitivo en todas las tareas que requieren rigor, método y sentido lógico; es también el que permite utilizar el lenguaje con fluidez, destreza y precisión.

El tratamiento simultáneo de información procede de manera completamente distinta. A partir de un estímulo, de una idea o de una orden, se despliega a gran velocidad una red de asociaciones. Cada idea genera otra sin que ningún vínculo aparente sustente esa asociación. Por otra parte, se desarrollan simultáneamente varios ejes mentales, creando pensamiento arborescente. Imágenes, sensaciones y emociones alimentarán esa arborescencia que se vuelve cada vez más compleja y cuyas múltiples «ramas» se despliegan hasta el infinito. Rápidamente, los pensamientos se condensan, y es mucho más difícil organizarlos y estructurarlos. Este tipo de pensamiento favorece el surgimiento de ideas nuevas y creativas, de múltiples imágenes y emociones; el pensamiento reticular no es el mismo del lenguaje explicativo ni del razonamiento argumentativo lógico.

EL SUPERDOTADO PREFIERE EL HEMISFERIO DERECHO

La hipótesis de una mayor participación del hemisferio derecho en los procesos cognitivos de los superdotados ha sido objeto de numerosas comprobaciones científicas. Y cuando el hemisferio derecho es el dominante, muchas tareas se vuelven más difíciles: el aprendizaje escolar, sin duda, pero también todas las situaciones, intelectuales o no, que requieren una organización y un orden rigurosos.

En el caso de los niños normales, cuando se les hace una pregunta, hay una antena que se eleva y entonces se ponen a pensar, mientras que en el nuestro hay 25 antenas y de repente uno se lío y no llega a ninguna conclusión. Es muy difícil expresarse. Julie, 14 años.

LA RESPUESTA INTUITIVA: LA IMPOSIBILIDAD DE ACCEDER A LAS INSTRUCCIONES

La inaccesibilidad a las instrucciones que permiten responder a una pregunta es uno de los grandes escollos que presenta su tratamiento mediante el hemisferio derecho.

Explicaciones: tomemos, por ejemplo, un problema matemático.

Planteémoslo a un pequeño o a un gran superdotado, no importa.

Preguntémosle el resultado. Es correcto.

Y entonces pidámosle cómo ha llegado a esa conclusión.

Respuesta:

—Porque es evidente.

—¿Y qué más?

—Porque lo sé, simplemente.

Sí, pero, aunque se pueda aceptar una respuesta sin explicación en ciertos —pocos— ámbitos, no es recomendable en la mayoría de las situaciones; para empezar cuando aún se está en el colegio, pero tampoco a lo largo de la vida. Lo más frustrante es que el superdotado actúa con una inmensa buena fe. Él tampoco sabe cómo lo sabe ni por qué. Son cuestiones que funcionan por debajo de su umbral de conciencia. Ni con un esfuerzo de buena voluntad lograría saberlo.

Cuando tengo un problema, veo el principio, veo el fin, pero no sé qué hay en medio.

Así es cómo lo explica Adrien. Con claridad. Todos los superdotados tienen esa dificultad. Una dificultad paradójica que reduce por su estructura misma de funcionamiento toda su riqueza intrínseca.

Desde un punto de vista neuropsicológico, esa singularidad se explica por la activación de conexiones neuronales que toman vías ultrarrápidas y por tanto imperceptibles para la conciencia. La intuición fulgurante surge al activar esas redes neuronales cargadas de información. Las imágenes cerebrales muestran esa activación cerebral subterránea, que se alimenta de conocimientos anteriores y de la capacidad de crear conexiones inéditas. *La inteligencia intuitiva es el resultado de ello, con sus trampas y sus inmensas posibilidades.*

CONVERTIR EL PENSAMIENTO EN PALABRAS: ENCONTRAR LAS PALABRAS PARA DECIRLO

La activación del hemisferio derecho corresponde a un pensamiento en imágenes, esto es, visual y espacial. Pasar por el lenguaje, por las palabras, por la estructura lineal de la lengua, cuyo centro está situado en el hemisferio izquierdo, requiere una concentración y un esfuerzo adicional para el superdotado. Frente a una situación dada, frente a un problema que resolver, a un obstáculo que superar, pero también en todos los multipensamientos cotidianos, las zonas del tratamiento en imágenes son las que se movilizan en primer lugar. El superdotado ve imágenes antes de transformarlas en palabras, lo cual implica una doble dificultad:

- La imagen puede ser el nuevo punto de partida de asociaciones de ideas arborescentes. Es necesario, por tanto, «fijar» la imagen en la cabeza para transformarla en palabras, lo que no deja de ser una operación arriesgada porque las redes asociativas son muy rápidas.

Ejemplo. Si te pido que escribas «El barco navega por el agua», es probable que ello no te plantee mayores dificultades. Espontáneamente verás las palabras en la cabeza, manejarás auditivamente los fonemas de la frase y ¡ya está! A menos que seas un superdotado. Porque entonces no será la palabra la que aparezca en tu pantalla mental, sino un barco, uno de verdad, surcando tranquilamente un mar azul. Y tú estarás ahí a

merced de las olas y de tus asociaciones. La evocación de esa imagen generará tal cantidad de ideas, de recuerdos, de pensamientos afines... que pronto estarás muy lejos de esa simple frase inicial que te pedí que escribieras...

- La imagen produce un halo de sentido que no llega a condensarse en el lenguaje. El superdotado no consigue clasificar y reorganizar su pensamiento.

He aquí una historia típica. Hugo, de 16 años, regresa de un viaje a Estados Unidos. En casa ha contado diversas anécdotas sobre su estancia, sobre momentos vividos, encuentros y experiencias. Una noche, durante la cena, alguien le pregunta por su viaje. Hugo responde que fue estupendo, pero que no le gustan los estadounidenses. Ah, bueno, por qué, pregunta su interlocutor. Pausa. Hugo no sabe qué decir. No consigue encontrar las palabras que podrían expresar su pensamiento con la exactitud que le pide lo que siente. Entonces se vuelve hacia su madre y, para asombro de todos, le pregunta: «Mamá, ¿por qué no me gustan los americanos?». Hugo tuvo suerte, porque su madre había deducido precisamente de los relatos de Hugo lo que este no sabía decir, por lo que ella pudo responder por él tranquila y sosegadamente. Hugo, encantado de oír su propio pensamiento desarrollarse y organizarse de manera tan sencilla se extasió: «¡Es exactamente así; es increíble! ¡Sí, por eso no me gustan los americanos!». Para Hugo aquello fue una liberación, un alivio tremendo: poder explicar lo que pensaba con las palabras y las ideas precisas.

DE LA IMAGEN A LA PALABRA: CUANDO LA ARBORESCENCIA SE ENLAZA Y ENTRELAZA

Este torbellino de pensamientos y emociones dificulta efectivamente el paso por el lenguaje. Cómo traducir ese guirigay interior, esa efervescencia de sentimientos, esa sensación efervescente del mundo, sin traicionar lo que se piensa, encontrando la palabra justa en el momento preciso, estando seguro de que el otro comprenderá exactamente lo que se quiere decir. Hablar es hacer pasar esa abundancia de pensamientos por un cuello de botella: las palabras deben colocarse unas después de otras, siguiendo un orden inmutable y codificado que permita transmitir correctamente lo que se quiere decir.

Se puede ver el mundo lineal como una decisión arbitraria con relación a todas las posibilidades que existen. Cuando estoy en un modo arborescente, tengo más dificultades con el lenguaje porque puedo encontrarme simultáneamente con cuatro palabras que significan lo mismo, o casi, y que se presentan al mismo tiempo. Raphaël, 17 años.

Es la imposibilidad de comunicarse sin estar completamente conectado a su pensamiento, en el aquí y ahora de lo que se desea expresar.

Veo las palabras de lo que quiero decir cuando estoy en mi pensamiento. Tengo que estar conectado a mis emociones para poder decir las cosas. Si alguien me pregunta por segunda vez mi opinión sobre algo, ya no sé qué contestar, porque ya no estoy conectado a la alquimia de mi pensamiento.

La intensidad del pensamiento con su carga emocional solo se vive y solo se puede expresar en el momento en que se despliega. Su velocidad de activación y su espectacular abundancia dificultan la integración estable de los datos, que a menudo se perderán para un uso posterior. Su acumulación consume mucha energía. El pensamiento se escapa, y se escapa deprisa. «Pensar demasiado» elimina el pensamiento.

CUANDO LAS PALABRAS SE PIERDEN EN LA ARBORESCENCIA

Querer expresarse cuando las palabras pasan tan deprisa por la cabeza puede crear graves problemas de comunicación y verdaderos problemas de relación. Cuando no logras expresar precisa y claramente lo que quieres decir, y te lías y todo se vuelve confuso, se corre el riesgo de que no te entiendan o de que te entiendan al revés, que suele ser peor. Las palabras apenas sirven para traducir lo que se siente.

Entonces, a menudo, el superdotado se calla. No habla porque no sabe cómo decir las cosas. Y, en ocasiones, cuando habla, hace daño involuntariamente. No era la ocurrencia conveniente, no venía a cuento...

Con frecuencia el superdotado toma desvíos para rodear una idea. A veces es la única manera de intentar aclarar sus palabras.

NO COMPRENDER EL SENTIDO DE LAS PALABRAS CUANDO NO SE DESCODIFICA LO IMPLÍCITO

Para mí, los superdotados tienen un problema de tipo semántico. Cuando una palabra no se utiliza en el contexto semántico adecuado, esa palabra no se entiende. Pondré el ejemplo de la física. Tengo muchas dificultades con los conceptos físicos, aunque esa ciencia me apasione. En física, muchas palabras provienen del lenguaje corriente o han sido integradas en él. Por consiguiente, para una misma palabra tengo varias definiciones que siento fisiológicamente. Para comprender los conceptos de la física, por lo general me veo obligado a buscar el contexto histórico en el que fue expresada dicha noción. De otro modo, no los entiendo. Marc, 24 años.

La explicación personal de Marc es elaborada. Pero, en la vida del superdotado, esa dificultad es cotidiana. En una discusión, el superdotado responde equivocadamente o parece no entender la pregunta que se le hace, lo que a menudo resulta exasperante, agotador e insoportable. Con frecuencia el diálogo se bloquea. Y la discusión degenera en reproche. ¿Por qué?

Porque el sentido dado a una palabra o a un giro no adquiere el mismo significado para cada uno.

No se puede hablar de vida después de la muerte: es impropio. Después de la vida, viene precisamente la muerte; habría que buscar otra palabra. Julien, 10 años, no alcanza a comprender el uso de este sinsentido.

Para el superdotado, la precisión absoluta es indispensable, pues comprende las cosas en sentido literal. Para que entienda lo que le quieres decir, hay que explicarle el contexto. Entonces dará a las palabras el mismo sentido que tú. Y la comunicación volverá a ser posible. De lo contrario, no comprenderá nada. O, más exactamente, lo comprenderá de otra manera. Ahí radica una fuente de cansinos malentendidos y de intrincados conflictos que el superdotado encuentra en todos los estadios de la vida y en todos los ámbitos: en el colegio, el niño está «fuera de su elemento» o no responde a

preguntas en apariencia sencillas; con sus padres, hace exactamente lo contrario de lo que se le pide; para el adulto, en el medio profesional, surge una rivalidad con un jefe o un compañero; en la pareja, las discusiones se disparan...

A veces, esta dificultad para descodificar las suposiciones ordinarias produce en el superdotado, adulto o niño, la sensación de no comprender nada de nada, lo cual refuerza su sentimiento de desfase y extrañeza. Puesto que todo el mundo parece actuar de la misma manera y yo no, entonces soy yo el que no es normal. Y por eso sufre doblemente: por la percepción de esa diferencia que lo aísla de los demás y por el ataque a la imagen de sí mismo que se deriva de ella. El superdotado se considera responsable y se siente culpable de no saber ser como los demás.

Estos mecanismos pueden dar lugar a un repliegue sobre sí mismo y a un desinterés progresivo por el mundo.

En cuanto al afecto, el cerebro del superdotado posee también características singulares

Los cimientos del funcionamiento afectivo del superdotado se encuentran también ocultos en el cerebro y en los procesos neurofisiológicos de la percepción sensorial. Estas singularidades aclaran en gran medida las características de la personalidad del superdotado y de su relación con el mundo, que es siempre singular.

UN SUPERDOTADO HABLA PRIMERO CON SU CORAZÓN

He aquí tal vez el rasgo más característico de las especificidades del sistema emocional de los superdotados, y también el más característico de su funcionamiento: la injerencia emocional. Pese al privilegio que se confiere mayoritariamente a la inteligencia en el perfil del superdotado, su muy profunda y singular personalidad parece revelarse en el aspecto emocional. En cierto modo, podría afirmarse sin muchas probabilidades de equivocarse, que un superdotado piensa primero con el corazón y luego con la cabeza. Y de ahí pueden surgir tanto notables incomprensiones como heridas secretas, difíciles de asumir y de compartir.

La hiperreceptividad emocional es fundamental en el caso del superdotado. Auténtica esponja, absorbe continuamente la mínima partícula emocional en suspensión a su alrededor. De una sensibilidad exacerbada a las emociones que lo rodean, el superdotado siente las emociones de los demás. Es lo que llamamos empatía. La empatía del superdotado es constante y perturba sus relaciones humanas. No puede estar únicamente con alguien en una actitud simplemente receptiva. Se siente siempre obligado a vivir, al mismo tiempo que el otro, todo lo que este experimenta y vive emocionalmente. Esta permeabilidad le deja poco descanso y requiere ajustes constantes.

Así pues, cuando se siente con tanta intensidad, ¿cómo ser indiferente? ¿Cómo no implicarse a fondo en todas las situaciones? ¿Cómo aislarse de ese guirigay emocional captado con fuerza por todos los sentidos?

LA HIPERESTESIA O PERCEPCIÓN INTENSA DE TODOS LOS SENTIDOS

La hiperestesia constituye una capacidad sensorial exacerbada. De los cinco sentidos. Un superdotado tiene aptitudes visuales, auditivas, gustativas, olfativas y también kinestésicas (el tacto) muy superiores a la media de la población.

- *La vista penetrante y aguzada.* Los relieves son más nítidos y los contrastes más marcados. Aunque la luz deslumbre o la sombra los oculte, nada escapa a la agudeza visual del superdotado. Mínimos, imperceptibles, secundarios, todos los detalles de una escena son observados, percibidos y analizados, incluso aquellos cuya presencia otros ni siquiera advierten. La mirada es escrutadora desde muy pronto, y en ocasiones llega a molestar por su intensidad. Los experimentos llevados a cabo con superdotados muestran que estos son capaces de extraer de una foto o de una imagen repleta de detalles una cantidad significativamente mayor de elementos en un lapso de tiempo mucho más corto.

- *El oído, agudo.* El oído distingue simultáneamente informaciones sonoras procedentes de diversas fuentes, como si el superdotado dispusiera de varios canales auditivos. Todos los mensajes acústicos que percibe son tratados al mismo tiempo, por lo que el superdotado puede reaccionar indistintamente a cualquiera de ellos, para sorpresa de las personas que están con él, convencidas de que este no podría escuchar —con la oreja pegada a su *walkman* y el televisor encendido— una conversación telefónica y un alboroto impresionante en la calle. Y, sin embargo, el superdotado sí puede. No solo lo oye, sino que lo oye todo y lo asimila perfectamente. Haz la prueba y verás que un superdotado siempre tiene la respuesta cuando le preguntas: «¿Qué acabo de decirte?». Además, la capacidad de discriminación auditiva permite al superdotado oír sonidos de muy baja frecuencia. Un susurro, un rumor o un hilo sonoro llegan a su cerebro con la misma nitidez que un sonido perceptible para cualquiera.

- *El olfato.* El olfato se ha convertido en un sentido secundario en nuestras sociedades modernas. No se utiliza nunca para analizar o comprender el entorno. A lo largo de la evolución, el oído y la vista se han convertido en nuestros sentidos favoritos.

El superdotado ha conservado esa capacidad asombrosa de servirse de los olores para obtener información acerca de las personas y las cosas que lo rodean. Rara vez habla de ello, porque ignora que los demás carecen de ese sentido y, cuando lo comprende, piensa que su fino olfato es una tara vergonzosa. Entonces calla. Sin embargo, con su olfato, el superdotado ensancha aún más su receptividad sensorial y

aumenta significativamente el número de datos sensibles que serán tratados por el cerebro e integrados en él. Gracias al olfato, comprende ciertas cosas que son invisibles e imperceptibles para los demás, saca conclusiones y luego memoriza elementos que enriquecen aún más la complejidad de su pensamiento.

- *El gusto y el tacto.* Aunque este aspecto haya sido menos estudiado, la observación clínica muestra la presencia de una cantidad asombrosa de «gastrónomos» entre los superdotados, así como la relación tan peculiar que establecen con el tacto. Sensibles a la textura de la piel de los demás, y atraídos por los materiales, a menudo sienten la necesidad de tocar para comprender mejor. Como si, mediante ese gesto, se asegurasen de haber integrado mejor todos los componentes de un objeto. También encontramos entre esta población un número sorprendente de personas que no soportan el contacto con este o aquel material: lana, materiales sintéticos, papel de periódico, etcétera. Su reacción es epidérmica, lo que puede producirles determinadas alergias al entrar en contacto con ellos.

La tremenda agudeza de los cinco sentidos explica la reacción emocional extrema y la importancia de la vertiente afectiva del superdotado.

Tener todos los sentidos alerta constantemente amplía la receptividad del mundo.

La intensidad de los sentidos genera una alta sensibilidad emocional: se percibe todo durante todo el tiempo.

La «hiperestimulabilidad», esto es, la rapidez con que se desencadena una respuesta emocional del organismo, está directamente relacionada con la hiperestesia.

¿Y EN EL CEREBRO?

Se ha observado una sensibilidad especial de la amígdala en los superdotados, lo que explica su gran permeabilidad a los estímulos sensoriales. La amígdala está enterrada en lo más profundo del cerebro emocional, que es el más arcaico. La amígdala es la primera en recibir las imágenes, los sonidos, los olores y las sensaciones que proceden del exterior, desencadenando emociones de manera automática, sin ningún análisis consciente previo. Cuanto más elevada sea la receptividad de la amígdala, tanto más numerosas y frecuentes resultarán las percepciones y las reacciones emocionales. La amígdala, verdadero centinela del cuerpo, capta la más mínima señal sensorial presente en el entorno y reacciona a ella con intensidad. Ante esta invasión emocional, el córtex prefrontal se desactiva rápidamente. El córtex prefrontal es la zona del cerebro (situada delante, bajo la frente) que controla las emociones y organiza el pensamiento. Sede de lo

que llamamos funciones ejecutivas, es nuestra «torre de control», que encamina, planifica, canaliza y da las órdenes adecuadas para gestionar una situación. En esa zona del cerebro se toman las decisiones «razonables» y se analizan los detalles nimios de un problema. Cuando el sistema límbico (sede de las emociones), y en particular la amígdala, está saturado por una fuerte carga emocional, el prefrontal no puede funcionar y se desconecta. Las emociones toman el control exclusivo de la situación, sin ser canalizadas ni controladas ni integradas en un proceso analítico más complejo. Bajo la influencia de las emociones, todo puede suceder. El cerebro está inundado y entonces al superdotado lo arrastran sus emociones, con los riesgos que ello implica. Pues, si bien hemos visto que las emociones son esenciales para actuar de manera adecuada y tomar decisiones correctas, un exceso de emociones debilita y nubla la capacidad de análisis racional.

La gran susceptibilidad, que se da en todos los perfiles de superdotado, es una de las consecuencias de este proceso neuropsicológico de sensibilidad emocional exagerada y mal controlada.

CUANDO LAS COSAS SE DESBORDAN DE VERDAD: LA VIOLENCIA DE LAS REACCIONES EMOCIONALES

Contenerse, reprimirse... explotar. Entonces todo se vuelve incontrolable. Las emociones se desbordan. El comportamiento se desboca. La violencia de la crisis es tan grande que el punto de partida llega a parecer insignificante.

Se alcanza un umbral emocional que ya no puede elaborarse ni canalizarse más. Se trata de la hiperreactividad emocional, que se explica por un umbral de reactividad significativamente más bajo en el caso de los superdotados, al ser menos elevada la capacidad de regulación emocional.

Es decir: un superdotado reacciona de manera mucho más intensa a las cosas pequeñas. En el plano neuropsicológico todo se desarrolla en el nivel del córtex prefrontal, frente a la ola de emociones.

LOS ARREBATOS DE EMOCIÓN

Hay que comprender que el superdotado se contiene mucho. Intenta mantener bajo control todas esas emociones que lo asaltan continuamente. En seguida se conmueve y se siente herido. Un comentario anodino, una palabra o una frase negligente desencadenan arrebatos de emoción que el superdotado, en un primer momento, intenta canalizar, intelectualizar y minimizar. Se esfuerza por disminuir la reacción pese a que las lágrimas

y la cólera asoman. Pero, si la presión emocional se prolonga, entonces todos los diques emocionales crujen y la intensidad emocional lo arrastra todo, a semejanza de un tsunami devastador.

La violencia de la reacción ya no corresponde a la situación inicial, que suele ser baladí. En esos momentos puede haber gritos, puñetazos fortísimos contra las paredes, objetos que vuelan por los aires... La agresividad contra uno mismo o contra los demás es poco frecuente. El objetivo de estas crisis agudas es eliminar el excedente. Es una vía de escape. Pero a veces eso puede suscitar verdaderos conflictos o tener consecuencias más graves.

La mayor dificultad estriba en ayudarle a recuperar la calma. Intentar razonar y hablar con palabras suaves. Todo lo que se diga podría multiplicar por diez la intensidad de la crisis. Lo único que se puede hacer es esperar. Hablar de otra cosa. A veces se tiene la impresión de que hay que hacerlo «regresar» de la lejanía a la que las emociones lo han llevado, apartándolo de la razón. Hay que procurar no dar pie al desbocamiento emocional. La discusión deberá producirse en un momento posterior.

LA SINESTESIA, UNA ASOMBROSA APTITUD SENSORIAL

La sinestesia se define como una asociación involuntaria de varios sentidos, lo que quiere decir que la estimulación de un sentido es percibida simultáneamente por otro sin que este haya sido estimulado específicamente. Es un cruce de sentidos con superposición perceptiva.

Por ejemplo, un sinestésico puede ver el color rojo y además «oírlo». ¿Cuál es el origen de este fenómeno? Un exceso de materia blanca en el cerebro, que hace posible la conexión entre las diferentes zonas del córtex, así como la transferencia de información. Al parecer entre los superdotados suele darse esta abundancia de materia blanca, por lo que son proclives a la sinestesia.

Esta característica intermodal (la participación simultánea de varios sentidos) contribuye a la proliferación de asociaciones de ideas, a la yuxtaposición de sensaciones y emociones, y a la amplificación y agudeza de los sentidos. Es raro que los superdotados hablen de ello porque, al igual que ocurre con muchos aspectos de su personalidad, ignoran que los demás no tienen las mismas experiencias.

La sinestesia es constante e involuntaria. No se puede tomar la decisión de detenerla.

Es fácil comprender hasta qué punto la sinestesia contribuye a la extraordinaria receptividad de los superdotados y a la intensidad de la percepción emocional.

Algunos grandes artistas fueron sinestésicos. Acordémonos de Rimbaud y de su poesía *Las vocales*. Al igual que muchos sinestésicos, Rimbaud veía las vocales en color. Pero también podemos citar al pintor ruso Kandinski, cuyas obras de vivos colores eran para él una sensación táctil. O al compositor Franz Liszt, que componía sus piezas matizando los colores que evocaba la música...

Un pequeño e insólito experimento: ¿eres sinestésico?

- Si al leer este texto las palabras aparecen en color (aunque yo no utilice más que el blanco y el negro). Si cada letra tiene un color propio (A, amarillo, O, azul, E, blanco, I, rojo, U, verde...), pero la palabra EUA no es la suma de E, U y A, porque es verde chillón.
- Si cuando escuchas a una persona ves alrededor de ella formas geométricas.
- Si cuando escuchas música notas un sabor dulzón en la boca...
- O solo alguno de los tres casos anteriores u otro semejante... entonces probablemente eres sinestésico.

Breve resumen para quienes quieran informarse con solo un vistazo

- Ser superdotado no significa ser más inteligente que los demás, sino utilizar la inteligencia de una manera diferente.
- Cuando se es superdotado:
 - la hipersensibilidad,
 - la injerencia emocional continua,
 - la receptividad emocional exagerada,
 - la empatía que capta todas las emociones de los demás,
 - la hipertrofia de los cinco sentidos, son elementos inseparables de la personalidad.
- La inteligencia del superdotado es rica y poderosa, pero se apoya en bases cognitivas diferentes:
 - activación cerebral de alta intensidad,
 - número de conexiones neuronales significativamente mayor, así como redes neuronales que se despliegan por todas las áreas del cerebro,
 - tratamiento arborescente de la información con una ramificación rápida de asociaciones de ideas que son difíciles de estructurar,

- déficit de la inhibición latente que obliga al sistema cerebral a integrar toda la información procedente del entorno sin clasificación previa: los superdotados tienen la cabeza a rebosar,
 - imposibilidad de acceder a las estrategias utilizadas durante la resolución de un problema porque las conexiones se realizan a gran velocidad y por debajo del umbral de la conciencia,
 - inteligencia intuitiva y en imágenes, que se desenvuelve mal con el lenguaje, las palabras y la estructura verbal.
- Las características cognitivas y afectivas del superdotado están validadas por los conocimientos científicos actuales y por la neurociencia. No se trata de creencias ni de mitos ni de imaginaciones, sino de una realidad objetiva.

Mitos que nunca mueren

Los que creen que la inteligencia tiene algún tipo de nobleza ciertamente no son lo bastante inteligentes para darse cuenta de que no es más que una maldición.⁶

MARTIN PAGE

En efecto, algunas personas siguen pensando y sobre todo reivindicando que un superdotado es un ser provisto de una gran inteligencia, que tiene por tanto muchas posibilidades de triunfar fácilmente en la vida y que no tiene ninguna razón para considerar que ello pueda constituir una fuente de dificultades o de fragilidades concretas.

He aquí lo que escriben algunos psicólogos:

La hiperactividad intelectual no es en modo alguno sinónimo de dificultad o de renuncia obligatoria a algo: [los superdotados] pueden progresar en todas las direcciones que su deseo les pida. [...] Un funcionamiento cognitivo excelente corre parejo con una vida social de buena calidad y un éxito aceptado y sin ambages.⁷

[...] postulamos que el niño o el adolescente calificado de superdotado invierte demasiado en el razonamiento lógico y el conocimiento con el fin inconsciente de ocultar una depresión infantil. Creemos que la falta de elaboración de la situación depresiva ha obstaculizado la puesta en marcha de los efectos estructurales del complejo de Edipo, y tiene como consecuencia un problema esencial de pérdida de objetivo.⁸

Así pues, aún hoy, algunos psicólogos «militan» para afirmar que todo esto es pura fantasía y que, si algunos superdotados tienen problemas, se puede explicar por la psicopatología psicoanalítica clásica y no tiene ninguna relación con las características de la personalidad.

Hoy en día, en pleno siglo XXI, seguimos leyendo tesis universitarias inspiradas en el psicoanálisis, que defiende la idea de que la inteligencia es un mecanismo de defensa contra la depresión...

¿Es humanamente posible negar la existencia de toda una franja de la población con pretextos ideológicos desfasados? ¿Con qué fin? ¡Cómo no respetar a todas esas personas que sufren, así como a todos esos padres desamparados que buscan ayuda para guiar a su hijo!

¿Cómo es posible ignorar que el exceso de inteligencia es forzosamente ansiógeno y que genera una sensibilidad, una lucidez y una forma de estar en el mundo que caracterizan toda la personalidad?

¿Cómo negar la singularidad de funcionamiento y adaptación a ese 2 % de la población que está en simetría con aquellos que tienen una deficiencia intelectual manifiesta? Eso significaría que se puede aceptar y asimilar que la limitación intelectual incide en el funcionamiento de la personalidad y en la adaptación social, que los que tienen carencias deben ser ayudados y acompañados, que hay que tomar medidas profilácticas y pedagógicas, pero que en el otro extremo del gráfico no ocurre nada. Como se trata de un «exceso» de inteligencia, no hay motivos para preocuparse. No hay razones para tener en cuenta todas las particularidades y las dificultades de adaptación que genera ese exceso de inteligencia. Esta actitud me irrita muchísimo.

Pero, si soy honrada o si tal vez busco tranquilizar mi conciencia, constato que la «debilidad» también ha tardado mucho tiempo en ser aceptada. Han hecho falta varias décadas para comprender que la deficiencia intelectual suponía un *handicap* mental y que era indispensable tomar medidas trascendentales al respecto. Tal vez tengamos que esperar a que las mentalidades evolucionen, a que la neurociencia avance aún más en sus prodigiosos descubrimientos y a que ciertos médicos actualicen sus conocimientos para que, por fin, los superdotados reciban la comprensión y la ayuda que requieren a causa de su fragilidad específica. Como todos aquellos, por los motivos que fueren, que necesitan ayuda para aliviar su sufrimiento. Como todos aquellos para quienes nuestra labor como médicos debe consistir en acompañarlos hacia su pleno desarrollo.

CAPÍTULO

¿Por qué es esencial interesarse por el adulto superdotado?

No sabría explicarte el alivio que sentí al saber que era normal, después de haber vivido siempre como una desplazada, inadaptada e inepta. Por fin pude poner palabras a mis males, y, aunque no sea libre, me siento realmente liberada.

Este testimonio, que me envió una lectora de 43 años cuando apareció mi primer libro sobre el niño superdotado,¹ resume, con las palabras justas, el alivio que se experimenta cuando por fin uno se siente miembro de un grupo que comparte un funcionamiento similar al propio. La cuestión del adulto superdotado es quizá aún más delicada de tratar que la del niño superdotado. Aunque admitamos, a pesar de algunas reticencias aún vigentes, que el niño en desarrollo puede mostrar ciertas aptitudes particulares, resultará bastante más difícil aceptar que algunos adultos conserven un comportamiento singular que los distingue. Ellos mismos lo perciben —sin saber nombrarlo— y los demás lo sienten, pero lo atribuyen espontáneamente a un rasgo de carácter, a una originalidad, a la personalidad «marginal», «rebelde» o demasiado sensible de su amigo... El adulto se encuentra así acorralado, y desde hace mucho tiempo, en un sistema de espejos que le devuelve imágenes de sí mismo multiformes y a menudo deformadas.

En busca de uno mismo

El superdotado busca su reflejo y su identidad, y necesita, como cualquiera, comprender quién es, cómo se comporta, por qué lo quieren, por qué lo rechazan, cuáles son sus puntos fuertes, sus valores reales y sus verdaderos límites. Es una búsqueda legítima y universal, consistente en sentir en uno mismo el núcleo idiosincrásico en torno al cual está construido y a partir del cual entra en el juego de la vida y establece su relación con los demás. Desde la primera infancia intentamos, sin tregua, comprendernos a nosotros mismos para comprender mejor el mundo y a los demás, y, sobre todo, para vivir mejor. Este movimiento natural puede vivirse, según cada personalidad, de manera más o menos consciente. Algunos avanzan por la vida con certezas y convicciones protectoras y sosegadas: hay que hacer las cosas de esta manera o de aquella, y conviene reaccionar de tal o cual forma según la naturaleza de la situación. Otros andan a tientas, se hacen preguntas sin cesar acerca de todo, siempre, se inquietan por trivialidades que alteran sus presuntas creencias, reaccionan a la mínima variación del entorno, reanudan

todo sin descanso desde el comienzo para estar seguros de haber comprendido su sentido profundo y viven siempre con un ligero sentimiento de estar al mismo tiempo con los demás y a su lado. Son adultos de adaptación agitada, que en ocasiones llevan vidas que no les pegan nada, pero parecen amoldarse a ellas... pues da la impresión de que a todo el mundo le resulta completamente normal.

Su destreza singular no escapa al ojo clínico de los médicos y terapeutas con experiencia. El número de adultos superdotados con la vida hecha añicos y que padecen un sufrimiento psicológico severo es elevado, por lo que conviene tomar medidas decisivas. En manos de profesionales sin experiencia o, peor aún, que rechazan este diagnóstico, estas personas emprenderán una serie de «peregrinaciones» diagnósticas y terapéuticas que no harán sino acentuar su malestar y su profundo sentimiento de soledad e incompreensión.

Gracias. No tienes ni idea de hasta qué punto se siente uno raro por sentirse normal. ¡Vaya paradoja! Yo, que durante toda mi infancia quise ser diferente, el día que tu libro² me dijo «tú eres diferente», empecé a sentirme normal. Resulta estúpido, pero tranquilizador. [...] ¡Menudo *shock*! Se me saltaban las lágrimas mientras lo leía. [...] Me contaste la historia de mi vida y de mi razonamiento. Qué alivio. Nunca he hecho ningún test de CI, pero siempre he notado algo. Siempre está esa voz que, cuando te encuentras frente a otras personas, te dice: espera, hay un problema, no reaccionan como debieran. Pero, evidentemente, cuando el loco dice que todo el mundo está loco, el loco es él. Entonces, ¿el que estoy loco soy yo?

Las claves esenciales

Sentirse como los otros y, sin embargo, diferente. Pero ¿diferente en qué? ¿Por qué?

La necesidad de conservar esa diferencia queriendo «ser normal» a cualquier precio, esto es, dentro de la norma. La sensación de que, si no se reacciona como los demás, entonces no se los puede culpar a ellos, sino a uno mismo. Y, según el pensamiento más extendido, si yo no soy «como los demás», si no reacciono «como los demás», si no comprendo las cosas «como los demás», entonces es que estoy loco.

La necesidad de ser comprendido tal como se es en realidad. Y no como se suele comprender y tratar al que difiere de la norma: enviándolo al psiquiatra. Los superdotados comparten con la población de enfermos psiquiátricos un aspecto central: su diferencia en cuanto a la adaptación al mundo. Tienen una forma de «estar en el mundo» que los distingue de sus semejantes. Entonces, en ocasiones, surge la confusión, y con ella el peligro de diagnosticar la superdotación como un trastorno psiquiátrico cuando no se trata en modo alguno de una «locura ordinaria», sino de una personalidad extraordinaria, en su sentido etimológico, esto es ‘fuera de lo ordinario’. He aquí una diferencia inmensa.

Y, sí, quiero decir a todos esos adultos superdotados, a los que lo saben, a los que lo han comprendido, a los que lo ignoran a la par que lo perciben que sois personas singulares con:

- una forma de pensamiento,
- un modo de razonamiento,
- una manera de percibir, comprender y analizar el mundo,
- una sensibilidad exagerada,
- una emotividad desbordante,
- una necesidad de saber y dominar irreprimible,
- una receptividad emocional intensa con respecto al entorno y a los otros,
- una necesidad incesante de cuestionarlo siempre todo,
- una lucidez aguzada que pocas veces os deja en paz,
- una íntima convicción de ser inútiles aunque los demás os consideren inteligentes.

... Y que hacen de vosotros unos «extranjeros» entre los demás, aun cuando vuestro deseo más íntimo sería que os aceptasen en ese mundo que tan bien conocéis sin conocer nada, que queréis domesticar y que siempre parece escaparse, por el que os dejaríais adoptar y que os rechaza en cuanto os expresáis...

Ser comprendidos, simplemente. Que comprendan vuestra singularidad. Porque en el fondo vosotros no pedís obligatoriamente comprensión: sabéis de sobra que los demás no siempre pueden seguir vuestros razonamientos, vuestras dudas o vuestra sensibilidad, pero vosotros pedís solamente un entendimiento honesto, basado en el respeto mutuo. Sea cual fuere la diferencia.

¡Qué curioso es nuestro mundo!

La diferencia se ha convertido en un *leitmotiv* de las sociedades y las políticas occidentales: incorporar la diferencia —todas las diferencias— es hoy una voluntad política y movilizadora. Hay ministerios dedicados a ello, y los ordenamientos deben estar integrados, en todas partes, para acoger a los que son diferentes, a aquellos para quienes la integración es un obstáculo difícil de superar: los minusválidos, los inmigrantes, los «sin techo», etc. Tanto mejor, sin duda. Y ello gracias a esta sociedad moderna que ha comprendido la necesidad crucial de hacer un hueco para cada uno. Pero a veces no puedo dejar de entristecerme por aquellos cuya diferencia es invisible a simple vista, cuya diferencia no parece en principio un *handicap*, cuya diferencia suscita más la envidia que la compasión... En suma, no puedo dejar de entristecerme cuando veo que todos esos superdotados que sufren en silencio y buscan —solitarios— soluciones a su diferencia no son tenidos en cuenta nunca (¿casi nunca?) por nuestra sociedad del siglo XXI. El desamparo de estos adultos y su problema de integración —de

vida, en ocasiones— deberían suscitar, si no compasión, al menos comprensión. Y, aun a riesgo de ser tachada de elitista, me atrevería a afirmar que sería deseable no esperar a llegar al sufrimiento, el extravío y la marginación para que nuestra sociedad comprendiese toda la riqueza de estos superdotados y todo el beneficio que podemos obtener de su sensibilidad y de su inteligencia atípica. ¡Menudo despilfarro! ¡Y pensar que algunos todavía creen que los superdotados son los que triunfan, aprueban los exámenes de nuestros colegios más prestigiosos y ocupan los puestos más codiciados de nuestra sociedad! ¿Cómo se puede seguir pensando semejantes cosas? Lo que es seguro es que quienes piensan que ser superdotado debe considerarse solo como una suerte lo ignoran todo acerca de esas personalidades frágiles y sensitivas que solo piden una cosa: llegar a ser amados y aceptados —también ellos— tal como son.

El exceso de inteligencia es un arma de doble filo: hace sufrir, pero a nadie se le ocurre compadecer a quien sufre por esa causa. Al contrario, en ocasiones suscita celos y agresividad, magnificando así el sufrimiento. Nadie dirá nunca de alguien: «Es simpático, pero es que el pobre es demasiado inteligente». Así pues, ¿cómo compadecerse de aquellos cuya inteligencia parece todopoderosa? ¿Se puede llegar a asimilar, como escribe Malraux en *La condición humana*, la frase «El hombre sufre porque piensa»?

El trabajador eficiente no es el superdotado

Este es el origen de la confusión: pensar que quien triunfa y es brillante ha de ser forzosamente superdotado. Es entonces cuando se mezclan dos características distintas. El trabajador eficiente es el que posee una gran inteligencia, pero una inteligencia adaptativa, esto es, una inteligencia semejante a la de todos y que solo se diferencia en *cantidad*, pero no en *calidad*. El trabajador eficiente tiene una inteligencia *cuantitativamente* superior, pero *cualitativamente* idéntica. Además, sabrá utilizar esa inteligencia adaptativa para hacer de ella una fuente de éxito.

Son estos los que, con facilidad, triunfan académica, profesional e incluso humanamente, en el sentido más clásico del término. Son los preferidos de los profesores. Son los que se quedan con los mejores puestos, desde la guardería hasta la vida profesional. Y tanto mejor, pues hacen falta líderes. Refuerzan el concepto de desafío sin tener que clamar contra la injusticia. Nadie considera injusto que un tenista gane un torneo por ser mejor que su adversario, o que un compositor sea capaz, gracias a su talento, de conmover a miles de espectadores extasiados. Entonces, ¿por qué iba a ser la inteligencia más sospechosa? A los que todo eso les molesta de todas formas, se les podría hacer escuchar un ligero bemol: parece que los niños modelo, los trabajadores eficientes, terminan siendo adultos ansiosos...

Pero los trabajadores eficientes se distinguen de los superdotados por su facilidad para utilizar su potencial, cuyas formas adaptadas convienen a la sociedad. A su lado, está la naturaleza más desenfrenada, desordenada, intensa y tumultuosa del superdotado,

que es más difícil de «formatear». Para él, el combate empieza por uno mismo. Hay que llegar a domesticar, amansar y canalizar el pensamiento y la comprensión tentacular del mundo en una corriente lineal y concentrada, limando las asperezas más sensibles y dolorosas de la sensibilidad. Ese es el primer desafío. Después, y solo después, podrá preguntarse qué hacer con el mundo. Cómo responder a las expectativas. Cómo alcanzar, también él, el éxito.

Una pregunta frecuente: ¿en qué se convierten los niños superdotados?

Es una pregunta recurrente. Indefectiblemente, todos la hacen. ¿En qué se convierten los niños superdotados? ¿Quiénes son en la edad adulta? ¿Qué es de ellos?

Tengo ganas de responder a bote pronto: se convierten en lo que son. Se convierten en adultos contruidos a imagen de su personalidad y de su existencia. Se convierten en personas diferentes. 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... como cada uno de nosotros.

Introduzco aquí la idea de que no hay un camino trazado e idéntico para todos, de que cada uno tiene sus diferencias. Unos llegamos a «colaborar con», otros a «luchar contra» y otros permanecemos atascados en una bruma que nos obliga a avanzar a tientas —sin dirección ni objetivo— y por tanto con un sentimiento persistente de insatisfacción.

Lo mismo puede decirse de los superdotados. Son como los demás, aunque siempre MÁS que los demás. «Más» en el sentido de que lo que es doloroso aunque aceptable para alguien se transformará en una bomba emocional para el superdotado. Todo se percibe de manera amplificada. Exagerada. Extrema.

El adulto: ¿un viejo niño precoz?

¿Este epígrafe te hace sonreír? Eso espero. En cualquier caso es el que me propuso un día una asociación de padres como tema de una conferencia. Veamos de entrada todos los sinsentidos que contiene esa proposición: ¿significa que se llega a la edad adulta habiendo perdido la «precocidad», la cual se ha convertido en algo «anticuado» y que ya no está de moda? Extraño, extraño... La idea de que ser superdotado se asimila a la precocidad de desarrollo intelectual y que, por consiguiente, solo afecta a los niños sigue estando muy arraigada.

La cuestión central que se plantean todos los padres

Esta anécdota acerca de un tema tan «barroco» como *el adulto, viejo niño precoz*, muy reveladora de la ambigüedad que gira en torno a esta cuestión, no debe hacernos olvidar cuán legítima es para los padres de un niño superdotado. Ser padre es asumir la misión de acompañar a nuestros hijos para que lleguen a ser adultos felices. Se trata de un atajo, pero el mayor riesgo está ahí.

En el caso de un niño superdotado, cuyo comportamiento intelectual y afectivo aguza sus contornos, la inquietud de los padres va en aumento. En comparación con otro niño que, refunfuñando, acepta una restricción, que obedece sin discutir hasta el infinito, que se enfada ante las observaciones de sus padres pero que permanece en su sitio... el niño superdotado estalla ante cualquier contratiempo, se obstina sin dejar de discutir una sola orden, llora ante la mínima alusión negativa, etc. ¿Como todos los niños, me diréis? Sí pero no, no del todo. En los superdotados todo es más exagerado, más absoluto, más imperativo. En cada etapa de su desarrollo, el niño superdotado muestra características que dificultan la tarea del padre, poniéndola siempre en tela de juicio. A lo largo de este recorrido, la travesía durante los años de escuela cristalizará el máximo de angustias.

El miedo de hacer las cosas mal, de no saber cómo hacerlas o, peor aún, de echarlo todo a perder se insinúa en todos los padres.

Una circunstancia favorable: haber sido diagnosticado de pequeño

Hay una gran diferencia respecto al desarrollo futuro del niño superdotado, en función de si ha sido diagnosticado, o no, de pequeño, y en función de la edad a la que se haya realizado el diagnóstico.

Podemos distinguir varios grandes grupos:

1. El grupo de los adultos identificados en la infancia, cuya hiperinteligencia e hiperemotividad han sido consideradas siempre como un rasgo de la personalidad.
2. El grupo de aquellos que, identificados en la infancia, no han sido considerados como niños especiales. O, lo que es peor, aquellos de los que se ha esperado grandes éxitos debido a esa confusión devastadora entre inteligencia y resultados brillantes.
3. Los que han sido identificados en la edad adulta por casualidad, por error, por curiosidad o por similitud.
4. Por último, está el grupo de los que nunca han sido identificados y que probablemente nunca lo serán. Estos se alejan de nuestro punto de vista y seguramente deforman la comprensión que tenemos de los superdotados: ¿quiénes son? ¿Cómo se sienten? ¿A qué se parece su vida?

Entre ellos se encuentran los que han franqueado lo mejor posible todos los obstáculos hasta alcanzar el éxito, al menos desde la perspectiva de los criterios habituales. Pero ¿qué hay en el fondo? ¿Qué sienten? ¿Están satisfechos con el éxito que representan? ¿Qué han hecho, cómo han organizado su sensibilidad, su afecto y su insondable necesidad de amor? Nadie lo sabe. Al menos ni científica ni clínicamente, pero, mira a tu alrededor; pese al sueño que algunos de ellos simbolizan ante nuestros ojos, ¿no percibes una pequeña llama vacilante detrás de esas sonrisas satisfechas? Para mí, lo que en ocasiones me atormenta es la imagen que tienen de sí mismos y de su vida en el momento de acostarse: en la intimidad de su habitación, de la oscuridad que se instala tanto dentro como fuera, ¿cómo se encuentran realmente?

Y, además, entre los que nunca han sido identificados, seguro que están también esos adultos errantes, de los que se dice: no entiendo qué ha sucedido. Que nunca han podido ni sabido construir una vida profesional, sentimental ni humana que corresponda a lo que indican sus aptitudes intelectuales y humanas. Los que «lo han perdido todo» o que viven al margen y sin ningún proyecto real. Ni verdaderamente dentro ni verdaderamente fuera. Creo que sienten en el vacío de sí mismos una parte asfixiada y nunca reconocida, una agitación sorda y nunca expresada, una sensación de potencia enterrada que resulta impensable... Un sufrimiento mudo y sin palabras, pues ¿cómo nombrar lo innombrable, aquello de lo que no se sabe nada, aquello para lo cual se ignora incluso la existencia de una palabra?

¿Se pueden hacer pronósticos?

Un diagnóstico precoz para crecer mejor

Es fácil comprender que, cuando el diagnóstico se hace pronto en la vida del niño y este crece en un entorno benigno y protector, el niño tendrá más probabilidades de desarrollarse adecuadamente y de estar satisfecho de la vida en la edad adulta. ¡Tal vez sea el mejor pronóstico! Su inteligencia y sensibilidad se habrán integrado armoniosamente en la construcción de su personalidad y su identidad. Esta comprensión de sí mismo habrá dado a cada etapa la posibilidad de conferir sentido a las experiencias de su vida. El superdotado está y ha estado siempre «en plena posesión» de sus facultades. Las bases narcisistas de su personalidad son sólidas. Puede avanzar por la vida con plena confianza, pues se siente «cómodo» consigo mismo.

Identificado... pero con un diagnóstico deformado o incompetente

Cuando se hace un diagnóstico y la única información que recibe el niño es: tu CI es muy alto, luego lo tienes todo a tu favor para triunfar. Está claro que esa «cosa rara», ese misterioso CI con poderes supuestamente mágicos, sigue siendo «un elemento ajeno a su desarrollo». Es como si le dijeran que tiene «algo» extra, un objeto precioso del que nunca le ha hablado nadie.

Otra versión: «Ahora sabemos que tienes grandes posibilidades, luego debes aprovecharlas».

He aquí el lecho de una culpa infinita: el niño se enfrenta a una verdadera tragedia interior. Aunque no lo manifieste. Una tragedia que llevará a cuentas toda su vida: si me dicen que debo triunfar, pero no triunfo, entonces es que soy un inútil, un inepto, una calamidad. Si no triunfo en la vida, decepcionaré a todo el mundo y ya nadie me querrá. Me abandonarán. Si se supone que soy mejor que los demás aunque me sienta tan poca cosa, tan vulnerable, tan tonto y tan inútil, entonces ¿quién soy? El sistema de pensamiento y de sensibilidad del niño superdotado tendrá en cuenta todas esas cuestiones. Una red de culpabilidad irá creciendo cada vez más si las dificultades para triunfar persisten; la imagen de sí mismo se derrumbará y los trastornos psicológicos —a veces graves— terminarán desencadenándose. Entonces, una espiral infernal envolverá al niño, extendiendo un velo sombrío sobre sus perspectivas futuras.

Cuidado, frágiles niños: sed prudentes a la hora de explicar el diagnóstico. Usad palabras precisas que den sentido a la vida de la criatura. Olvidad la idea, muy tentadora en ocasiones, de decirle a vuestro hijo que estáis contentos y seguros. Que ahora se sabe que podrá tener éxito. ¡Ser superdotado no es eso! Es una manera de estar en el mundo, de comprender, de pensar, de razonar y de sentir que se organiza de manera diferente y que, si bien presenta posibilidades reales y recursos considerables, también necesita el acompañamiento de la dulzura y de la firmeza benévola. Es una fuerza frágil que puede brillar y deslumbrar, pero que también puede romperse a la mínima sacudida. Prudencia y confianza.

Siempre lo he sabido, pero la gente me decía: puesto que eres inteligente, debes triunfar en la vida. Entonces hice todo lo posible para adaptarme a lo que se esperaba de mí. Con el miedo en el cuerpo: miedo de no conseguirlo, de decepcionar, ya que me decían que debía conseguirlo. Ellos, los adultos, sabían que yo era capaz. ¡Y yo me sentía tan inútil! ¡Tenía tanto miedo! ¡Ahora, sí, lo he conseguido! En fin, si se puede considerar que ser profesora de matemáticas es haber alcanzado el éxito. Pero al menos con las matemáticas no me perdía tanto en mis pensamientos, lo cual era lógico, bueno, no siempre, pero era racional y eso me tranquilizaba. Y no tenía que «contar» nada cuando me preguntaban a qué me dedicaba. ¡Las matemáticas no interesan a nadie, salvo a los profesores de matemáticas! Michelle, 48 años.

Un diagnóstico que se finge desconocer, o que se oculta al niño, tiene efectos patógenos

Algunos padres prefieren no decirle nada a su hijo acerca del diagnóstico hecho después de la evaluación. ¿Por qué? Porque temen que su hijo se duerma en los laureles y deje de hacer esfuerzos amparándose en su gran inteligencia. Esos padres no han entendido que el aspecto intelectual del diagnóstico y, para ellos, ese orgullo, esa suerte, no «pervierte» a su hijo. Es la manera que tienen ellos de vivirlo. Hay algunos padres que deciden hacer caso omiso del diagnóstico. Mi hijo es inteligente, está bien; entonces debe triunfar en la vida, y punto. ¿De qué serviría, piensan, desvelar un diagnóstico cuyas dimensiones no acaban de percibir? Yo no critico —cada uno vive las cosas como puede—, pero esa actitud me parece peligrosa para el desarrollo del niño.

Ocultar un diagnóstico es impedir que el niño se conozca tal como es realmente. Es hacerle crecer amputándole una parte de sí mismo. El niño, ante ciertas situaciones, vivirá las cosas con dificultad, sin comprender por qué, sin saber de dónde proceden las dificultades. Concretamente, en sus relaciones con los demás, el niño se sentirá diferente, le costará trabajo integrarse en el grupo o se sentirá rechazado. Entonces, sufrirá sin tener las claves que le explicarían la razón. Vivirá su sensibilidad, su percepción amplificada del mundo y su emotividad desbordante como defectos que conviene reprimir. No sabrá nunca que es un crío cuya personalidad se configura en torno a características intelectuales y afectivas que lo convierten en un niño de una gran riqueza y al mismo tiempo en un niño distinto. Veamos un ejemplo: imaginemos a un miope al que no se le dice nada de su defecto y cuya visión no se corrige. Para él será normal ver borroso e intentará adaptarse pese a todo a las circunstancias, convencido de que todos ven como él. En los momentos más difíciles, pensará que todo es culpa suya. Quizá se sienta inútil o incompetente, y se despreciará a sí mismo. ¿Cómo va a saber que es la miopía la que transforma su visión del mundo? ¡Y que con gafas vería perfectamente! Lo mismo puede aplicarse al pequeño superdotado: saber es verse mejor a sí mismo y ver mejor el mundo; es comprender que su diferencia tiene una explicación y un nombre de los que se puede hablar para hacerlos explícitos. Y eso lo cambia todo.

Lecciones de lógica elemental, a modo de resumen

- Saber *quién se es* constituye una condición previa ineludible para comprender lo que se llega a ser. Es la base de la construcción de uno mismo.
- Ser un adulto superdotado es vivir con una personalidad construida sobre formas atípicas de funcionamiento intelectual y afectivo. Conocerlas es tener la posibilidad de vivir con plena conciencia de uno mismo.
- El adulto superdotado fue antes un niño superdotado; el hecho de saberlo le confiere todas las posibilidades de crecer más cerca de sí mismo.
- El niño superdotado se convertirá en... un adulto superdotado.
- El niño superdotado, como niño atípico que es, se convertirá por tanto en un adulto singular.

— El niño superdotado puede llegar a ser un adulto con un talento considerable. O no. No hay una relación causa-efecto obligatoria, ni en un sentido ni en el otro. Cada uno sigue su camino. Lo que importa es que existe un camino.

CAPÍTULO

De la infancia a la edad adulta: la difícil construcción de uno mismo

La travesía de la infancia

Pierre, de 8 años, me explica: «Vengo a verte porque estoy solo. Para pronunciar esas palabras, Pierre se apoya en nuestra relación, y yo escucho: yo soy “Zapar”». Entonces contesto al niño: «Ah, ¿has venido a verme porque eres Zapar?». Será el comienzo de la historia de las aventuras de Zapar, que, como la historia del Principito, narra la destreza de este Zapar que recorre el mundo para hacer amigos, que se siente tan solo, triste y diferente. Que tiene miedo de los demás y, sin embargo, querría estar con ellos y parecerse a ellos. Que no comprende por qué lo rechazan teniendo tanta sed de justicia, de amor y de generosidad. Con el paso de las sesiones, la historia de Zapar se va desarrollando y llegamos a comprender que solo puede comunicarse mediante las emociones. Es el medio que utilizará para entrar en contacto con los otros y con el mundo. Pero el camino es largo y peligroso, y Zapar tendrá que resolver enigmas incomprensibles para que lo acepten, un poco, en este mundo, y así poder encontrar por fin amigos... que se le parezcan.

Releí hace poco esta historia, que ilustra con la inmensa clarividencia de la infancia todos los peligros que se ciernen sobre nuestro joven superdotado a lo largo del camino: comprender y hacerse comprender, comunicarse con los demás aunque uno no siga los mismos procesos mentales, confluir aunque los otros nos rechacen, sentir con intensidad las emociones de los demás y sentirse tan solo, con una experiencia dolorosa de desplazamiento permanente y de incomprensión recíproca como *leitmotiv*.

Retomemos el hilo de la historia del pequeño superdotado a lo largo de las grandes etapas de su desarrollo.

Los primeros años

- *Bebé escrutador*, el superdotado no mira el mundo, sino que lo perfora con la mirada. Sus preguntas parecen estar ya presentes. Comprensibles. Las mamás cuentan a veces lo desconcertadas que se sentían ante aquel pequeñín que les dirigía una mirada interrogativa. Algunas dicen incluso que llegaron a sentirse desestabilizadas, como si su niño se estuviese asegurando de que podían ocuparse de él correctamente.

A veces, casi me da vergüenza decirlo, su mirada me daba miedo. Tenía la impresión de que me estaba juzgando. En aquellos momentos, lo ponía rápidamente en los brazos de mi marido.

Aun siendo muy pequeño, sus gestos, sus posturas, sus mimos y sus balbuceos ocupan el espacio. Vivo, curioso, el bebé examina el mundo con su lenguaje no verbal y absorbe al máximo todo lo que sucede a su alrededor.

- *Las palabras llegarán pronto. O a lo mejor no.* Los padres cuentan a menudo que, cuando el niño empezó a hablar, hablaba casi con fluidez. Que no había pasado por el lenguaje de bebé. La adquisición del «yo» es rápida, la sintaxis correcta, y el vocabulario rico y elaborado.

- *Luego llegan precozmente las preguntas. Acerca de todo y sin interrupción.* Y encima con los límites de la vida y la muerte como tema central. Preguntas que angustian mucho a los adultos porque nunca saben exactamente qué responder: ¿por qué vivimos? ¿Y después de la vida? ¿Qué es la muerte? Y, antes de que el Hombre habitara la Tierra ¿qué había? Y ¿por qué existen las personas? Y así sucesivamente. La dificultad estriba en que nuestro filósofo en ciernes no se contentará nunca con evasivas. Quiere saber, quiere comprender. Quiere que le respondan. ¿Por qué? Porque piensa todo el tiempo en eso, y eso lo angustia. Como a todos nosotros, me dirás. Sí, sin duda, pero con la diferencia de que él tiene 2 o 3 años y de que resulta bastante complicado explicarle a un niño ciertas cosas para las que no tenemos una respuesta satisfactoria; aparte del hecho de que no queremos angustiarlo. Entonces aventuramos respuestas aproximadas, pero eso no le basta. Insiste. Vuelve a empezar. No para. Necesita sentirse tranquilo. ¿Qué hacer entonces? Ante nuestra desorientación, dejará progresivamente de acosarnos. Ha comprendido que no podemos responder, y eso le da miedo. Mucho miedo. Pero siente lástima porque se da cuenta de que nuestro miedo de su miedo es tan importante como el suyo. Seguirá planteándose esas preguntas. Ya está solo frente a sí mismo. Pero, como ha dejado de preguntar, el adulto se siente aliviado. El niño no sabe que en la intimidad de su ser las preguntas siguen asaltándolo. Es importante que nosotros lo sepamos para comprender que ese niño, aunque esté en silencio, necesita que lo consuelen constantemente.

- *La lectura precoz.* Hay que respetar el tempo habitual, la famosa frontera de preescolar. ¿Por qué lee el niño? Porque intenta comprender el mundo y se da cuenta de que el acceso al lenguaje le abrirá las puertas del infinito. Y precisamente el infinito es la clave. Entonces pide que le enseñen. Los padres están desconcertados: ¿están en su derecho? ¡Menuda hegemonía ejerce la escuela, que culpa a los padres que responden simplemente a la curiosidad de su hijo! En ocasiones oirán decir, en efecto, que el aprendizaje «no reglado» puede perjudicar el aprendizaje «académico»; que puede ser nocivo para la escolarización del niño... Comprendo la inquietud de los maestros ante una hipotética sobreestimulación parental y el miedo a que el niño se convierta en un «mono sabio», pero, no tiene sentido agitar esta especie de espantapájaros ante unos padres que solo están atentos a esas ganas de aprender tan espontáneas que muestra su hijo. ¡Qué

despropósito tan peligroso! Padres, estad tranquilos. Si vuestro hijo tiene ganas de aprender a leer, ayudadlo. Solo necesita un guía, no un maestro. Se adentrará en la lectura con verdaderas ganas de descubrir el mundo. ¡Qué buen presagio!

Luego, muy pronto, el niño lo lee todo. Glotona y ávidamente. Su júbilo es intenso. Lee las cajas de cereales, los nombres de los bares, los letreros de las tiendas... Está exultante. «Es tope», como dirían ellos.

Las primeras bases de la imagen de uno mismo

En su progreso narcisista, el niño percibe que dispone de ciertas aptitudes. Construye una primera imagen esperanzada de sí mismo. En este estadio, y a pesar de algunas incomprendiones iniciales, el pequeño suscita sobre todo admiración, así como el orgullo de sus padres. Se le dice con anticipación, para darle ánimos, «venga, campeón». Así pues, de momento, todo va bien, o casi.

La época del colegio

Los primeros malentendidos: no comprender las suposiciones

Cuando estaba en párvulos, la maestra escribía el día y la fecha en la pizarra. Luego preguntaba a los niños de la clase. Nadie respondía. Entonces yo, que ya sabía leer y escribir, pensé de repente que la norma del colegio era: cuando la maestra hace una pregunta, no hay que contestar. Al terminar primero me di cuenta de que, si los alumnos no respondían, era simplemente porque no sabían leer. No había descifrado correctamente su mutismo, por lo que había deducido reglas completamente falsas. Entonces, durante mucho tiempo, dejé de responder a la maestra cuando me preguntaba, y tardé mucho tiempo en comprender por qué aquello la molestaba. Es realmente increíble. Se trata de Arthur, de 22 años, que recuerda con nostalgia y un poco de rabia aquel episodio insólito de sus primeros días de cole. Una experiencia que, años después, sigue conmoviéndolo. Aún le causa estupor aquella incompreensión que ha condicionado su vida, dice él, y que determina sus dificultades actuales. Continúa sintiéndose desplazado y siempre se pregunta si ha comprendido bien...

Podría contar mil y una anécdotas, y todas reflejarían una misma constante: el niño superdotado no descodifica correctamente las suposiciones de la escuela. O, más exactamente, las comprende o las interpreta de manera diferente. Este malentendido fundamental con el colegio y la educación es la base de su relación con el saber, el aprendizaje y su implicación escolar, y será el caldo de cultivo de unas dificultades — previsibles — pero que, sin embargo, seguirán siendo durante mucho tiempo — ¿siempre? — incomprensibles para él y para los adultos. Cómo suponer que la dificultad proviene simplemente de pensar que todos han comprendido las cosas de la misma manera; que el

alumno ha comprendido la pregunta correctamente y ha descodificado, como los demás, lo que se esperaba de él. Si no responde o responde de soslayo, no se trata de una provocación ni de insolencia ni de oposición, sino de una simple... incompreensión.

Más tarde, durante el desarrollo escolar, encontramos una y otra vez estos equívocos cargados de consecuencias. Ante un enunciado, una instrucción o un problema, el alumno no comprende lo que se le pregunta. Su característica forma de pensar, distinta del alumno ordinario que ha asimilado desde hace mucho tiempo el funcionamiento de la escuela, lo conduce hacia una descodificación paralela que es diferente o incluso está más allá de la cuestión que se plantea. Entonces claro que responde de soslayo, se sale por peteneras o devuelve la hoja en blanco, pues está convencido de que es un inútil.

Un profesor de francés relata: «Con estos alumnos, cuando se les presenta un texto y se les pide, por ejemplo, cómo se llega a la conclusión de que se trata de un diálogo, hay que decirles que se fijen principalmente en todas las evidencias. Pues, lo que se espera y lo que se percibirá es: sabemos que se trata de un diálogo porque dos personas hablan entre ellas, porque hay comillas, porque las frases comienzan con un guión, etc. ¡Eso es todo!». Es inútil pretender que analicen y diseccionen el texto para que extraigan su esencia... Este es un tipo de ejercicio que el superdotado no deducirá jamás si no se le indica con claridad. Ni tampoco imaginará por un momento que sólo es esto lo que se le pide.

Y entonces —prosigue el profesor—, uno se encuentra con que en el momento de devolverle el texto corregido, este alumno te dice: ¡Ah, esto es lo que había que hacer! ¡Es demasiado simple!

LA ESPIRAL: DE LA INCOMPRENSIÓN A LA ACUSACIÓN

Es fácil comprender hasta qué punto este modo de funcionamiento hace «estallar» al superdotado y lo sitúa en el centro de una espiral de incompreensión recíproca. El profesor lo califica de insolente, provocador e incluso de rebelde y desobediente. El alumno no comprende las causas de sus dificultades, no ve que su manera de actuar es excepcional y no se sujeta a las normas escolares, por lo que vive esos reproches como ataques injustificados que manchan la imagen de sí mismo y la confianza con que puede tratar a los adultos. ¿Quién puede ayudarlo?

LA NECESIDAD DE PRECISIÓN

Para responder, para ejecutar una orden, el pequeño superdotado necesita comprender las cosas *exactamente*. A veces hace algo distinto de lo que se le pide porque no lo ha entendido bien. Su búsqueda de precisión es una estrategia de adaptación que con frecuencia se interpreta como una provocación o una insolencia.

En la consulta, le pregunto a Pierre, de 9 años —como les pregunto a todos los niños—, en qué destaca en el colegio. Yo misma me quedo desconcertada un momento por su respuesta: «¿Destacar en el colegio? ¿En clase o en el recreo?».

Esta necesidad de precisión se observa también en la interpretación literal de las palabras, fuente de numerosos equívocos. «A ver, Théo, ¿a qué dedicas tus vacaciones?» «A cuidarlas», me responde este niño de 7 años a quien hice una pregunta banal esperando una respuesta... banal.

Las primeras decepciones

¿ESTO ES EL COLEGIO?

En efecto, no es raro que el pequeño superdotado, curioso e impaciente por ir al colegio, vuelva a casa decepcionado al terminar el primer día. Pensaba que iba a aprender deprisa montones de cosas nuevas, y se encuentra, desencantado, pegando adhesivos o coloreando dibujos. A menudo dirá: el cole es para bebés. Al cabo de los meses y, después, de los años, lo espera otra decepción: al profesor no le interesa que uno «sepa». Los «tú ya sé que sabes» llegarán para humillar a nuestro joven y entusiasta alumno. Por tanto, concluirá él, en el colegio no es recomendable saber. Sin contar — ¡qué triste es el destino de la inteligencia!—, que saber está mal visto por los demás niños, que pronto considerarán a la pequeña «cebra» como el chivo expiatorio ideal. El peor insulto: ¡listillo! Entonces uno aprende a callarse para que no lo maltraten demasiado.

EL MIEDO A SER INÚTIL O EL SENTIMIENTO DE HABERSE CONVERTIDO EN UN INÚTIL: LAS TRAMPAS DE LA INADAPTACIÓN

Pero al superdotado le esperan otros obstáculos. Vivir es más difícil de lo que el niño esperaba. Acostumbrado a comprender deprisa, a memorizar sin esfuerzo y a aprender sin la menor fatiga, no consigue, sin embargo, hacer lo que se le pide. O, más bien, su forma de actuar no es la correcta, por lo que los comentarios negativos y las malas notas empiezan a aparecer. Desconcertado, ya no sabe qué hacer y no entiende por qué las cosas no funcionan bien. Además, las personas de su entorno se extrañan y lo animan con palabras del tipo «puedes rendir más, no te esfuerzas, tienes que trabajar más en serio», etcétera. De acuerdo, pero ¿cómo? Y cómo hacerles comprender que uno no puede dar más de sí, si no sabe explicar la naturaleza de sus propias dificultades, que están vinculadas, sin duda, al desfase producido a causa de una inteligencia diferente. Pero ¿eso quién lo sabe? También están vinculadas a la dificultad de tener acceso a sus estrategias mentales. No poder justificar una respuesta, aunque sea correcta, no saber

argumentar y desarrollar un razonamiento ni estructurar las ideas, aunque se tengan argumentos, son otras tantas trampas de ese funcionamiento intelectual atípico que tan mal se ajusta a las exigencias del colegio.

Entonces, cuando surge el fracaso, el desaliento va recubriendo poco a poco la buena voluntad inicial y va surgiendo la convicción de ser nulo e incapaz. La espiral del fracaso se ha puesto en marcha con sus múltiples consecuencias para el equilibrio psicológico, el comportamiento y la imagen de sí mismo. Es una espiral bastante difícil de invertir cuando las dificultades se acumulan y los años pasan.

NIÑO SUPERDOTADO Y PROBLEMAS DE APRENDIZAJE: FALSOS ENEMIGOS

Contrariamente a lo que se cree, los problemas de aprendizaje no excluyen a los niños superdotados. Al contrario, los conocimientos actuales hacen hincapié en su inesperada frecuencia: casi una cuarta parte de esos niños son dispráxicos (dificultades de escritura y de organización) o disléxicos, y más de un 10 % tienen problemas de atención. El obstáculo reside en que estos problemas pueden pasar inadvertidos durante mucho tiempo porque el niño compensa sus dificultades con su inteligencia, hasta que llega un momento en que ya no es posible. El niño se encuentra entonces frente a un fracaso que ni él ni nadie había previsto, y así llega el derrumbamiento narcisista directamente vinculado a ese revés. Veamos cuáles son y dónde radican las dificultades escolares del superdotado, porque tal vez tengan una causa específica.

Los primeros momentos de aburrimiento

El aburrimiento nace del desfase entre su ritmo y el de los demás: cuando uno comprende a la primera, cuando memoriza los textos con leerlos una sola vez, cuando comprende las cosas tras la primera explicación... ¿Qué hacer con todo ese tiempo durante el cual el docente repite las cosas de diversas formas para asegurarse de que todos las asimilen? Las horas de clase pueden hacerse larguísimas. Y, para colmo de paradojas, puesto que en el colegio el niño superdotado no puede utilizar plenamente su inteligencia, puesto que la naturaleza misma de la enseñanza no le permite desplegar sus habilidades, y puesto que lo fácil lo desmotiva, las horas de clase se convierten en «tiempo libre» para pensar. Y pensar, caminar por su pensamiento, puede ser para el niño una fuente de inquietud. Entonces, con frecuencia, con demasiada frecuencia, al niño superdotado deja de gustarle el colegio. Las horas de clase le parecen interminables. El aburrimiento va a emponzoñar su trayectoria escolar. El tedio puede ser la causa de una serie de problemas que complicarán aún más la integración y el equilibrio psicológico.

El difícil encuentro con los demás

Puedo ser esa parte de mí que corresponde al resto de mi clase, y me llevo bien con ellos. Pero no hay nadie con quien pueda compartir el resto de mi vida, nadie que comprenda aquello que más me importa. Chloé, de 5 años, es todavía una mininiña, perdida ya en el patio del recreo...

Hacer amigos, hacerse querer... son metas para toda la vida. Para el niño superdotado, a quien le cuesta encontrar en los demás referencias identificadoras, que se siente a la vez igual y tan diferente, que a menudo no comprende las reacciones o la actitud de los demás, que se siente siempre desfasado aunque parezca haberse integrado... el encuentro con los demás supone un trastorno. En el peor de los casos, ese encuentro se convierte en una fuente infinita de dolor, pues el rechazo, la exclusión o las burlas estigmatizan a ese niño aturdido por tanta agresividad, a ese niño que no sabe por qué es objeto de continuos ataques; los demás no comprenden bien a ese compañero diferente que los estorba... Como si del «patito feo» se tratase, el niño superdotado sufre ese aislamiento forzoso y puede experimentar un auténtico sentimiento de extrañeza frente al entorno.

La necesidad de dirigir es otra trampa en su relación con los demás. El niño superdotado siente una necesidad imperiosa de mandar, pues, en el fondo, está convencido de que sabe lo que hay que hacer y cómo hacerlo; pero no porque se crea más fuerte, más inteligente o más capacitado, sino porque siente que eso será bueno para los demás. Como pequeño jefe, apenas lo apreciarán, sobre todo porque puede ponerse nervioso o violento, especialmente en el caso de los niños, pues las niñas buscarán el consenso y la negociación. Más sutiles en su forma de comportarse, estas intentarán ganarse la adhesión de los otros en lugar de imponerse arbitrariamente.

La emoción desbordante

Veamos otra característica de la personalidad que se acomoda mal a la vida con los demás. Cuando se siente con tanta intensidad, incluyendo las emociones de los otros, se adquiere una permeabilidad al entorno que produce reacciones y comportamientos que a los otros pueden parecerles desmesurados, inadaptados y extraños. Desde las lágrimas repentinas hasta una cólera violenta, desde un miedo incomprensible que resultará ridículo ante los ojos de los demás hasta un entusiasmo desbordante... todas estas turbulencias emocionales separan al niño superdotado de su entorno. Él mismo puede terminar sintiendo vergüenza de sus reacciones incontrolables.

El sentido exacerbado de la justicia lo llevará también a tomar posiciones, a intervenir de manera intempestiva y a envolverse en febriles combates de palabras o de gestos. En su relación con los profesores, a veces eso le perjudicará. El docente en

seguida considerará la intervención de ese alumno como insolente y provocadora. Craso error...

La importancia de la confianza basada en la experiencia del colegio

El difícil encuentro del niño superdotado con el colegio hará aumentar progresivamente su confianza. En el sentido etimológico, confianza proviene de fe, *fides* en latín. Lo que significa tener fe en uno mismo y en quienes nos rodean; sentir que podemos apoyarnos en los demás porque nos comprenden. Sin embargo, para el pequeño superdotado, con frecuencia sucede lo contrario. No solo ya no cree en sí mismo, sino que su experiencia escolar le hace dudar seriamente de la posibilidad de contar con los demás para que lo comprendan y lo ayuden.

En casa también se complican las cosas

Educar, enseñar y acompañar a un niño superdotado todos los días es muy enriquecedor, pero requiere un esfuerzo constante. De la mañana a la tarde y de la tarde a la mañana, ese niño pide, interviene, discute, argumenta y no se contenta nunca con explicaciones sencillas, pues quiere saber por qué una y otra vez, y entonces vuelve a poner en tela de juicio todas las instrucciones. ¿Por qué tengo que hacer eso? ¿De qué sirve? ¿Por qué me lo preguntas? ¿Por qué es obligatorio? Etc. Detector de límites, de todos los límites, ese niño lleva hasta el extremo a unos padres extenuados y a menudo infelices porque se sienten desbordados. Pero para el niño que capta y experimenta las dificultades de sus padres, surge entonces una causa suplementaria de inquietud: «Si mis padres se derrumban, ¿yo qué haré?».

Y, además, sentir las debilidades y los límites de sus padres complica el proceso de identificación. Asemejarse a su padre y a su madre, y apoyarse en esos modelos para crecer mientras que ellos parecen tan frágiles... El pequeño superdotado —confuso— suele formarse solo, construyendo sus propias referencias. No es fácil.

Habrán crisis y lágrimas. Las lágrimas se asoman a los ojos o desembocan en una crisis inconsolable, una cólera repentina y de una violencia desmesurada, un enfurruñamiento inaccesible al razonamiento, una reacción intensa a una situación banal... son las expresiones de la hiperreceptividad emocional, y resultan difíciles de experimentar y de manejar. Para todos.

Una relación difícil con los adultos

El pequeño superdotado tampoco comprende la relación con los adultos. Él cree que puede dirigirse a todo el mundo, ya sean adultos o niños, sin distinción. A él, sin duda, lo escucharán. En un primer momento no comprenderá que le están riñendo, que le dicen que no pregunte ese tipo de cosas a los «mayores», que eso no se hace. Entonces, poco a poco, irá asimilando que no se debe actuar así; que hacer preguntas está mal porque molesta. Poco a poco, se callará. Se replegará aunque no siempre comprenda por qué molestan sus preguntas...

El espejo distorsionado de la infancia y sus peligros

Con demasiada frecuencia, el superdotado abandona la infancia con una imagen deformada y dudosa de sí mismo. Se sentía muy poderoso, pero ahora se siente perdido. Creía en sí mismo y en sus aptitudes, pero ahora se siente frágil y vulnerable. Tenía ganas de crecer, pero ahora tiene miedo de la complejidad del mundo. Ya no está seguro de saber, de poder afrontarlo.

Esos son los riesgos: no es una tragedia anunciada. Los superdotados felices —dentro de su pellejo y de su vida— existen junto con los demás. Seguramente en gran número, aunque se los conozca menos porque no consultan nada. O poco. Por si acaso. Gracias, también, a la mejor comprensión del funcionamiento atípico de los superdotados y a la importancia de un acompañamiento lúcido.

La gran etapa: la adolescencia

La adolescencia da miedo. En seguida vienen a nuestra mente representaciones en torno a ese momento de la vida que parece tan difícil, turbulento y peligroso.

Peligro y deriva de una sociedad que ve la adolescencia como un grupo con normas establecidas y con un funcionamiento homogéneo. Hoy en día se *es* un adolescente, se debe ser *un* adolescente con todo lo que ello implica en cuanto a comportamiento, forma de vestir, oposición y reivindicaciones. El *marketing* también tiene mucho que ver con todo esto...

Etimológicamente, el término *adolescente* procede del verbo latín *adolescere*, que significa ‘crecer’.

Y la adolescencia es, por tanto, un proceso, un movimiento, así como una transformación que afecta a la totalidad del ser en los aspectos corporal, psíquico, intelectual, afectivo, social, etcétera; es una transición, una etapa dinámica, pero no un estado identitario completo. No hay que confundirse al respecto en absoluto.

La gran paradoja de la adolescencia es esta: transformarse y seguir siendo uno mismo. El reto identitario es su piedra angular; la identidad es el objetivo del proceso adolescente.

Ahora bien, la tempestad puede dominar la adolescencia pues esta constituye un momento importante de la vida; algunas crisis adolescentes llegan a ser violentas y algunos sufrimientos se agudizan durante esta etapa de la existencia.

Pero seamos prudentes y conservemos el sentido común. En las dos direcciones:

- «Sabes, el niño tiene 6 años y yo siento como si tuviera ya en casa a un pequeño adolescente.» En este caso se espera un seísmo casi programado. La perspectiva de la adolescencia asusta y el padre tiene miedo por adelantado.

- «Mira, es normal, se trata de un adolescente.» Cuando esta frase de aspecto inofensivo puntualiza la descripción de ciertos trastornos, hay que desconfiar de esa trivialidad tranquilizadora. Achacar a la adolescencia anomalías o sufrimientos singulares puede resultar muy perjudicial para el apoyo que el adolescente necesita.

En estas dos actitudes vemos con claridad todas las inquietudes y las ideas preconcebidas asociadas a la noción de adolescencia. Acompañar a un adolescente implica ayudarlo a crecer, a realizarse, a tener menos miedo, siendo conscientes de las perturbaciones que puede experimentar nuestro hijo, pero sin exagerarlas ni quitarles importancia, poniéndolas en su lugar pero permaneciendo en el nuestro, esto es, en el de padres responsables y capaces de resistir. Eso es realmente lo que necesitan nuestros hijos.

La adolescencia del superdotado: de la ilusión a la traición

Durante la adolescencia, la necesidad de ser como los demás es muy intensa. La identificación con el grupo es predominante, sobre todo el hecho de ser igual para sentirse vivo y aceptado. Entonces el adolescente superdotado rechaza su diferencia, y en especial la de ser superdotado. ¿Ser superdotado? Es ridículo y carece por completo de interés. «¡No significa nada!», puntualiza a menudo.

He aquí la primera dificultad real y ambivalente del adolescente superdotado: ser distinto en cuanto a su forma de vivir las cosas y de construirse a sí mismo y rechazar tajantemente una diferencia que desequilibra y altera el sentimiento de identidad.

La certeza imposible

La forma de pensar de los superdotados —siempre en marcha y repleta de asociaciones—, que los hace adentrarse cada vez más en los problemas y en las nuevas hipótesis, impide cualquier posibilidad de obtener respuestas precisas y unívocas. Cada nueva repuesta implica una nueva pregunta. Entonces, la duda se convierte en algo permanente sobre cualquier tema, desde el más íntimo hasta el más ajeno. Esta forma de actuar acarrea numerosos problemas a la hora de tomar decisiones. ¿Cómo elegir entre dos o más cosas cuando existen tantas posibilidades, cuando uno no puede evaluar con serenidad dónde está la certeza? Y ¿por qué elegir esto en lugar de aquello si todo puede ponerse siempre en tela de juicio? Elegir es renunciar...

Es fácil comprender que la inteligencia resulte ansiógena si no se puede parar de pensar nunca.

Mélanie tiene 16 años. Una mañana llega a mi consulta, cansada, y suplica: «¿Es que no hay ningún medicamento para que deje de pensar?», preguntan con frecuencia estos adolescentes a la deriva.

«Los hombres simplifican el mundo por medio del lenguaje y el pensamiento para tener certezas; y tener certezas es el placer más poderoso del mundo, mucho más poderoso que el dinero, el sexo y el poder juntos. La renuncia a una verdadera inteligencia es el precio que hay que pagar para tener certezas, y constituye siempre un cargo invisible en el banco de nuestra conciencia.»¹

La hora de las decisiones imposibles

La época de la adolescencia es el momento de elegir. Elección de orientación, elección de futuro. Y, ante la duda metódica del adolescente, la frase de los adultos llega, absurdamente, como una orden paradójica: ahora tienes que elegir porque no tienes elección... Una orden verdaderamente paradójica que petrifica al adolescente: para él elegir ya es una misión imposible y, sin embargo, insisten en que ya no le queda más elección que... ¡no elegir! ¿Cómo salir de ese callejón sin salida?

La conciencia colectiva

Los adolescentes superdotados suelen tener una conciencia colectiva muy sólida. No pueden separarse nunca del contexto en el que viven. Su forma de considerar el entorno en gran angular les impide enfocarse a sí mismos y les hace integrar en sus inquietudes y sus fuentes de satisfacción elementos pertenecientes a un entorno muy amplio. Si ya de pequeños no soportaban la injusticia, en la adolescencia no toleran las arbitrariedades del mundo ni las incoherencias.

Julien, de 20 años, me decía hace poco: «De todas formas, ¿cómo iba a ser feliz en un mundo lleno de odio, conflictos y desgracias? ¡A mí me resulta imposible!». Y pese a lo enamorado que está de su novia, no puede permitirse ser feliz.

Para los adolescentes superdotados pronto resulta imposible la aceptación de una felicidad egoísta. Ante su impotencia para cambiar el mundo, se tropiezan con el vacío de su propia vida. Si se trata de vivir en un mundo tan injusto, con tan pocas posibilidades de verlo evolucionar realmente, ¿para qué vivir? Y ¿tengo yo derecho a ser feliz? Durante la infancia, las ilusiones de omnipotencia y la esperanza de combatir las desigualdades humanas suelen estar muy presentes. Los métodos para cambiar el mundo ocupan buena parte del pensamiento efervescente del niño. Este elabora planes, programas e ideas nuevas que cree que podrá llevar a cabo algún día. «Cuando sea mayor, se imagina Hugo, de 8 años, inventaré un remedio contra el sida.» Y, puesto que ha leído u oído que la salvia tiene ciertas propiedades curativas, prepara en su cabeza una composición de plantas «milagrosas»; está convencido de su capacidad para salvar a los enfermos de sida, como todo niño aún sometido al fantasma de la omnipotencia, salvo por el hecho de que sus preocupaciones suelen desbordarlo. Estas son muy diferentes de las de los niños de la misma edad, los cuales casi todos ignoran los estragos que causa esta enfermedad o, si los conocen, les importan más bien poco.

Al día siguiente por la mañana, le dije a mamá que no podía seguir yendo al colegio. Entonces me preguntó qué sucedía. Yo le respondí:

—Lo de siempre.

—¿Estás enfermo?

—Estoy triste.

—¿Por qué?

—Por todo.

—¿Qué es todo?

—La carne y los lácteos de la nevera, las peleas callejeras, los accidentes de tráfico, Larry...

—¿Quién es Larry?

—El sin techo que hay delante del Museo de Historia Natural y que dice siempre «Os aseguro que es para comer» cuando pide dinero. Que no sepas que es Larry aunque probablemente lo veas todos los días, [...] el horrible hombrecillo sin cuello en la caja de la sala IMAX, pensar que un día el sol va a estallar, que en cada cumpleaños siempre me regalan por lo menos algo que ya tengo, los pobres que se vuelven obesos porque comen porquerías porque son más baratas [...], las pesadillas, el Windows de Microsoft, los viejos que no tienen nada que hacer durante el día porque nadie quiere pasar el tiempo con ellos y a ellos les da vergüenza pedirle a la gente que les dedique tiempo, los secretos [...], las canciones bonitas, la idea de que ya no habrá seres humanos dentro de cincuenta años.

—¿Quién ha dicho que no habrá seres humanos dentro de cincuenta años?

[...]

—¿Eres optimista o pesimista? [...]

—Ni optimista ni pesimista, pero soy optimista.

—Entonces te llevarás una desagradable sorpresa cuando te enteres de que los hombres se destruirán entre sí en cuanto sea posible, o sea, muy pronto.

—¿Por qué te ponen triste las canciones bonitas?

—Porque no dicen la verdad.

—¿Nunca? —Nada es al mismo tiempo hermoso y cierto.²

La lucidez exagerada respecto al mundo y a los demás dificulta la serenidad interior

El más pequeño detalle, en particular afectivo, adquiere proporciones desmesuradas, así como una amplitud considerable y a menudo ingobernable desde el punto de vista emocional. La susceptibilidad afectiva y la vulnerabilidad a las críticas debilitan a los superdotados considerablemente más que a los demás adolescentes, puesto que no son capaces de guardar las distancias. Esta enorme lucidez se ve amplificada aún más por su capacidad de análisis intelectual. No estamos en este caso únicamente en el terreno de los sentimientos, sino también en el del análisis profundo de cada situación vivida; un análisis tan minucioso que no omitirá dato alguno.

UNA LUCIDEZ DESPIADADA CONTRA SÍ MISMO

Ser lúcido con respecto a los demás es ante todo ser lúcido con respecto a uno mismo. Los superdotados se autoanalizan sin concesión alguna y perciben cada uno de sus fallos, de sus límites, y hasta su más pequeño defecto. Por consiguiente, la conquista narcisista también les resulta más ardua. A menudo dirigen hacia sí mismos una mirada implacable y les cuesta quererse.

LA LUCIDEZ COMO FRENO A LA IDENTIFICACIÓN

La lucidez extrema obstaculiza la proyección en el adulto que podrían llegar a ser: los superdotados analizan con agudeza todos los riesgos futuros, lo cual puede producirles un miedo capaz de bloquear su desarrollo. Durante la adolescencia, la inteligencia es especialmente ansiógena.

La tercera dimensión

Uno se sorprende al comprobar que desde la preadolescencia los superdotados viven cada situación en tres dimensiones. Viven la situación y al mismo tiempo la ponen en perspectiva, como desde un ángulo inferior, y se sitúan en una posición de observador de la escena. Se ven actuar, comportarse y pensar. Se sienten a la vez actor y espectador. Prevén lo que va a ocurrir, lo que el otro va a responder, así como las emociones del otro (ya conocemos su capacidad de empatía) respecto a lo que ellos mismos van a decir. Los

adolescentes relatan lo difícil que resulta a veces no experimentar las cosas de un modo más sencillo, sin esa constante necesidad de analizarlo todo y percibir hasta el mínimo detalle.

La llegada de la pubertad y la defensa contra la carga emocional

Habitualmente, la adolescencia es el último estadio del desarrollo cognitivo. La abstracción, la conceptualización y el pensamiento hipotético-deductivo hacen su aparición. Pero el adolescente superdotado había llegado mucho antes a esta fase de maduración del pensamiento, por lo que los procesos de la pubertad afectan a una forma de pensar ya concluida. La abstracción se utilizará entonces con intensidad. La pubertad y las transformaciones corporales que esta activa hacen emerger sensibilidades y emociones nuevas que pueden reforzar los mecanismos de «defensa por medio de la cognición». El adolescente intentará manipular cognitivamente todas sus emociones para poner distancia, con el peligro de «desvitalización» que ello supone: ya no puede sentir nada a través del cuerpo, o incluso puede surgir un vacío sideral interior para no sentir nada más. La separación intelecto/cuerpo puede llegar a ser enorme y cortar todo contacto con la esfera emocional. Entonces los adolescentes inhibirán completamente sus emociones, o bien las pondrán en marcha tomando desviaciones más o menos peligrosas, cuyas principales manifestaciones serán las adicciones o los trastornos del comportamiento.

El miedo a enamorarse

Enamorarse significa dejar brotar los sentimientos y las emociones. Sin embargo, a eso es precisamente a lo que este adolescente se opone. La resistencia al sentimiento amoroso suele ser muy intensa. Para el adolescente, el peligro estriba en abrir los diques y verse arrastrado por una ola de emociones que no podrá controlar ni dominar. El adolescente tiene miedo a ese desbordamiento emocional, a la revelación de su vulnerabilidad y su sensibilidad, y al sufrimiento. Con frecuencia se sirve del humor para comunicarse y como mecanismo protector; además, para él, se trata también de un arma privilegiada de seducción.

La inadaptación de la pubertad

Puede suceder, cuando el adolescente está adelantado en los estudios, que se produzca un desfase pubescente del que se sienta avergonzado.

Julia, de 10 años, está en 5.o: «No quiero dormir en casa de mis amigas —explica— porque en el momento de ducharme me siento incómoda. Todas las niñas de mi clase tienen pechos, menos yo. Parezco un bebé. Tengo la impresión de no ser normal».

La identificación con sus iguales

La identificación con los demás resulta complicada para el adolescente superdotado. El sentimiento de diferencia que percibe será aún más intenso durante la adolescencia, cuando estar en grupo, pertenecer a un grupo, es la norma. En sus intentos de integración, el adolescente superdotado percibe siempre una distancia entre él y los otros, incluso en el caso de sus compañeros. Es como si nunca pudiera estar plenamente con ellos. Una distancia, aunque sea ínfima, lo separa de los demás. Y, encima, al adolescente superdotado por lo general le cuesta mostrar interés por los jóvenes que acaparan la atención de los otros adolescentes, por lo que a menudo tiene que hacer un considerable esfuerzo de adaptación. Sin embargo, al igual que los demás, necesita al grupo para desarrollarse como persona. Esta posibilidad de encontrar en el grupo un apoyo identificador se le escapa y lo remite a una forma de soledad dolorosa. Algunos pueden entonces replegarse por completo dentro de sí mismos, con el riesgo de cortar bruscamente con el exterior. El superdotado, cuando se distancia demasiado tarde, suele relatar el sentimiento de extrañeza que ha experimentado tan a menudo en sus relaciones con los demás y el miedo que ha tenido de ser considerado un bobo por no llegar a integrarse. El sentimiento de diferencia ha creado entonces un profundo malestar del que le resulta muy difícil salir, lo que justifica una vez más la necesidad ineludible de un diagnóstico precoz para evitar lo peor y favorecer el mejor desarrollo posible.

Cuando el fracaso escolar está a la espera...

El adolescente superdotado puede también abrigar una duda dolorosa acerca de su capacidad intelectual a causa de la falta de reconocimiento de su singular modo de pensar. Una duda que debilita también sus bases narcisistas. Cuando nadie ha reconocido nunca lo que eres en realidad, resulta muy difícil integrar la forma de pensar propia en la construcción de la identidad.

La pérdida de las ilusiones de la infancia

La gran decepción del adolescente superdotado es tomar plena conciencia de los límites de la realidad. Mientras que de pequeño pensaba que en el futuro podría realizar grandes cosas, que podría cambiar el mundo e inventar una vida nueva, de repente se da

cuenta de los límites de sus propias capacidades y de las del mundo: ¡todo era una ilusión! La adolescencia enfrenta al superdotado a una dolorosa pérdida: la de una parte de sí mismo y de sus proyecciones infantiles.

El papel de los padres es fundamental, pues la vulnerabilidad del adolescente superdotado es enorme y necesita ayuda, aunque su comportamiento parezca indicar lo contrario.

Una cólera desmesurada

Para el adolescente superdotado, la cólera es quizá la emoción dominante durante este período. Cólera contra la Tierra entera, cólera por ser diferente, cólera por no triunfar como quisiera, cólera por sentirse incomprendido, cólera contra el sistema, contra las normas y contra la vida que lo obliga a existir...

Las formas patológicas específicas del adolescente superdotado

Cuando al adolescente superdotado le va mal, las patologías que padece son las mismas que las de cualquier adolescente, pero con ciertas singularidades que es necesario conocer para tomar las medidas pertinentes.

La baja autoestima y la depresión

Los problemas de autoestima del adolescente superdotado son casi sistemáticos. Las fluctuaciones en torno a la imagen que tiene de sí mismo y con la que ha crecido trastocan cualquier posibilidad de una estabilidad tranquilizadora. Convencido unas veces de que podía conseguirlo todo, luego bruscamente abrumado por su profundo sentimiento de nulidad, especialmente acentuado por algunos éxitos cuestionados posteriormente por un fracaso imprevisto... El adolescente tiene una visión de sí mismo bastante alterada.

¿Inútil? ¿Talento? ¿Capaz? ¿Incompetente? ¿Cómo reconocerse en este mosaico de imágenes fragmentadas y contradictorias?

Los problemas graves de autoestima suelen estar muy relacionados con los síndromes depresivos y se observan sobre todo en las descompensaciones depresivas de los adolescentes superdotados que surgen en torno a un conflicto relativo a la imagen que tienen de sí mismos, puesto que sus bases narcisistas están especialmente debilitadas.

«Ante todo, no pensar más»: la singularidad de la depresión del adolescente superdotado

Junto a los síntomas habitualmente asociados a un episodio depresivo, la depresión del superdotado puede calificarse de depresión del *vacío*. Su objetivo: sobre todo, no pensar; sobre todo, no activar esa infernal máquina de pensar que constituye precisamente la raíz del sufrimiento. Ese vacío depresivo es un mecanismo de defensa contra los pensamientos. No se trata de un vacío estructural como los que encontramos en otros cuadros clínicos. Para el adolescente superdotado, *pensar* es un equivalente simbólico de *peligro*, de peligro de muerte. La defensa mediante la cognición cierra por su parte el acceso a las emociones. En la consulta, el adolescente responde incansablemente «No sé» a las preguntas que se le hacen. No quiere ni puede permitirse activar el pensamiento, por miedo a verse inmerso de nuevo en un sufrimiento insoportable. No pensar es intentar olvidar las preguntas sin respuesta, preguntas sobre uno mismo, sobre los demás, sobre el mundo, sobre el sentido de la vida... y de la muerte. Se comprende lo arduo que resulta suavizar la resistencia terapéutica y lo delicado que es dispensar atenciones.

Inhibición intelectual y fobia escolar

Para el adolescente superdotado, la inhibición es una estrategia de integración. Echar a pique el propio funcionamiento es intentar ser idéntico a los demás, pero también dejar de sufrir. Durante la década de 1970, el psiquiatra Alain Gauthier hablaba de anorexia intelectual: lo más importante era no alimentarse más de pensamientos y rechazar cualquier forma de inteligencia. Volvemos aquí a la noción de pérdida de parte de uno mismo: mi inteligencia no sirve para nada, y es incluso peligrosa para mi integración y para mi vida psíquica. Lo único que hay que hacer es echarla a pique.

Realmente se trata de un ataque contra uno mismo, de una intervención agresiva.

Por otro lado, no es raro que este proceso, llevado hasta el extremo, consiga en efecto dañar el potencial intelectual. La inhibición intelectual también permite al adolescente ponerse una máscara de pseudodebilidad que lo ayuda a pasar desapercibido.

La fobia escolar es la forma más grave del trastorno de ansiedad. Por desgracia, es frecuente entre la población de adolescentes superdotados. Es una de las patologías más difíciles de aliviar en el ámbito terapéutico y resulta aún más compleja en el caso del adolescente superdotado, cuyos mecanismos intelectivos y cuya rígida lógica no podrán atenuarse con facilidad. ¿Volver al colegio? ¿Para qué? ¿Con qué fin? ¿Para qué vida adulta? Estos adolescentes se sienten en un insoportable punto muerto, y ponen en tela de juicio cualquier perspectiva de escapatoria. Ninguna respuesta los satisface, ningún camino les ofrece seguridad, ninguna hipótesis tiene un sentido aceptable.

El revés del decorado: de la confianza a la presión

«Sé que tú puedes.» «De todas formas lo conseguirás.» Pero ¿qué hacer cuando se tiene tanto miedo al fracaso? ¿Cómo decir que uno se siente inútil y que esa confianza hace el camino aún más difícil? ¿Cómo expresar que, si nuestros padres tienen la idea de que podemos llegar a la meta pero no llegamos, ello suscita una inmensa culpabilidad que nos corroe? Que la vergüenza nos envuelve. Que nos sentimos solos e impotentes. Y luego, ante nuestro fracaso, ¿cómo no pensar que somos definitivamente inútiles, pese a las expectativas y pese a nuestra supuesta inteligencia? Ya solo nos queda una autoestima aún más baja y un ataque horriblemente doloroso al amor propio.

Clémence, de 16 años, está en el primer curso en el instituto. Siempre ha sido una buena alumna. Pero también ha dudado siempre de sí misma, como suele suceder con los superdotados que se ponen constantemente en cuestión y se fijan en cada defecto y en cada una de sus puntos débiles. Sin embargo, es cierto, siempre ha tenido éxito. Aunque ahora, en la adolescencia y cuando se acerca el momento de tomar decisiones decisivas para su vida, su miedo se vuelve inconmensurable y su malestar narcisista ingobernable, sus padres la apoyan incondicionalmente. Los intentos de suicidio, los episodios anoréxicos, el malestar en clase y los desmayos inexplicables e inexplicados por los médicos no desgastan la confianza absoluta de sus padres y sumen a Clémence en un infernal caos interior. Para ayudarla, sus padres le dicen sin cesar: «No te pongas nerviosa, se te pasará, ya verás cómo lo consigues...». Clémence se siente desesperadamente sola ante sus problemas. ¿Qué hacer entonces, si animar a nuestros hijos se convierte en una fuente de angustia para ellos aunque sepamos cuánto necesitan esos niños que se los valore y se los estimule? Es cierto, la paradoja está ahí. La mejor actitud: el equilibrio. Hay que felicitarlos, demostrar orgullo, pero también dejar al adolescente un espacio donde pueda tener dificultades y pasarlo mal. Y comprender que ciertos signos son llamadas de auxilio; que el adolescente también necesita comprender que tener miedo es normal, que a veces el miedo es muy doloroso, que la duda puede llegar a ser obsesiva. Suele ocurrir que el miedo de los padres ante el miedo de sus hijos conduce a estos a adoptar esas actitudes. No negar las emociones del otro es ya un alivio inmenso y una posibilidad de reajuste psíquico. ¡No hay que olvidarlo nunca!

El adolescente superdotado y la terapia

Para ocuparse correctamente de un adolescente superdotado desde el punto de vista terapéutico, hay que saber primero que se trata de un superdotado, pero también hay que conocer las particularidades de funcionamiento del adolescente a fin de adaptar la terapia. Para el adolescente superdotado, un terapeuta avisado es una prescripción obligatoria. En la psicoterapia del adolescente superdotado, el terapeuta debe *comprometerse*, con el convencimiento de que hay salidas y de que las encontrarán juntos formando una alianza empática, interactiva y resueltamente dinámica. De ese adolescente no se puede esperar que elabore nada. El terapeuta debe trazar la ruta que mejor le parezca.

Al adolescente superdotado no que hay llevarlo de la mano, sino que hay que «arrastrarlo».

Si el terapeuta le dice a un adolescente superdotado: «Esto es lo que me parece a mí, esto es lo que vamos a hacer y esta es la razón por la que va a funcionar...», entonces las cosas irán ya mucho mejor para ese adolescente perdido ante sí mismo y que tanto necesita que lo vean tal como es. Verdadera e íntimamente. De este modo se da voz a una compañía lúcida y eficaz.

No olvidemos el efecto placebo, cuyos resultados terapéuticos aprovecha no pocas veces la medicina. Cuando se cree que un medicamento es eficaz, el cerebro se anticipa al paliativo y libera sustancias químicas como la morfina, que alivian el sufrimiento. En psicoterapia también puede desencadenarse ese proceso. No lo olvidemos.

El cuidado indispensable de la parte cognitiva del ser

Una orientación terapéutica fundamental: la parte cognitiva del yo debe integrarse necesariamente en la terapia. Esa orientación consiste en permitir que el adolescente reconduzca progresivamente su pensamiento, acompañándolo con suavidad y paciencia a lo largo de ese espinoso camino. Hay que asimilar desde el principio que el «riesgo de pensar» será la barrera más difícil de franquear, puesto que el hecho de «pensar» se encuentra precisamente en el origen de la patología. Esta «reanimación cognitiva» resulta indispensable para la redinamización psicológica global, esto es, para la restauración narcisista. Atender la parte cognitiva del ser implica la capacidad de integrar una mediación cognitiva en la relación terapéutica. Se trata de una palanca terapéutica insoslayable.

Un apoyo obligatoriamente ecléctico

La atención al adolescente superdotado es también necesariamente ecléctica: hay que poder pasar con flexibilidad de un cuadro terapéutico a otro para ajustarse continuamente a la expresión del sufrimiento. Trabajar con un cuadro terapéutico único y rígido encierra al adolescente en un proceso al que le costará mucho adaptarse.

El adolescente superdotado: un manipulador prevenido

El terapeuta debe estar prevenido ante la considerable capacidad de manipulación del joven superdotado. Es este quien pone primero a prueba al psicólogo, quien evalúa su capacidad de comprenderlo y ayudarlo. No se trata de una oposición o de un pulso

estéril, sino de su incoercible necesidad de analizar y comprender a las personas que lo rodean y de su talento para lograrlo. En algunos casos, para complacer a sus padres o para experimentar un secreto júbilo intelectual, el superdotado se adapta al estilo de su psicólogo, a lo que ha comprendido que esperaba de él. Con frecuencia se anticipa a sus preguntas e interpretaciones, y entonces el psicólogo, que ha caído en la trampa, se siente reconfortado por una ilusoria sensación de competencia. Pero al final suelen pasar meses o incluso años de atenciones inútiles que dejan al adolescente superdotado en lucha con sus dificultades inextricables. Porque precisamente lo que necesita es que lo comprendan con sinceridad y lo ayuden con eficiencia en lo más difícil. Está ávido de ayuda, pero también decepcionado.

Escena de una terapia ordinaria: el psicólogo y el adolescente superdotado

O el combate en el ruedo entre un torero y un toro: una lucha a muerte. ¿Quién ganará, el psicólogo o el paciente? O, más bien, ¿conseguirá el psicólogo que ese paciente impetuoso a la par que defensivo, que ese paciente vulnerable que tanto miedo tiene de que se acerquen a su experiencia emocional baje la guardia? Si el terapeuta lo consigue, entonces habrá eliminado simbólicamente sus mecanismos de defensa —su caparazón hermético— por el bien del adolescente. Si «gana» el adolescente, entonces saldrá perdiendo doblemente, porque conservará sus heridas secretas y, una vez más, habrá logrado vencer al otro y dominarlo, cuando lo que pretendía era recibir ayuda. Eso lo consuela en la medida en que refuerza su dolorosa certeza de que realmente nadie es capaz de comprenderlo ni ayudarlo. Para el paciente, la «puntilla» es bajar la guardia y aceptar la ayuda del otro; es reconocer su vulnerabilidad porque el psicólogo ha realizado bien los pases de muleta y se ha ganado la confianza y la estima del adolescente superdotado a base de destreza.

Édouard relata: «Mi psicóloga ha enseñado sus cartas demasiado pronto. Habría debido seguir interrogándome un poco más. Resistió una hora, luego se relajó y su personalidad tomó la delantera junto con su sensibilidad. Debía de estar agotada. La sesión le chupó mucha energía».

En las intenciones de Édouard se ve toda la energía desplegada durante ese combate íntimo, así como la tensión que ejerce cada uno de los protagonistas de esa lucha desigual pero que se desarrolla en el mismo terreno. Édouard afloja, a su vez, por compasión. La estima que muestra por su psicóloga evitó ponerla en un gran compromiso profesional; la respeta y respeta también sus conocimientos. Lo cual lo salva... a él, claro.

¿Todavía se puede hacer algo?

«La adolescencia representa una apertura de la que no conviene prescindir.»³

Es importante. Hay que tener confianza. La adolescencia no compromete el futuro. Se puede haber tenido una infancia fácil y vivir una adolescencia difícil; se puede haber sido un niño difícil y pasar tranquilamente la adolescencia; se puede tener una adolescencia dolorosa y llegar a ser un adulto feliz...

La adolescencia es una promesa: las cartas se reparten y el juego de la vida se jugará de otra manera después de ese período. Siempre y para todos. No hay ninguna maldición de la adolescencia ni ningún trastorno irreversible.

Mis encuentros con adolescentes superdotados

He conocido a muchos adolescentes superdotados a la deriva. Incluso algunos casos graves. Al principio casi todos eran tercos y estaban furiosos y decididos a no colaborar. Absolutamente decididos a no darles ese placer a los adultos. Pero, cuando se sabe lo que oculta esa resistencia, cuando se conocen los resortes de la vulnerabilidad que se esconde detrás, cuando se ha comprendido el mecanismo de funcionamiento intelectual y afectivo de ese adolescente, entonces se le puede hablar, sin intrusión, de él mismo... Con el adolescente superdotado hay que utilizar una voz en *off*, hay que contar lo que se comprende y hay que expresar lo que él se niega a admitir. Entonces, poco a poco — primero sorprendido y luego aliviado gracias a que por fin alguien hable de él con las palabras precisas—, llegará a implicarse en esa relación particular en la que uno conoce a otro para conocerse mejor a sí mismo. Y la apuesta está ganada, casi ganada; la relación puede comenzar, pues el proceso terapéutico está en marcha. Pronto se convertirá en complicidad. Lo afirmo con toda tranquilidad, aun a riesgo de molestar a algunos psicólogos tradicionales: sin connivencia con el adolescente superdotado no se puede iniciar nada. El psicólogo también debe implicarse en la relación sin rodeos ni manipulaciones; es la única manera de ganarse la confianza de ese adolescente tan receloso que no puede trabajar con el otro si no es a base de una profunda sinceridad recíproca. Así son las cosas.

Philippine, de 16 años, entra enfurruñada en mi despacho. ¡Psicólogos: ya los conoce! ¡Ha visto tantos! Sus padres la llevaron a muchos, pero ella comprendió hace tiempo que los psicólogos no sirven para nada. Ese es el mensaje que intenta hacerme llegar con claridad. Yo no pretendo debilitar su resistencia. No entro en su discurso ni reacciono a su actitud agresiva, sino que trazo, a su lado, un camino. Le explico lo que yo creo. Por qué no le va bien. Por qué se siente tan mal y tan

impotente. Expreso lo que pienso y lo que considero indispensable para ella, casi como si no me preocupasen su presencia ni sus reacciones; casi a pesar de ella. Muy despacio, Philippine me dirige una mirada furtiva, se endereza imperceptiblemente en su asiento y esboza una tímida sonrisa que quisiera enmascarar... ¡Ya está en el bote! Se ha establecido la confianza. El trabajo terapéutico puede comenzar. Más bien debiera decir la asociación, pues ahora buscaremos y encontraremos juntas bocacalles para entregarle una voz que le convenga y con la que por fin se sienta cómoda.

Cuando llega el gran día: ser adulto

Es como un clic: se sueña como un niño con ese «cuando sea mayor», con todas las promesas que parece prometer ese estado. Con esta gran ilusión: ¡podré hacer todo lo que quiera!

Pero *¿cuándo* se es adulto? ¿Se trata de una realidad o de un concepto?

Quizá se trate de un sueño, pero de un sueño que a menudo cuesta actualizar. Hay un abismo entre ser adulto a los ojos de los demás —para empezar, de los niños— y sentirse adulto uno mismo. ¿Cuántos sentimos ese abismo? Todos nos hemos imaginado lo que era ser un adulto cuando éramos pequeños, pero esa representación no coincide nunca realmente con lo que sentimos hoy.

Ser adulto es coger de la mano al niño que fuimos

Este hombre, apenas mayor que yo, al que saludo cortésmente en el ascensor, ¿sabe que le está hablando un jovencito, un poco intimidado, un poco cortado por tener que hablar con una persona mayor, como si él también lo fuese, y, sorprendido, sí, casi halagado, pese a sus 50 años, de que el otro parezca creerlo? Sin duda apenas conozco al jovencito que mi vecino sigue siendo en el fondo, abandonado por todos, y como absurdamente enterrado bajo los rasgos de un cuasi sexagenario... No hay personas mayores. Solo hay niños que fingen haber crecido, o que en realidad han crecido pero sin poder creérselo del todo, sin llegar a borrar al niño que fueron, que siguen siendo y que llevan en sí o que los lleva a ellos...⁴

Entonces a veces uno juega a ser adulto, finge ser adulto, se da aires de adulto... soñando como un niño. Y pensando con nostalgia qué bonito era aquel período de nuestra vida en que podíamos dejarnos llevar por los demás. Por aquellos que nos parecían adultos... de los de verdad. Aunque no siempre estuviéramos de acuerdo con ellos o aunque su comportamiento nos entristeciera. Los niños se forjan la ilusión de que los adultos lo saben y lo pueden todo, o casi, y, al llegar a las puertas de esta etapa de la vida, entonces descubren la gran superchería: no siempre se sabe todo, no siempre se sabe qué hacer, y siempre se tiene miedo. Y ¡menudo miedo! Aún más grande y más intenso que cuando se era pequeño. Porque hoy, ¿junto a quién buscaremos consuelo?

Aunque sea efímero. Lo hemos comprendido. ¡Eso es! Hemos comprendido que no se es todopoderoso en la edad adulta y que el camino es ciertamente magnífico, pero muy peligroso.

El niño superdotado hacía tiempo que lo había comprendido

La mayoría de las veces el niño superdotado crece sabiéndolo. Su capacidad de sentir al otro, a los otros, y su receptividad emocional, así como sus facultades de percepción y análisis, ya le habían enviado el mensaje: ¡cuidado, no hay que hacerse ilusiones! El chico ha adquirido muy pronto la certeza de que ser adulto no se corresponde con la imagen que estos últimos quieren dar. Sabe en seguida que ser adulto es una misión complicada y tortuosa para la que rara vez hay soluciones prefabricadas y que requiere un reajuste permanente. El pequeño superdotado comprende también muy deprisa, demasiado deprisa, que la soledad ante la vida acecha con más intensidad al adulto que lo que él puede experimentar de niño; que, cuando se es adulto, se está solo aunque se esté rodeado de amor. Entonces, el niño superdotado, y más aún el adolescente, tiene miedo a ese final. No se siente presionado, a pesar de su impaciencia por llegar a ser autónomo. Su miedo es tan grande que duda de su capacidad para afrontar la complejidad de la vida, piensa que no va a poder disfrutar de una felicidad normal y teme que sus sueños no se cumplan jamás. Y aún más, tiene miedo a esa soledad programada en un caso como el suyo, en el que lo afectivo —la relación con los demás y su mirada— tiene tanta importancia. Para él la complicidad afectiva solo puede ser absoluta.

La dificultad de los superdotados no está relacionada directamente con su diferencia, sino con su *sentimiento* de diferencia.

CAPÍTULO

Descubrir que se es superdotado

No es posible que yo sea superdotado, ¡si soy un inútil!

Plantearse directamente la cuestión de ser o no ser superdotado es bastante raro. Por varias razones; para empezar, por la ambigüedad de los términos.

Si se puede concebir que un niño vaya por delante en el aspecto intelectual, que sea precozmente inteligente o incluso que sea especialmente inteligente, se trata en definitiva de una comparación con relación a una «norma». Incluso si la idea de una excesiva velocidad de desarrollo es errónea, se puede admitir que un niño tiene una «inteligencia precoz». En la edad adulta, eso pierde todo su sentido. La noción se vuelve caduca.

¿Superdotado? Si el concepto contiene la idea de un «más que», o, peor aún, de un «mejor que» o de un talento reconocido, creerse superdotado vuelve a connotar una percepción de uno mismo desorbitada... precisamente todo lo contrario de la imagen que el superdotado, el de verdad, tiene de sí mismo. El primer efecto de la inteligencia es dudar de... la propia inteligencia. Entonces se puede llegar a la conclusión de que, cuando se es superdotado, nadie se imagina ni por un instante que la cosa vaya con uno, lo cual resulta evidente en el caso de aquellos que no han sido diagnosticados siendo más jóvenes.

Para creerse superdotado en la edad adulta, hay que haber comprendido todas las magnitudes y todos los matices. Hay que haber comprendido que no se trata tanto de un alto nivel intelectual cuanto de una inteligencia compuesta de elementos singulares que modifica la manera de percibir, comprender y analizar el mundo. Hay que haber asimilado que la dimensión afectiva es un componente esencial de la personalidad del superdotado. Finalmente, ser superdotado es ante todo pensar con el corazón mucho antes que con la cabeza.

Ser superdotado es tener una personalidad marcada siempre por este doble sello: una poderosa inteligencia que funciona de forma cualitativamente distinta, y una intensa sensibilidad que impregna todos los momentos de la vida.

¿Cómo descubrir que eres superdotado?

Por medio de tus propios hijos, a menudo...

Es lo más probable. Cuando se plantea la cuestión en el caso de un niño, sean cuales fueren las razones, el progenitor se ve doblemente enfrentado a preguntas sobre sí mismo.

1. La observación de lo que vive su hijo, de su manera de abordar ciertos acontecimientos, de las dificultades con que se puede topar. Entonces el progenitor tiene a veces una sensación de *déjà vu*, de algo ya experimentado.
2. La descripción del comportamiento cuando se interpretan los resultados de la evaluación psicológica. Suele ser muy espectacular. Se habla del niño y de repente el padre o la madre se sienten directamente afectados, conmovidos y estremecidos por su comprensión de lo que están escuchando. Tienen la curiosa impresión de pensar que están hablando de él. Tímidamente, preguntará en ocasiones si es «hereditario», si es «normal» que él haya vivido el mismo tipo de cosas y de la misma manera... Sientes a ese padre íntimamente afectado, aunque intente ocultar su agitación. Entonces le propones volver a verlo, a solas. O intenta proponerlo él mismo. Confuso por atreverse siquiera a pensar que también él pueda encontrarse en la misma situación...

... O de los otros, a veces

También forma parte de las posibilidades. Te enteras de que a un niño de tu entorno lo han diagnosticado como superdotado. Oyes hablar de ese niño por sus padres o tienes la ocasión de compartir algunos momentos con él; y el efecto espejo funciona. Si ser superdotado caracteriza a ese niño, entonces piensas «¿es también eso lo que me distingue de los demás y lo que percibo confusamente en mí?».

Por sí mismo, rara vez

¿Cómo imaginarse semejante cosa? Lo hemos dicho, creerse inteligente o, más bien, creer que se posee una inteligencia diferente no suele ser el caso de aquellos cuya inteligencia llega a su punto culminante. La humildad, la duda y el poner las cosas en tela de juicio suelen ser los automatismos del pensamiento del superdotado.

Harán falta encuentros, informaciones bien asimiladas, lecturas fortuitas... para que se produzcan débilmente los primeros murmullos. Para ir más lejos, el adulto buscará a menudo en la mirada de los otros las primeras confirmaciones. Hará ciertas preguntas que le parecerán anodinas, interrogará acerca de ciertos episodios de su vida a quienes lo conocieron de pequeño, y en ocasiones pedirá consejo a los profesionales, pero rara vez directamente, pues eso es demasiado difícil, complicado y audaz.

Solo, el adulto quizá intente adentrarse por ese camino que le parece a la par prometedor y peligroso. Siente casi vergüenza de su audacia por imaginar que esa senda pueda conducirlo hasta sí mismo...

«Soy yo clavadita, pero ¡yo no soy inteligente!», comenta Aurore, de 35 años, que acaba de leer una descripción del funcionamiento del superdotado. Significativo, ¿verdad?

Pero, en lo más profundo de su ser, escondida, una vocecita le susurra a veces palabras secretas... Una vocecita que dice: «¿Por qué no?». Una vocecita que subraya cuánto se nos parece ese retrato del superdotado. Y casi siempre hay que escuchar a las vocecitas interiores, que suelen tener razón porque están enraizadas en un conocimiento de nosotros mismos que nunca hemos podido explicar, porque se hacen eco de intuiciones íntimas de las que siempre hemos estado convencidos, sin atrevernos a apropiárnoslas.

¿Cómo saber que se es superdotado?

Dar el paso es ante todo hacer un balance personal; es asumir las preguntas sobre uno mismo, aceptar el encuentro con un psicólogo para abordar ese interrogatorio, osar enfrentarse a un montón de test y, por último, enfrentarse a un análisis de uno mismo, al reflejo íntimo de lo que se es, de lo que se acepta y de lo que se rechaza de uno mismo. Hacer una evaluación psicológica es partir al descubrimiento del espacio interior sin saber qué se va a descubrir.

¿Qué es una evaluación?

Una evaluación es un conjunto de pruebas que tienen como objetivo la comprensión global de la persona. Para que sea completo y fiable, debe constar siempre de dos partes:

1. La evaluación intelectual, que permite aproximarse a la inteligencia y a los recursos cognitivos disponibles.
2. La exploración de la personalidad, para comprender la organización afectiva y apreciar el equilibrio psicológico.

Una evaluación de la inteligencia solo adquiere sentido situándola en el contexto de una aproximación global a la personalidad. A solas, una escala de inteligencia no expresa más que una faceta de la personalidad cuya interpretación de los resultados puede verse comprometida y resultar errónea.

Una evaluación debe ser siempre completa y debe realizarla un psicólogo experimentado. Solo los psicólogos están capacitados para practicar test válidos, y solo ellos tienen la formación necesaria para llevar a cabo la transferencia y el análisis del examen psicológico. Cualquier otro enfoque y cualquier otro terapeuta, por muy competente que sea en su campo, no está autorizado a utilizar los test psicológicos.

Una evaluación psicológica no se limita a los resultados, sino que realiza un análisis profundo de todas las dimensiones de la personalidad que los test permiten distinguir.

¿Qué test?

Existen numerosos test, pero algunos tienen especial importancia dentro de la práctica psicológica.

- *Para la inteligencia y el funcionamiento intelectual en sentido amplio:* el WAIS (Wechsler Adult Intelligence Scale). Otras pruebas, como las matrices de Cattell, la figura de Rey o el D 48, enriquecen la comprensión del funcionamiento intelectual según los objetivos que persiga la evaluación.

- *Para el análisis de la personalidad:* los test denominados proyectivos (se proyecta una parte de la personalidad a través de las imágenes propuestas), y sobre todo el Rorschach, el famoso test de las manchas de tinta. Utilizado durante mucho tiempo por algunos psicólogos de un modo distinto al originariamente previsto, el Rorschach ha vuelto a encontrar el lugar que le corresponde gracias a un análisis riguroso y extendido que se basa en investigaciones en el campo de la psicología general.¹ El Rorschach correctamente utilizado es una formidable «fotografía» del funcionamiento psicoafectivo y de eventuales fragilidades psicológicas. El test Z, desarrollado por Zulliger es una versión más corta pero construida y analizable siguiendo los mismos criterios e igual de rica en interpretaciones. Entre los otros test de la personalidad, encontramos otras escalas estándar sobre la autoestima, la ansiedad y las relaciones sociales, por citar solo algunos. El principio de todas estas pruebas es aproximarse lo más posible a la organización de la personalidad.

El WAIS, el test de inteligencia

El WAIS es la estrella de la escalas de inteligencia para adultos, esto es, el test utilizado con más frecuencia del mundo. El test WAIS es la herramienta de los psicólogos y permite hacer una evaluación de la eficiencia intelectual global. Esta escala está construida con el fin de obtener una puntuación global del CI que sea el reflejo más exacto posible de la inteligencia general.

No olvidemos que el CI no es una puntuación absoluta, sino relativa. No se trata de una medida de la inteligencia, sino de su expresión. El CI denota lo que la persona examinada llega a producir con su inteligencia en comparación con una población de referencia de la misma edad cronológica.

El test WAIS consta de 11 pruebas (más tres opcionales), cada una de las cuales explora una dimensión intelectual. Dichas pruebas se agrupan en dos categorías: la escala verbal y la de rendimiento.

Las pruebas de la escala verbal se consideran habitualmente como las más relacionadas con los conocimientos adquiridos, con la memoria y con las habilidades matemáticas. En cierto modo, hacen referencia al bagaje intelectual de que se dispone, que es fruto de la cultura, del aprendizaje y de la experiencia. Es lo que los psicólogos denominan inteligencia cristalizada.

Las pruebas de rendimiento son tareas inéditas cuyo éxito solo depende de la capacidad del individuo para activar, en el aquí y ahora del ensayo, nuevas estrategias cognitivas. La inteligencia fluida, independiente de cualquier aprendizaje previo, es la que refleja con mayor precisión los recursos intelectuales de que dispone la persona que hace el test.

El test WAIS, de los 16 a los 89 años

La prueba WAIS es adecuada para personas con edades comprendidas entre los 16 y los 89 años. Al igual que las otras escalas de inteligencia de Wechsler, su forma se revisa y actualiza aproximadamente cada diez años. Cuando se pasa una prueba WAIS, hay que asegurarse siempre de que la versión utilizada sea la que está en vigor en ese momento, pues de lo contrario se corre el riesgo de que los resultados pierdan toda fiabilidad. Hay versiones de la WAIS en la mayoría de los países desarrollados, y dichas versiones se calibran según la cultura de referencia.

Comprensión y análisis de los resultados

El análisis de las puntuaciones permite obtener una serie de indicios que establecerán un perfil intelectual preciso.

- La puntuación global —el CI total— es el reflejo de la inteligencia general. Otras dos medidas de CI sirven para afinar su interpretación: el CI verbal y el CI de rendimiento, que son expresiones de las dos categorías de pruebas propuestas, la escala verbal y la escala de rendimiento.²
- Se calcularán otros cuatro indicios combinando los resultados obtenidos en las diferentes pruebas: comprensión verbal, organización perceptiva, memoria de trabajo y velocidad de procesamiento.
- Posteriormente, más allá de las puntuaciones generales, pueden estudiarse numerosas comparaciones distintas entre las puntuaciones, entre las escalas y entre los indicios. A partir de la prueba WAIS es posible extrapolar más de cincuenta valores.

El análisis de los resultados ofrece así una comprensión amplia y profunda del funcionamiento intelectual y de sus múltiples facetas.

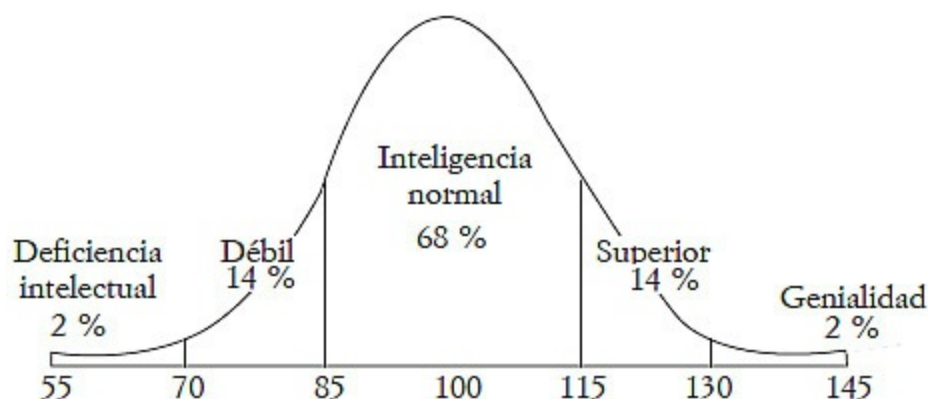
Cómo se clasifican las puntuaciones de CI (y la de cada uno de los indicios)

Las puntuaciones se clasifican con relación a una media cuya distribución obedece a la ley denominada «normal», esto es, a la del matemático Friedrich Gauss (que era, por cierto, superdotado). Es la famosa curva de campana.

Por estadística:

- el CI medio = 100
- el intervalo de confianza (desviación típica) = 15. Nuestro funcionamiento intelectual, cuanto más se aleja de la media, tanto más difiere de la «normal».

Lo que nos da la siguiente distribución:



El diagnóstico del superdotado

- Un diagnóstico de superdotación puede establecerse a partir de un CI total de 130, lo que corresponde a dos desviaciones típicas por encima de la media.
- Cuanto más homogéneas sean las puntuaciones entre los otros dos CI —el verbal y el de rendimiento—, tanto más fiable será el diagnóstico.
- Cuando todos los índices son superiores a 130, el potencial intelectual es excepcionalmente elevado.

En ese caso estamos ante condiciones diagnósticas óptimas: las que ofrecen de entrada la mejor visibilidad y ofrecen un mínimo de errores de interpretación. Ello no quiere decir que podamos contentarnos con esta única evaluación. Otros test adicionales deben completar siempre el diagnóstico a fin de percibir la personalidad en su conjunto y sopesar el funcionamiento intelectual en la dinámica psicológica. Solo este enfoque interpretativo global permite confirmar el diagnóstico y comprender la personalidad en todas sus dimensiones.

El objetivo sigue siendo apreciar la ayuda, el apoyo, que se adaptará con más precisión a esa persona y a su historia.

El diagnóstico: cuando las puntuaciones no son tan significativas

El diagnóstico es siempre un enfoque global

Un diagnóstico es un enfoque clínico complejo. Ningún diagnóstico puede formularse basándose en el valor de un simple índice. Sea cual fuere. Solo un conjunto de signos puede encauzar y luego confirmar el cuadro clínico.

Cuando se hace una valoración, hay que servirse de un árbol para la toma de decisiones: siguiendo los resultados obtenidos o las hipótesis que surgen durante el ensayo, se propondrá tal o cual prueba para establecer lo mejor posible los mecanismos de la personalidad y sus eventuales alteraciones, que se dan en la esfera intelectual o afectiva de la personalidad.

- Una valoración es un enfoque dinámico que se ajusta a cada persona.
- Un número de CI no es un diagnóstico, sino un índice que orienta el diagnóstico.
- El diagnóstico es la síntesis de la pericia del médico, fruto de su profesionalidad y de su experiencia en el trato con pacientes.

Cuando los perfiles no son directamente significativos

La ansiedad

Un test como el WAIS varía en función de numerosos factores. La ansiedad es su principal enemigo. La ansiedad de los adultos cuando hacen un test siempre es importante y tiene dos caras: la positiva, que permite movilizar los recursos de manera óptima, y la negativa, más sombría, que termina inhibiendo la expresión intelectual a causa de su intensidad. Así, puede suceder que el conjunto de las puntuaciones se vea alterado a la baja por la ansiedad. Algunas pruebas serán un verdadero fracaso, en tanto que otras resultarán pasables o directamente serán un éxito. Hay que saber que en el test WAIS la incidencia de la ansiedad no es la misma ni produce los mismos efectos según la naturaleza de las pruebas.

Los estados psicológicos alterados

La depresión, por ejemplo, atenúa considerablemente la plena expresión del potencial intelectual. Cuando nos enfrentamos a un cuadro depresivo (confirmado por otras pruebas de la valoración), las puntuaciones del test WAIS deben interpretarse incluyendo la incidencia de los efectos depresivos. Todos los demás trastornos psicológicos influirán en los resultados de los test y deberán tenerse en cuenta en el diagnóstico.

Dificultades específicas

Algunas personas pueden conservar en la edad adulta algunas secuelas de antiguos trastornos como dislexia, dispraxia, problemas de atención..., los cuales incidirán en mayor o menor medida en los distintos campos explorados.

La heterogeneidad entre las dos escalas

Una puntuación muy elevada en una escala en comparación con otra significativamente más baja en la otra se estudiará según el sentido del desajuste.

- *Cuando la escala verbal es especialmente satisfactoria*, se puede pensar que la participación de la inteligencia tiene mucha importancia para quien pasa los test. Apoyarse en los conocimientos, la memoria, la lógica y la capacidad de abstracción puede reflejar un malestar psicológico cuando el intelecto se utiliza como mecanismo de defensa. Este desajuste también puede explicarse por la diferente naturaleza de las pruebas entre las dos escalas. En la escala verbal, se pueden activar con más facilidad los recursos intelectuales bien integrados en la memoria, pues suele ser esta inteligencia la

que se usa en el día a día. Por el contrario, en la escala de rendimiento, se trata de movilizar aptitudes poco habituales, lo cual para algunos resulta difícil cuando están convencidos... de que son inútiles.

• *Un alto nivel de CI en la escala de rendimiento indica una inteligencia potente.* El potencial está ahí, pero ciertas dificultades en la expresión de ese potencial han bloqueado su actualización y su plena utilización. Encontramos también esta configuración en el caso de aquellos cuyo estrés o inhibición en la relación en el momento del test impiden la expresión verbal de sus aptitudes y conocimientos. En la escala verbal se establece una interacción directa y verbal con el psicólogo, mientras que las actividades cognitivas de la escala de rendimiento son no verbales y más autónomas. Para algunos adultos, esta relación puede resultar difícil de mantener. Las cosas solo marchan bien cuando hay que hacerlas; cuando hay que decírselas a otro, el malestar es demasiado intenso.

Estas serían las grandes configuraciones clásicas, pero son posibles otras muchas combinaciones.

Cuando se tiene la costumbre de tratar con superdotados, la hipótesis diagnóstica se establece rápidamente y se confirma en seguida, más allá de los test. Para el especialista... resulta evidente. En general, los test confirman lo que el ojo clínico había comprendido desde el principio. Pero ello no significa que los test sean inútiles. Al contrario. La luz que arrojan sigue siendo esencial e ineludible.

No hay resultados buenos o malos en una evaluación psicológica; esta permite siempre comprenderse mejor y tener la clave para progresar en la vida. Realizar una evaluación es siempre preferible a dejar sin respuesta una serie de preguntas punzantes.

Realizar una evaluación es un acto de valentía, pues supone un verdadero encuentro con uno mismo.

Lo que hay que recordar

1. No hay que limitarse nunca a un solo test y mucho menos a una sola puntuación de CI.
2. Todos los índices deben estudiarse y comprenderse en el ámbito de sus combinaciones.
3. Más allá de las puntuaciones, lo que se analiza en una escala de inteligencia son los métodos, las estrategias y la naturaleza del razonamiento que subyacen tras el funcionamiento intelectual. Importa más el *cómo* que el *cuánto*.

4. Los procesos de pensamiento se aclaran en la doble fuente de la inteligencia y el afecto. La una no puede ir nunca sin el otro, y tampoco puede comprenderse sin la iluminación de este.
5. Se puede hacer un diagnóstico de superdotación aunque las puntuaciones de CI no alcancen los límites cuantitativos clásicos. Solo el análisis completo y profundo de una evaluación completa permite comprender el funcionamiento de la inteligencia y la estructura de la personalidad. El CI es una condición necesaria para el diagnóstico, pero no una condición sine qua non.
6. También se puede hablar de inteligencia elevada, sin diagnóstico de superdotación, aunque las puntuaciones en las escalas de inteligencia sean muy superiores.
7. Solo el psicólogo puede determinar la naturaleza de los test adaptados según el enfoque diagnóstico establecido. Solo el diagnóstico del psicólogo tiene validez clínica.
8. El psicólogo está SIEMPRE moralmente obligado a hacer un informe detallado, oral o escrito, de la evaluación final. Cualquier práctica de la que se pudiera obtener un CI en un documento escrito sin otra explicación no es más que pura fantasía, o el testimonio de un psicólogo incompetente o que hace caso omiso de las prácticas deontológicas correctas.

¿Una o varias inteligencias?

La crítica más frecuente frente a los test de inteligencia clásicos se basa en el hecho de que esos test solo tienen en cuenta una parte de la inteligencia. Concretamente la inteligencia llamada académica, la inteligencia verbal, el razonamiento lógico-matemático y las aptitudes visuoespaciales. Es cierto. Pero hay que comprender que la especificidad de un test como el WAIS reside en su fiabilidad, puesto que los estudios certifican su excelente correlación con otros test que evalúan la inteligencia de otras formas: cuando se tiene un CI alto en el WAIS, también se obtendría un resultado alto en otros test de inteligencia. Eso es lo que se entiende por fiabilidad de un test y eso es lo que establece la diferencia entre un test estándar y un test sin validez científica.

Por otra parte, las otras formas de inteligencia (emocional, musical, intrae interpersonal, etc.) hablan de aptitudes personales y de recursos de la personalidad —que son también esenciales—. Evidentemente, están incluidos en la inteligencia general, pero siguen siendo poco pertinentes desde el momento en que no forman parte de una evaluación global.

¿Qué fiabilidad tienen los test de Internet?

Hacer test que encontramos en Internet es una manera lúdica de poner a prueba nuestras capacidades en determinados campos. Permite hacerse una idea de lo que uno es capaz de conseguir, resolver y comprender. Es como el esbozo de un retrato sin terminar. A veces, resulta instructivo hacer algunos test destinados al público en general, pues es una manera de comprobar la inteligencia, pero los resultados —indicativos— no pueden confundirse nunca con un diagnóstico.

Históricamente... ¿Lo sabías?

Los primeros test de inteligencia homologados fueron creados por dos psicólogos franceses, Binet y Simon, en 1905, a petición del Ministerio de Instrucción Nacional francés, que deseaba poder evaluar... ¡el retraso mental! Posteriormente, otro psicólogo, David Wechsler, esta vez estadounidense, que trabajó en un hospital psiquiátrico para adultos, adaptó el test para sus pacientes en 1939. Había nacido la primera escala de inteligencia de Wechsler, que estaría disponible más adelante en versión infantil. Hoy hay tres tipos de escalas: la WPPSI para niños menores de 6 años; la WISC, para niños en edad escolar, y la WAIS, para adultos. Estos test son los que sirven de referencia en los diagnósticos psicológicos y los que permiten obtener un CI fiable. Algunos test psicométricos (los que evalúan la inteligencia) son más antiguos. Concretamente, el ejército ha sido siempre el primer consumidor de test para sus reclutamientos. Hay muchas más versiones de test de inteligencia, que se utilizan en diversos sectores profesionales. La diferencia entre ellos radica en su finalidad, pues cada test investiga una dimensión más específica en función del campo de aplicación. Se exploran entonces aspectos precisos de la inteligencia: técnico, humano, artístico, literario, matemático, etc. Solo los test psicológicos con validez científica ofrecen la posibilidad de evaluar la inteligencia general.

Como sucede, por otra parte, con todos los diagnósticos: se pueden buscar síntomas de una enfermedad o de problemas de salud por medio de autocuestionarios o descripciones de Internet, en revistas, en libros, etc., pero eso no tendrá nunca valor científico ni médico. Se trata de indicadores o pistas que siempre deben ser corroborados por especialistas.

Los test de CI en Internet no han sido objeto de validación científica ni de clasificaciones controladas. No están estandarizados y su resultado solo es fiable con relación a su objetivo: son un intento de aproximación al conocimiento del yo. Y punto.

El diagnóstico en la edad adulta: un paso arriesgado y difícil

Hacer una evaluación psicológica en la edad adulta no es algo que caiga por su propio peso. Ni mucho menos. Hacer una evaluación es entregarse, exponerse a la mirada del otro. Supone, sobre todo, correr un gran riesgo: tener respuestas para las numerosas preguntas que nos planteamos. ¡Y preguntas a veces tan antiguas! ¿Tenemos ganas realmente de conocer las respuestas? Mientras solo se trate de preguntas, podemos imaginar todo tipo de hipótesis. Según las circunstancias, uno puede «construir» una imagen de sí mismo conforme a las necesidades del momento. Hacerse preguntas no supone ningún riesgo porque, precisamente... no se tienen las respuestas.

• *Primera etapa:* llamar a la puerta de un psicólogo... ¿Para contarle qué? ¿Que queremos pasar por una evaluación psicológica? Pero ¿con qué fin? ¿Cómo decírselo? ¿Cómo expresar lo indecible, aquello en lo que no creemos nosotros mismos? Y ¿qué va a pensar el terapeuta? ¿Que se trata de orgullo, pretensión, inadaptación o incluso locura? No conozco a ningún adulto superdotado que haya dado este paso y que no haya experimentado esas diferentes fases de angustia, duda, idas y venidas, vacilaciones, etc. Además, el adulto debe asegurarse de que el psicólogo a quien intenta explicarle tímidamente su situación es perfectamente capaz de entenderlo. ¿Somos muchos? ¿Cuántos psicólogos pueden hacer evaluaciones psicológicas de adultos que están al margen de los estándares? Pero, sobre todo, ¿cuántos psicólogos entienden que detrás de ese susurro tímido se esconde un verdadero sufrimiento, distinto del que figura en los manuales de psicología o de psiquiatría? Es obvio que yo no critico a los psicólogos, pero me molesta la falta de conocimientos acerca de la realidad de lo que viven esos seres que investigan, pasan dificultades existenciales y no encuentran espacios para elaborar sus preguntas. También me molestan, de hecho me molestan mucho más, aquellos que se empeñan en sostener que nada de esto es real y que, si bien es cierto que existen los deficientes, los superdotados son una invención. Que seguramente la inteligencia no es un problema, sino una suerte. En suma, cuando se es inteligente, el problema no puede ser precisamente la inteligencia.

• *Segunda etapa:* superar el miedo a los test. Decidir situarse frente al otro para encontrarse frente a uno mismo es una gran aventura que requiere un coraje excepcional.

Los niños están acostumbrados a que los evalúen, los juzguen y los observen. Están habituados a oír a los adultos hablar de ellos. Para ellos «hacer una evaluación» tiene resonancias familiares, aunque comprendan a la perfección la diferente naturaleza del objetivo.

Pero ¿un adulto? Un adulto tiene miedo, mucho miedo, en dos sentidos:

- Tiene miedo de darse cuenta de que tiene dificultades en ciertas pruebas y de experimentar una verdadera decepción. «Debí de equivocarme, soy realmente inútil, qué arrogancia haber creído por un solo instante que era inteligente...» Estas son las reflexiones interiores que en seguida se activarán y que lo desestabilizarán profundamente.
- Tiene miedo de mostrar sus límites de funcionamiento frente a otro, y además siente la vergüenza que merodea y la idea de que al psicólogo su búsqueda insensata va a parecerle absurda.

Tales son los temores que experimenta el adulto frente a los test. Un miedo que se incrementa debido a que la ansiedad que siente el adulto durante una evaluación es siempre muy intensa y crea una inquietud constante; injustificada casi siempre, pero

difícil de manejar y de convivir con ella. Hay que saber cómo. ¡La ansiedad está siempre presente!

Por otra parte, una cosa es divertirse autoevaluándose con test en Internet o en revistas, y otra muy distinta someterse a un proceso de diagnóstico profesional. El reto no es el mismo. Hacer una evaluación con un psicólogo es asumir un riesgo. Un riesgo de verdad. Es enfrentarse a uno mismo, en primer lugar, pero también al otro. A cómo nos mira el otro. La mirada del psicólogo será la primera en analizar la evaluación y la primera en expresarlo en palabras. Palabras que el adulto espera con impaciencia y a la par teme considerablemente.

El diagnóstico: de la liberación a una nueva inquietud

Es cierto que «eso da sentido» a comportamientos y sucesos de mi vida que resultan inexplicados e incomprensibles tanto para los demás como para mí (como un «derrumbamiento» en segundo, después de haber sido un alumno brillante, o un recorrido sentimental completamente ajeno a lo que soy). Después de la euforia del análisis y de haber hallado la solución del problema, aparece cierta amargura, la impresión de no haber sido dueño de mí mismo, de no haber sabido elegir bien la vida.

¿Qué cambia después del diagnóstico? ¡La libertad!

La verdad nos hace libres. La verdad acerca de lo que se es. Y, tal vez, incluso más que la libertad, se consigue una cierta liberación. Ya no somos prisioneros de nuestra vida, sino que volvemos a tener —¿llegamos a tener?— las riendas. Resulta embriagador sentir que se recupera la posibilidad de tomar decisiones, de pensar en la propia vida, de comprenderse, de evaluar el propio entusiasmo y las necesidades reales a la luz de uno mismo. De lo que se es en realidad. Anteriormente, es cierto, aunque uno no actuase siempre demasiado mal, la visibilidad era escasa. Pensábamos que la que se expresaba era nuestra voz, aunque se tratase de una construcción de nosotros mismos. Personalidades con un «falso *self*».

El falso self: una personalidad enmascarada

El falso *self* es un anglicismo que se utiliza habitualmente en psicología para designar la personalidad deformada que crean ciertas personas a fin de proteger su verdadero yo. El falso *self* corresponde a menudo a lo que pensamos que los demás esperan de nosotros. Nuestra personalidad se adapta a los deseos de los otros, lo que nos permite ser amados. A veces resulta agradable. Pero no se trata de nuestra naturaleza profunda, la cual, asfixiada, ya no consigue expresarse, sino que en ocasiones gruñe y

nos desestabiliza, porque ya no se sabe de dónde procede esa fuerza súbita, violenta e imprevisible. Entonces utilizamos una gran energía para que aquella se tranquilice, y esa energía ya no puede utilizarse para otras cosas. La energía que mantiene nuestra «brillante» personalidad nos absorbe. Es una construcción agotadora y constante.

Con el diagnóstico, con la nueva iluminación, surge la sensación, muy viva, de haber vuelto por fin «a casa»: la sensación de haber «llegado» después de muchos años de peregrinación.

«¡Era eso!», «¡Uf!» Los adultos que acaban de ser diagnosticados expresan casi unánimemente su inmenso alivio.

Permitirse ser lo que se es

Encontrarse frente a uno mismo equivale a la posibilidad de permitirse, por fin, planear una vida afín a lo que uno realmente es. Entonces todo vuelve a ser posible.

No me lo creo... Pero ¿puede hablarse de creencia?

Después del diagnóstico, la primera reacción de alivio es inmensa. Salvadora. Y va acompañada de la sensación conmovedora de que un velo se rasga y de que nuestra realidad se recompone. Pero esa euforia es pasajera y pronto se ve ensombrecida por una nueva duda: la duda sobre uno mismo. Siempre igual. Porque bajo su forma más paradójica, la inteligencia crea... la inteligencia. La comprensión de uno mismo, que señala los defectos. Y surge de nuevo la duda: no es posible. No pueden estar hablando de mí.

Entonces la forma de pensar del superdotado vuelve a tomar ventaja. Este empleará todos sus recursos cognitivos para defenderse e intelectualizar las cosas. Se esforzará en justificar sus resultados, en demostrar que su inteligencia es «normal», que sus notas no tienen nada de especial y que «todo el mundo funciona como él». Explicará que, si le ha salido bien el test, es porque tuvo la suerte de que se trataba de cosas que ya sabía e intentará convencer a los demás de que tiene buena memoria porque forma parte de su profesión o porque la lógica siempre ha sido su «truco». El superdotado tendrá siempre una buena razón para demostrar que considerarlo diferente es precisamente... ¡lo anormal!

Más tarde pondrá los test en tela de juicio: «¿De dónde salen? ¿Quién los elabora? ¿Miden la inteligencia “porque realmente es así de fácil”? Y luego, ¿qué significa y qué se sabe sobre la inteligencia? De todas formas, todo el mundo obtiene más o menos los mismos resultados, ¿no?», etc. Entonces habrá que explicarlo todo una y otra vez, porque cada respuesta plantea una nueva hipótesis, una nueva pregunta, una nueva duda. Los test disponibles, la noción actual de inteligencia y los indicadores de los modelos de

referencia son fiables. Pero ¿cómo demostrarlo? Como no sea repitiendo incansablemente que no se trata de medir la inteligencia, que la inteligencia por definición no se mide, que se trata de puntuaciones relativas que permiten hacer comparaciones con los resultados que obtienen habitualmente otras personas de la misma edad, que lo que importa es que la forma de funcionamiento subyacente es la que ha dado lugar a esa puntuación y no la puntuación misma... Pero una sesión rara vez será suficiente. A veces el superdotado dará la impresión de estar convencido por los argumentos del psicólogo. Pero volverá a la carga, seguro.

La etapa siguiente, o simultánea, se centra en el psicólogo, sus aptitudes y su experiencia, que serán puestas en tela de juicio. Pero en este caso las preguntas son menos directas. El adulto superdotado no quiere inquietar a su interlocutor. No quiere herirlo. Deforma sus preguntas, pero aun así las plantea; para que comprendas sin comprender. O más bien para que comprendas aunque el superdotado haya dicho poco.

En resumen, el mensaje es el siguiente: «¡No me lo creo!». Lo que significa: ¿cómo voy a aceptar de repente esta versión de mí? ¿Cómo voy a comprender sin discusión que no soy el que creía ser, siempre un poco diferente, raro y excéntrico? ¿El que a veces se preguntaba si no estaba loco o era completamente idiota? ¿Aquel al que conducían por vías alternativas, pues todo el mundo estaba convencido de que no había otra posibilidad? Lo cual, por otra parte, el superdotado ya había reconocido.

Sin embargo, ¿cómo creer en todo eso, en los test, en la evaluación, en el diagnóstico?

Un remolino agita los pensamientos, las representaciones, los recuerdos, las frases tantas veces repetidas, las heridas cicatrizadas, las esperanzas perdidas, los temores ocultos... Pero yo sé también que algunos destellos del pensamiento iluminan esa vivacidad intelectual siempre intacta y a la cual, pese a todo, el adulto superdotado sigue aferrándose. En secreto.

Y después viene la rabia

Rabia contra sus padres, contra la vida, contra el prójimo. Rabia por no haber sido comprendido; por no haber sabido comprenderse a sí mismo. Y a veces por haber tomado decisiones a la fuerza o poco adecuadas. Por haber tomado caminos en los que uno se encuentra un poco o muy perdido. En los que uno se siente mal.

Miedo a seguir decepcionando, ahora que se sabe. ¿Los superdotados están condenados al éxito?

El miedo a un nuevo reto se desencadena frecuentemente al conocerse el diagnóstico. Las preguntas se multiplican. ¿Es que ser superdotado supone que me convierto en una persona notable? ¿De gran talento? ¿Una persona que supuestamente va a tener éxito en todo lo que emprenda? ¡Y encima con gran facilidad! Este miedo está ligado a una forma de ilusión: como si, al hacer un test, hubieras pasado por una caja

mágica. Y, al terminar el test, te habrías convertido en una persona diferente. Es una auténtica quimera, pero es una percepción inquietante. Lo que ha cambiado al terminar el test no es lo que eres, sino la forma de verte. Con esta nueva mirada vas a reanudar la marcha. Lo que no equivale a la obligación de ser diferente y mucho menos a triunfar según los criterios al uso. Lo que encuentras después del diagnóstico es a ti mismo, no las expectativas de los demás.

¡Cuidado con no dejarse atrapar por las representaciones dominantes!

¿Qué quiero decir con esto? Es muy sencillo: ante el diagnóstico, sucede casi sistemáticamente que las representaciones comunes de la inteligencia se activan de manera automática en la mente del superdotado. Como si en el aquí y ahora del momento en que toma conciencia de sí mismo, el adulto perdiese de repente todo su sentido común y su aguda comprensión de las cosas. Y lo que ocurre entonces resulta casi absurdo: el adulto piensa que debe cambiar de vida, que debe reconsiderar su trabajo y sus opciones profesionales, que debe reanudar los estudios, que debe plantearse la cuestión de su pareja, en fin, que debe cambiar las cosas. Quizá todas. Como si la imagen asociada a una gran inteligencia acarrease la obligación de un gran destino. Esto no es en modo alguno una crítica, sino una constatación. ¿La explicación? El miedo, evidentemente. Durante la lectura acelerada de su vida que ha realizado, el adulto se vuelve a conectar brutalmente consigo mismo, con su yo más íntimo, con todas sus dudas celosamente escondidas, con todas sus preguntas meticulosamente silenciadas, con todos los ideales a los que había aprendido a renunciar. El miedo adquiere el aspecto de una culpa dolorosa: ¿y si hubiera fracasado en la vida? Entonces, ¿cómo recuperarme? Ahora que lo sé, ¿qué debo hacer para estar a la altura de este diagnóstico? Ese es un error de pensamiento que ataca precisamente a la vulnerabilidad narcisista del superdotado. La imagen atormentada que tiene de sí mismo lo incita, de entrada, a cambiar de perspectiva, esto es, a la duda.

Y ahora, ¿qué?

La pregunta es legítima. La respuesta, más sutil y compleja. No se trata tanto de hacer algo diferente cuanto de ser por fin uno mismo. El diagnóstico da paso a una nueva representación de uno mismo y permite reconsiderar lo que se vive con esta nueva comprensión del yo. Pero se sigue siendo el mismo. Es decir, que el diagnóstico no nos ha «transformado». Sin embargo, se trata de una sensación inconsciente que suelen experimentar los adultos que se someten a una evaluación psicológica. Como si los hubieran metido en una caja mágica que los hubiera modificado. El cambio que se produce está relacionado con la forma de verse, no con su realidad. Lo cual es muy

diferente. Ello significa también que el reto no consiste en transformar su vida ni en cambiarlo todo ni en empezar desde cero. El reto, de nuevo, es íntimo y personal. Se trata de una reconciliación consigo mismo, con la vida y con los demás. Eso puede conseguirse sin hacer ruido ni cambiar de vida por completo. Basta una reestructuración interior. Naturalmente, en ocasiones, esto puede provocar cambios en el curso de su vida, pero ese no es el objetivo esencial. Casi se podría hablar de efectos secundarios.

Dejarse ayudar

Acudí a la consulta de un psicólogo, lo cual me ayudó un poco. Pero cuando intenté decirle que era... en fin, no supe siquiera qué decirle. ¡Imagínate! Pues bien, simplemente me respondió que ese no era el problema, que el objeto de la terapia serían mis verdaderas dificultades. Pero a mí en seguida me dio la impresión de que si él no quería oír hablar de «aquello», yo no haría progresos con la terapia. Y, en efecto, al cabo de varias sesiones pasó exactamente lo que me temía: tenía la sensación de que habían aislado una porción de mi personalidad. Y de que el psicólogo solo comprendía una ínfima parte de mí. Y de que, como yo veía que el resto ni lo comprendía ni le interesaba, no me atrevía siquiera a hablarle al respecto. Siempre tenía miedo de que se burlase o de que me dijese incluso que ese no era el problema. Entonces paré. Y ahora ya no sé qué hacer.

No logro que me sigan, porque normalmente tengo la impresión de ir por delante. Es extraño. Estoy convencido de ser una completa nulidad y al mismo tiempo me imagino que soy completamente superior. Mira, decir eso no sirve para nada. Pero, soy tan lúcido con respecto a la gente que tengo la impresión de «verlos venir» con sus preguntas. Y sobre todo tengo la impresión de que nunca llegarán a comprender mi problema con tanta claridad como creo comprenderlo yo. Doy vueltas en círculo porque, en realidad, no consigo avanzar en la vida.

Estos dos testimonios subrayan la gran dificultad que entraña ocuparse de alguien así. Y sus trampas. Tanto para el paciente como para el psicólogo. Estos testimonios confirman también lo evidente: los pacientes necesitan ayuda, pero una ayuda cualificada. Han de ser psicólogos con una gran experiencia en esta ambivalencia mortífera que encierra al superdotado en sí mismo, acostumbrados a ese ejercicio de manipulación que no va más allá de una búsqueda de garantías, habituados a la lucidez penetrante del superdotado que implora solidez suficiente para resistir... y para que lo ayuden.

Un diagnóstico no puede darse nunca sin apoyo. Para darle sentido. Para que fluyan las palabras. Para recomponer una vida a fin de que resulte más agradable.

Saberse superdotado gracias a una evaluación es un momento decisivo, pues genera interrogantes profundos sobre uno mismo, sobre la propia vida y sobre los demás, que solo encuentran respuestas en el ámbito de una relación terapéutica cordial.

¿Cuál es el objetivo de un tratamiento?

Volver a encontrar el camino hacia uno mismo. Volver a visitar la propia historia a la luz de ese nuevo enfoque. Es un poco como si volviéramos a visitar un museo y hubieran cambiado las leyendas de los cuadros. Las imágenes siguen siendo las mismas, pero su explicación ha cambiado. Entonces ya no se ven las cosas de la misma manera. Las comprendemos de otro modo y recorremos de forma distinta la historia de nuestra vida.

La nueva imagen de uno mismo que emerge de esta deambulación interior permitirá recomponer los contornos de la personalidad, pero también permitirá reorientar las preguntas que uno se hace sobre su vida y sus decisiones. No se trata de cambiarlo todo. Por supuesto que no. Sino de dirigir el proyector en otras direcciones. De repente aparecen zonas insospechadas; lo que se consideraba primordial se desdibuja y lo que ya no se veía recupera su importancia. Comprendemos qué nos anima y por qué; nos deshacemos de una culpa angustiada y sofocante, y decidimos, a plena luz, la vida que nos conviene y en la que nos sentimos bien.

Desde esta nueva perspectiva también podemos ratificar nuestras decisiones. Podemos, por ejemplo, volver a elegir marido o mujer. Podemos cambiar de profesión. Podemos volver a elegir la vida que hemos construido. Lo que ha cambiado es la mirada. Vemos de otra manera nuestras decisiones pasadas y esta nueva lectura nos permite comprender el por qué de todo eso. Entonces decidimos, con plena conciencia, lo que nos conviene. ¡Y eso lo cambia todo!

Contarlo o no contarle

Y, sobre todo, decir qué. ¿Cómo decirlo? Ya para los niños suele ser difícil explicárselo a los demás. Las malas interpretaciones son muy frecuentes. Y, cuando ya se es adulto, ¿no resulta un poco ridículo explicar que se es superdotado? ¿Que por eso no nos sentíamos bien? ¿Que a causa de ese perfil atípico hemos desarrollado ciertos trastornos? ¿Que la inteligencia está en la raíz de nuestros sufrimientos? ¿Que por ser superdotados reaccionamos emocionalmente con tanta intensidad? Como veis, la gran dificultad estriba simplemente en no poder decir las cosas, a riesgo de otro malentendido o, peor aún, de burlas y mofas que, aunque sean cariñosas, no por ello hacen menos daño. Hablar de este diagnóstico significa explicarlo y contarle todo para estar seguros de que nos comprenden bien. Pues de eso se trata. Darse una nueva oportunidad de ser comprendidos por aquellos a los que amamos. Por aquellos que cuentan.

Seré franca. Es difícil hacerse entender. Pocos son capaces de asimilar todas las dimensiones que comporta este diagnóstico. Pocos lograrán integrar en él todos los matices. Puedes, eso sí, hablar al respecto. Pero solo con aquellos que sepan entenderte. Solo con aquellos con quienes compartir tus penas sirva para ayudarte a avanzar o a

establecer una relación. Sé prudente, como has aprendido a serlo desde hace tiempo. Sabes que buscar la compasión o simplemente la comprensión de los demás puede resultar terriblemente doloroso cuando el desprecio se encuentra al final del camino.

Necesito contárselo a mis padres

Sí, estoy hablando del adulto superdotado, lo cual tal vez te parezca descabellado, y, sin embargo... Recuerda que el niño pequeño sigue presente en el adulto en que nos hemos convertido. Y que aquel niño, ya de mayor, necesita una y otra vez el reconocimiento de sus padres. Sobre todo cuando las relaciones familiares fueron difíciles; sobre todo cuando los padres no percibieron nunca singularidad alguna en aquel niño. Cuando se ha crecido con ese sentimiento oscuro de no estar nunca a la altura de lo que nuestros padres esperaban de nosotros, cuando jamás se ha percibido orgullo en su mirada, cuando se ha vivido la infancia convencido de que uno no valía gran cosa, entonces sí, surge esa necesidad imperiosa de rasgar ese velo de culpa sorda y rabia contenida. Uno necesita mostrarse, por fin, tal como es para intentar restañar viejas heridas. Necesitas demostrar a tus padres que eres una buena persona, digna de ellos y de su amor. ¿Infantil? No necesariamente. ¿Actitud indispensable? Casi siempre. Se trata de reconciliarse con una parte de la infancia para vivir plenamente el camino hacia la edad adulta. Y, cuando los padres ya no están, suele quedar cierta amargura... debida a que nunca supieron comprendernos.

El hecho de aceptar que aún dependemos de la mirada de nuestros padres es crecer un poco más.

Al cambiar la mirada hacia uno mismo cambia la mirada hacia los demás...

Desde que uno comienza a verse a sí mismo de manera diferente, los demás perciben el cambio y reaccionan de inmediato. Las representaciones se modifican. El adulto percibe de otro modo su reflejo en la mirada de los otros y se adapta en consecuencia. El movimiento se ha desencadenado: el entorno integra esas modificaciones e, implícitamente, se comporta de manera distinta. Esta nueva espiral de la imagen de uno mismo con esas nuevas miradas cruzadas, las dirigidas a uno mismo y las que le dirigen los demás, ayudará considerablemente al superdotado a recomponer su territorio interior y a conquistar nuevos territorios exteriores.

Los grupos de adultos superdotados

La alternativa del grupo es a la vez una buena idea —a los adultos les interesa— y una idea que funciona mal: les da miedo. Reunirse en grupo plantea la cuestión del semejante: ¿yo soy como los otros? O, más exactamente, ¿no serán los demás muy diferentes de mí y, concretamente en este caso, «más» que yo? Más superdotados, se entiende. Encontramos aquí, paradójicamente, esa representación del superdotado como alguien excepcionalmente talentoso. Entonces todos tienen miedo de no dar la talla, lo cual constituye un impedimento para el trabajo en grupo, pero hay otro escollo también importante: la necesidad de sentirse único. Esa es toda la dialéctica de la identificación y la identidad: buscar lo mismo para reconocerse en la mirada de otros semejantes, reivindicando a su vez la diferencia, también respecto a aquellos que se nos parecen. De ahí la atracción de los superdotados adultos por los encuentros en grupo y el temor simultáneo al gueto que podrían representar. El grupo debe mantener ese equilibrio entre la semejanza y la diferencia que haga posible una dinámica creadora en la que cada uno se encuentre —en la que cada uno se sienta— a la vez implicado e involucrado, aislado, pero —mediante un proceso de identificación con el otro— seguro. El grupo sirve de continente para expresar lo que cada uno tiene en su ser más íntimo en un espacio en el que se sabe, en el que se siente, respetado y comprendido tal como es en realidad. Un trabajo en grupo, que tenga en cuenta correctamente estos parámetros y la especificidad del funcionamiento de estos adultos en busca de sí mismos constituye un formidable acelerador para la restauración del yo.

La pregunta final: ¿saberlo es realmente importante?

¿De qué sirve?

Sí, es esencial tomar conciencia de lo que se es, pero también de lo que se puede ser cuando se está en armonía con uno mismo.

Sí, ser superdotado es una inmensa fuerza, una riqueza inaudita, pero si, y solo si, se conocen bien sus diferentes facetas: tanto las trampas como los infinitos recursos.

Sí, es imprescindible ser consciente de lo que nos constituye, de lo que nos da forma y de lo que nos hace avanzar.

Sí, se puede ser un adulto superdotado feliz, a gusto con la vida, cuando se ha tomado posesión de uno mismo y uno se siente cómodo con lo que es.

Sí, ser superdotado comporta la presencia de organizadores específicos de la personalidad que no deben experimentarse pasivamente, menos aún dolorosamente, sino que hay que recuperarlos y entenderlos para llegar a ser nuestro propio guía por los caminos de la vida.

CAPÍTULO

Una personalidad con facetas inesperadas

Cada personalidad es única, cada vida es diferente y cada trayectoria es singular. Naturalmente. Sin embargo, en el caso de los adultos superdotados, se pueden observar fácilmente ciertas características comunes en los «pequeños tratos», más o menos satisfactorios, que cada uno ha ido haciendo con la vida. Se pueden establecer diversas tipologías, ciertamente generales, como todas las tipologías, pero que permiten comprender el proceso que ha podido conducir a tal o cual organización de vida. Y de satisfacción.

Ensayo sobre tipologías

Este ensayo incompleto y forzosamente simplificador sobre tipologías solo se aplica a los adultos superdotados diagnosticados. A los que lo saben. Se pueden distinguir tres grandes grupos. En cada uno de ellos, las personalidades muestran características reales, y el modo de vida no posee ni la misma configuración ni la misma incidencia en la satisfacción vital.

Los que aceptan el sistema

Me refiero al sistema general de la vida con sus límites y restricciones, pero también con sus eclosiones y posibilidades. Estos juegan al juego de la vida y aceptan sus reglas. Evolucionar dentro de un sistema definido es una estrategia de adaptación al servicio de uno mismo. Se trata de una estrategia que cuenta con numerosas ventajas y algunos límites reales.

«No veo qué sentido tiene no aceptar las reglas —me dice Marie-Hélène—. Me parece más interesante no intentar cambiarlo todo, y en su lugar explotar todas las posibilidades que voy a encontrar, para mí, en el interior del sistema, aprovechándolas al máximo. Querer cambiarlo todo supone desperdiciar una cantidad enorme de energía.»

Entre quienes evolucionan dentro del sistema, puede haber perfiles de personalidad opuestos, y, por tanto, evolucionarán de distinta misma manera.

Los «sabios» o la pasividad dominante

No tienen ganas de luchar ni de rebelarse. Han decidido aceptar tanto lo mejor como lo peor. Viven sin grandes esperanzas, sin grandes ideales y sin proyectos alocados. Quizá se trate solo de supervivencia. En el fondo no son desgraciados, pero tampoco son verdaderamente felices. Lo normal es que hayan adoptado una filosofía sencilla consistente en aprovechar lo que hay y no preocuparse por lo que podría haber. No se trata de cobardía, sino de una especie de coraje, incluso de lucidez. Sin duda, podría decirse que su frustración es punzante, pero soterrada. Es, pues, una elección consciente. Para no sufrir demasiado, una vida banal es una alternativa aceptable.

EL PELIGRO: LOS MOMENTOS DE DEPRESIÓN

Algunos superdotados que consiguen adaptarse, esto es, funcionar por fin satisfechos dentro del sistema, «regresan» a veces, a causa de su comportamiento superdotado, a momentos de su vida en los que se debilitan más. En los momentos difíciles, de toma de decisiones, de estrés o de esfuerzo, se oponen entonces dos fuerzas: la fuerza adaptativa y la fuerza sensitiva, típica del comportamiento del superdotado. La fuerza adaptativa, más concreta, tranquilizadora y habitual para él, luchará para mantener el control. Pero, durante ese momento de fragilidad, durante ese «despiste», todas las debilidades vuelven a surgir. Entonces el superdotado se siente mal, duda y pierde los puntos de referencia. La confianza en sí mismo y en sus aptitudes se tambalea, se resquebraja. De súbito se siente desbordado e impotente. Todos los ingredientes de una auténtica depresión parecen estar presentes.

En realidad, se trata de una «depresión» en el sentido literal del término, es decir, de un «agujero» en el que se han perdido las referencias anteriores: son momentos de regresión en los que los mecanismos de control ceden y la serenidad se desploma. La estructura de la personalidad puede estar muy agrietada, obligando al adulto a realizar grandes reajustes: de la representación de sí mismo, de su identidad, de su comportamiento social o de su entorno afectivo. Hay que comprender bien que se trata de una relación de fuerza: lo íntimo propiamente, reprimido desde hace mucho tiempo, casi olvidado, pero que de repente resurge con una fuerza inesperada que puede trastocar por completo el curso de la vida. Es un cruce vital difícil de soportar, tanto para el superdotado como para su entorno. Se trata de una conmoción que debe situarse de nuevo en su contexto para darle sentido a fin de restablecer el equilibrio vital. No hay que olvidar que se puede proyectar la estructura de la personalidad, pero que resulta complicado, incluso imposible, deshacer toda la organización. «Genio y figura hasta la sepultura», dice el refrán popular.

Los retadores o la actividad dominante

Otra personalidad, otra estrategia. Los retadores se pasan la vida mostrando los colmillos. Dedicán toda su existencia a un solo fin: triunfar, llegar más allá, avanzar y hacer avanzar el mundo. Sus ideales están intactos. Su pasión es devoradora. Sus recursos se movilizan para alcanzar ese objetivo que se aleja cada vez más conforme él se acerca. Los retadores parecen inagotables, nada parece detenerlos y ningún fracaso desanimarlos. Al contrario, las dificultades refuerzan su determinación y su motivación. Los retadores consiguen transformar con más facilidad sus recursos de personalidad en éxito imponente y en talento. Son los que logran convertir su debilidad en fuerza y su fragilidad en energía vital. Pero hay que estar atentos a la dimensión ansiógena de este funcionamiento. Detrás de ese éxito resplandeciente, de esa vida deslumbrante, de esa felicidad maravillosa, suele esconderse una angustia latente que el exceso de actividad intenta atenuar. Hay que saberlo para no dejarse sorprender por recaídas bruscas, tan brutales como inesperadas. Esta «congelación de la imagen» puede ser especialmente dolorosa y lo es tanto más cuando quien la sufre no comprende bien su violencia súbita ni sus recursos íntimos, lo cual resulta muy desestabilizador para el superdotado y su entorno. A menudo, se trata de personalidades en apariencia tan fuertes que resulta difícil comprender que se hundan o simplemente que no les vaya bien. Los conocidos se encuentran perdidos y solo esperan que el superdotado recupere su energía habitual y vuelva a ser el guía y el líder en el que todos suelen confiar.

«Si tú no estás bien, ¿qué vamos a hacer nosotros?» Así puede formularse la perplejidad de quienes consideran infalible a ese adulto. Lo más desconcertante es, en efecto, la capacidad de recuperarse de ese adulto propulsado por una energía propia que parece inmune a las situaciones más graves. Incluso a la desconfianza. Los que tenéis este comportamiento, no os perdáis por el camino. Permaneced cerca de lo que sois. Aceptad los momentos de inestabilidad, de duda y de inseguridad, pues también son instantes llenos de vida y de nuevas posibilidades.

Aceptar la parte más oscura de uno mismo (los márgenes que corresponden más bien a nuestras fragilidades o a nuestros defectos, a nuestros límites, de los que casi nos avergonzamos) y respetarla es concederse un auténtico valor como persona.

Los que se enfrentan al sistema

Se los podría llamar los rebeldes, con todo lo que este sustantivo tiene de simpático y de dinámico, pero también de negativo y destructor. Cuando no se está nunca de acuerdo con nada y se rechaza todo. En bloque. Cuando el sentido crítico pasa por encima de cualquier otra posibilidad de comprender y analizar las cosas. Cuando se está

permanentemente encolerizado y se considera todo como una enorme mascarada inútil, sin interés, injusta e insoportable. Entonces la frustración arrastra al rebelde. La rabia recubre cualquier fuerza vital. La insatisfacción se vuelve crónica y «discapacitante». Ya no se puede avanzar más. La decepción se ha abierto paso y el desánimo es demasiado intenso.

¿Y si fuesen ellos los verdaderos creadores?

En el rechazo del sistema también se pueden encontrar creadores, precursores y «revolucionarios» que sabrán transformar ciertas parcelas de la vida y abrir nuevos caminos. Ser rebelde comporta verdaderos recursos si se sabe no persistir solo en el papel de víctima. Para crear, a veces hay que aislarse y alejarse de los caminos trillados. Ser rebelde es entonces una verdadera virtud.

Valentine ha encontrado una fórmula. Tiene 30 años, es como una niña sin educar aún y no tiene la menor intención de que la «encorseten», esto es, de elegir una profesión que de todas formas abandonará pronto y le exigirá una energía que no podrá utilizar para lo que le gusta. Valentine se niega a eso. Entonces entra a trabajar en una gran superficie para comprobar los códigos de barras de los productos de los estantes. Deambula por el hipermercado y pasa concienzudamente su lector por los productos... ¡escuchando con unos cascos un curso de filosofía! Es la filosofía lo que le gusta, lo que la ayuda a vivir, a pensar y a soñar con una vida diferente. Se trata de una excelente combinación, mientras espera encontrar un camino que le convenga de verdad (ahora piensa estudiar psicología).

Quieres o no quieres...

Pero no siempre hay tantas diferencias, y por lo tanto entre los dos extremos se encuentran los rebeldes *light*, es decir, los que no están de acuerdo con todo y organizan su vida fuera del sistema, pero no muy alejados de él. No quieren aceptarlo todo, pero son conscientes de las ventajas que pueden obtener de la estructura dominante. También pueden tomar la decisión de rechazar el sistema, pero entonces se sienten apartados de la vida y eso les da rabia. Rabia contra sí mismos, contra los que están en el sistema, contra las ganas de formar parte del sistema y contra... ¡las ganas de tener ganas de estar en el sistema! ¿Me sigues? Entonces entran y salen continuamente de la estructura establecida. No quieren renegar de su identidad profunda —en todo caso la que consideran esencial—, pero reconocen, aunque sea mínimamente, los beneficios que se pueden obtener de una estructura organizada y codificada. Intentan situarse, pero no saben muy bien dónde ni cómo. Buscan pese a todo, pese a sí mismos, el reconocimiento de los demás, si bien de manera desordenada. ¿El reconocimiento de quién y por qué? Es como si tuvieran vergüenza de necesitar la mirada del otro, el amor y la benevolencia de los demás. Resulta complicado. El sentimiento de carencia afectiva sigue siendo dominante.

Vincent pertenece a una familia de médicos. Él mismo había sido programado para hacer una brillante carrera médica. Pero para Vincent no había duda. ¿Para vivir una vida burguesa y presuntuosa como la de su familia? No, gracias. Vincent decidirá estudiar escultura. Pero, como un guiño del destino, se decantará por esculturas monumentales en madera que reproducen, en tamaño natural, seres humanos sufriendo (¿pacientes a quienes curar?). Y, para vivir de su trabajo, elegirá Internet (producto directo de nuestras sociedades organizadas y que está al alcance de su familia) para poner en marcha sus circuitos de distribución. En el fondo, confiesa en la consulta que su sueño más codiciado sería que su familia reconociese por fin su talento y se enorgulleciese de hasta dónde ha llegado. De rebelde a «sabio»... la frontera es a veces tan sutil...

Los que evolucionan sin sistema

Saben confusamente que el sistema existe, pero no saben qué hacer con él. Tampoco saben muy bien en qué consiste precisamente. Entonces se sitúan dentro, fuera, ¿qué más da? La confusión domina su vida y los puntos de referencia son difíciles de encontrar.

Viven, pero no están anclados a nada. Podría hablarse de «adultos errantes». No se sienten cómodos con nada. Buscan y se buscan permanentemente. Sin embargo, ignoran las razones y las causas de su búsqueda. Sus incesantes preguntas no encuentran respuestas; su pensamiento y su vida no están nunca en calma. Avanzan sin objetivos, sin dirección y sin proyectos. El aislamiento social es casi sistemático, por lo que se dan entre ellos verdaderas formas de inadaptación comunitaria que, en ocasiones, llegan a ser graves.

Cuando no logras encontrar tus señas de identidad, te sientes mal todo el tiempo y en todas partes. Cuando no consigues encajar en el entorno y no has establecido un sistema interior de funcionamiento propio, te vuelves agrio, cínico, desengañado.

¿Desengañados?

Estos adultos se encuentran en una especie de proceso de autodestrucción y son los más vulnerables a los trastornos psicológicos. Probablemente también sean los que más sufren.

Olivier observa el mundo con una mirada sardónica. Cambia de actividad constantemente para ganar cuatro perras. De todas formas dice que le importa un bledo. Nada vale la pena, nada tiene interés. ¿Casarme? Qué hipocresía; el amor es efímero. ¿Estudiar? ¿Para qué? ¿Para tener una profesión? Eso es una impostura y, además, son todos unos gilipollas. Nada le agrada realmente, nada parece conmoverlo. Ya no va a la consulta. ¿Los psicólogos? ¡Eso es ridículo! Yo he conocido a Olivier a lo largo de su vida. Y, a base de fragmentos de conversaciones —porque hacerle decir más de una frase constituye una proeza—, supe que le habían

hecho una evaluación psicológica en la adolescencia, coincidiendo con un fracaso escolar tan amargo como inesperado. Olivier, hasta entonces, era un brillante alumno sin historia...

Una tipología para situarse y tomar conciencia

El único objetivo de esta tipología es establecer puntos de referencia. No se trata de la fatalidad de funcionar de tal o cual manera, sino que es el fruto de mi observación clínica. Lo interesante de estas organizaciones en grupos distintos es provocar el «efecto espejo», que permite, quizá por primera vez, tomar conciencia de la forma de ser de cada uno, lo cual quizá permita también descubrir perfiles de personalidad que necesitan una mirada exterior para tomar conciencia de sí mismos.

Quisiera insistir una vez más en el hecho de que nada es inamovible y de que, si alguien se reconoce ahora en un determinado comportamiento, puede cambiarlo en cualquier etapa de la vida y tomar otro camino.

Los riesgos del sentimiento triunfal

El concepto del éxito está en el corazón de la sociedad. Triunfar, tener éxito, genera una presión y una tensión constantes de las que es difícil zafarse. Pero ¿de qué estamos hablando? ¿Es el éxito realmente lo que la sociedad nos devuelve, lo que los otros reflejan? ¿Es ese éxito el que nos hace felices? Sin duda lo es, pero no siempre. En realidad confundimos el éxito, el que conocemos todos, con el sentimiento de éxito, que escapa a las reglas establecidas. El sentimiento de éxito es íntimo y personal. Experimentar el sentimiento de triunfar en la vida es independiente del entorno. Lo que quiere decir que se puede tener la dolorosa sensación de haber desperdiciado la vida, aunque los demás se queden deslumbrados por nuestro éxito socialmente reconocido. Lo que también supone que podemos creer haber triunfado en la vida, pese a la mirada compasiva de nuestro entorno con respecto a decisiones que hemos tomado.

El éxito se articula entre la observación de uno mismo y la aceptación de la mirada de los demás, que nos permite sentir que estamos en el lugar que nos corresponde, donde nos sentimos a gusto.

El sentimiento de éxito es el resultado de una alquimia sutil cuyo secreto es diferente para cada cual.

El superdotado, presa de numerosas preguntas, en duda permanente, poniéndolo todo en cuestión a cada momento, ¿cómo va a pensar en el éxito? ¿Es que se puede pensar solo en el éxito? Para un superdotado, el éxito no es más que un sentimiento

fluctuante e inestable.

Para un superdotado, ¿es posible triunfar?

Para un superdotado, triunfar es vital, pero lo considera imposible. Por lo menos como él quisiera. Aunque lo consiguiera, nunca estaría a la altura del ideal que tiene de la vida ni de sí mismo. Para el superdotado, triunfar es hacer avanzar la humanidad, hacer avanzar el mundo. No se trata de conseguir el éxito profesional clásico. Eso para un superdotado no es en absoluto el éxito, aunque forme parte de él. El genio tiene una visión más trascendental del éxito, y le encantaría alcanzarla. Pero, cuando se es capaz de percibir con semejante lucidez los límites de los demás, ¿cómo no percibir primero los propios? Por eso el superdotado se siente pocas veces satisfecho. La imagen de triunfador que a veces proyecta no concuerda nunca con su visión del mundo. Para los demás, esa persona ha triunfado, pero para él falta aún mucho camino por recorrer. ¿Llegará algún día al final? Esta pregunta le produce un miedo visceral: no conseguirlo. Se siente tan pequeño, impotente e inepto ante la misión hercúlea que le gustaría realizar...

«Mi proyecto, probablemente te reirás de mí —me confía Julien—, consiste en ayudar a los demás a vivir mejor.»

Todavía un grado por encima se encuentra Michel, quien susurra, consciente de la megalomanía de sus aspiraciones, que le gustaría ser un hombre como Jesús o como Buda para transmitir un mensaje al mundo y hacer evolucionar profundamente a los hombres.

Es fácil ver el abismo que separa la realidad de esos sueños grandiosos, pero ese abismo afecta siempre al superdotado, aunque no diga nada al respecto y parezca adaptarse a una vida clásica de gustos sencillos y logros más bien discretos. No te engañes: en el fondo, el proyecto insensato sigue dando vueltas en su cabeza.

Cómo ser feliz en este mundo

Las grandes causas conmueven al adulto superdotado. Se siente aterrado como un niño ante las desgracias del mundo y las injusticias de la vida, mientras que la mayoría de nosotros termina integrando en nuestra visión del mundo los pequeños y grandes infortunios y viviendo con todo lo que nos rodea. Pese a los medios de comunicación que nos informan al instante y con insistencia de las tragedias próximas o lejanas, nos siguen preocupando ante todo, como si estuviésemos anestesiados, nuestros destinos individuales.

En el adulto superdotado se produce un dilema íntimamente perpetuo: ¿cómo ser feliz en este mundo repleto de injusticias, cómo sentirse egoístamente bien mientras que tantos otros sufren? ¿Tengo derecho a centrarme en mi insignificante vida sin preocuparme del destino del mundo? No exagero. Pero pocos adultos superdotados hablan de ello. ¿Quién les iba a creer? ¿Quién iba a compartir esa compasión y ese sentimiento de impotencia culpable? La gente opinaría que no se puede hacer nada, que no se puede salvar el mundo y que es inútil preocuparse. En suma, que esa actitud es ridícula e... infantil. Pero, si hablas con un superdotado y este se siente escuchado con confianza, verás cómo te lo confirma: le preocupa todo, todo el tiempo.

La parte infantil

Los adultos superdotados comparten una característica realmente asombrosa y, sin embargo, muy oculta: una parte infantil muy presente, y lista para activarse a la mínima provocación. Se encuentra escondida en el fondo de la «persona mayor», pero está completamente viva.

La parte infantil es lo que queda de la magia de la infancia: los sueños, la creatividad, la certeza de que todo es posible y, sobre todo, la capacidad de maravillarse. La capacidad de sumergirse en una alegría profunda por una simple nadería, pero también la de sentirse abrumado por una pequeña injusticia, por el más mínimo sufrimiento: un animal herido, un anciano al que le cuesta levantarse, el niño que se cae cuando estaba tan orgulloso de dar sus primeros pasos, etc.

Decirle a alguien que se comporta de una manera infantil es una crítica en ocasiones violenta y acerba por parte de los adultos anclados en certezas tranquilizadoras y que se esfuerzan en adoptar solo comportamientos sociales comúnmente aceptables. ¿Un reproche en forma de remordimiento procedente de esa parte de la infancia que uno ya no se atreve a sentir?

La ingenuidad, expresión de la credulidad

Se trata de una de las particularidades más llamativas de este adulto superdotado: sigue creyendo en ciertas cosas, como un niño. Cree en lo maravilloso, en la magia. Confía en la vida, en los hallazgos y en lo posible. Su ingenuidad lo predispone a creer en todo y a sentirse pronto abrumado por las consecuencias. Las lágrimas asoman en seguida a los ojos. Sin embargo, el superdotado se abstiene, comportándose como una «persona mayor», seria y reflexiva.

Pero conserva, escondida, un alma de niño.

El entusiasmo: una energía inmensa

Mi marido me dijo ayer: lo tuyo es increíble; eres capaz de maravillarte incluso con cosas que ya conocías.

Es un triunfo inaudito. No hay que olvidarlo jamás. Contrariamente a lo que se podría pensar, se trata de una cualidad rara y muy poco frecuente. Este entusiasmo que podemos sentir cuando nadie se anima contiene una energía excepcional que puede cambiarnos la vida completamente. ¡Se puede saborear sin moderación!

La cara más sombría de la parte infantil: el descontento y el sentimiento de omnipotencia alternativos

Un adulto superdotado suele quejarse mucho. Como un niño. Se queja de todo, todo el tiempo. Nunca es culpa suya, sino de los demás. Y además se lo cree de verdad. Como el niño que piensa que si saca una mala nota es porque el profesor es malvado o que si uno de sus padres le riñe se trata de una injusticia, pues, según él, «¡yo no he hecho nada!». Es lo que se denomina un funcionamiento «externalista». El sujeto considera que las causas del problema se encuentran en el exterior y que su responsabilidad no interviene. Todo el mundo llega a ser responsable en potencia: el jefe, el cónyuge, la sociedad, la economía, el Gobierno, los otros, el psicólogo, etc. Todos, menos uno mismo. Porque eso supondría una profunda reflexión, lo cual sería muy complicado para un frágil superdotado que apenas tiene confianza en sí mismo. «Quiero actuar bien, pero no puedo», no deja de repetir...

Pero, cuando se acerca peligrosamente a ese punto clave en el que siente cómo sus bases se tambalean, cuando la imagen, incluso vulnerable, que tiene de sí mismo amenaza con borrarse por completo, asistimos a un brusco cambio: el control rígido. De repente, el adulto superdotado retoma el mando con una ilusión de total omnipotencia o incluso omnisciencia. Aflora de nuevo toda la parte infantil: la omnipotencia del niño convencido de que tiene poder sobre todas las cosas.

El adulto superdotado, en esos momentos, comparte la misma certeza pueril: si quiero algo, lo puedo conseguir. Si he tomado una decisión, nada se me puede resistir. Y llegaré hasta el final.

Del descontento y la queja a la omnipotencia: ese es todo el espectro visible de la difícil construcción de sí mismo. La fragilidad de la propia imagen es la que maltrata al superdotado y le hace oscilar entre extremos tan infantiles. Por eso le cuesta tanto construir una representación estable y agradable de por qué lleva todas las de perder, y se aferra a mecanismos antiguos. Todas las dudas con las que vive, producidas por esa inteligencia afilada y esa sensibilidad afectiva, borran las pistas: ¿quién es en realidad? ¿Lo que percibe de sí mismo es lo bastante sólido para servirle de fundamento? Ese es su gran dilema.

El que tiene la edad del mundo

Pero he aquí otro aspecto inesperado. La parte infantil del superdotado convive con otra percepción: la de sentirse «multiedad».

¿Qué quiere decir esto? Algo en el fondo muy sencillo: la sensación —según las circunstancias, el contexto y las personas con quienes se está— de tener simultánea o sucesivamente distintos niveles de madurez.

Olvidemos la inmadurez, hablemos de hipermadurez

He aquí otro concepto que se aproxima a lo que se suele decir del superdotado, sobre todo del niño superdotado, cuando se habla de inmadurez afectiva. Se trata de una noción errónea, pues se tiende a confundir inmadurez con dependencia afectiva, que son factores sin relación alguna entre sí. En efecto, el superdotado es un ser profundamente afectivo. Es *ante todo* un ser afectivo. La injerencia afectiva está siempre presente en el superdotado, también en el acto cognitivo. El superdotado piensa antes con las emociones que con el cerebro. Por eso recibe en ocasiones el apelativo de inmaduro. ¡Como si el predominio del afecto fuese solo un privilegio de los niños pequeños!

Sin embargo, lo que sucede es que el superdotado es un camaleón que domina un registro muy amplio: ajusta su comportamiento, su pensamiento y sus actos para adaptarlos al máximo a las restricciones del entorno. En cierto modo, el superdotado juega con la inteligencia y la sensibilidad para adecuarse al mundo.

Ejemplo: si alguien espera que te comportes como un «bebé» porque sabes que esa actitud te permitirá obtener ciertas cosas, lo haces. Si tu alto nivel de razonamiento te permite convencer a tu interlocutor, lo utilizas. Si debes adaptarte a la imagen precisa que corresponde a tu categoría o función, lo haces. Si alguien espera de ti consejos y conocimientos por parte de una persona que comprende agudamente las cosas, se los das. Si debes analizar con sutileza una situación difícil y sacar conclusiones que nadie había considerado, también lo haces.

Cuidado, no estoy diciendo que el superdotado sea todopoderoso y omnipotente. Claro que no. Lo que digo es que su funcionamiento, en los aspectos intelectual y afectivo, le confiere una hipermadurez muy característica. La hipermadurez debe entenderse aquí como la capacidad única de analizar con una lucidez ejemplar todos los elementos de una situación, adaptándose a ellos. O de combatirlos, lo que viene a ser lo mismo en términos de utilización del mecanismo.

Grégoire, de 15 años, está en primero. Se siente inadaptado con relación a los demás. No ha pasado aún por la pubertad, es más bajito que sus compañeros de clase y sigue teniendo la mentalidad de un niño. Suele tener dificultades con las chicas, quienes le dicen que les parece muy mono pero que no pueden «salir» con él porque aún no es un hombre. Los profesores, como parece desanimarse en clase, le

hacen sentirse todavía un poco más joven. El director del instituto habla con sus padres porque piensa que repetir primero permitiría a Grégoire ganar en madurez. El director le pide su opinión, y le pregunta si está de acuerdo en que su edad crea un desfase con respecto a sus compañeros. Grégoire asiente débilmente. Pero en mi consulta estalla: «¡Eso me repatea! Debo hacerles creer que estoy de acuerdo, que soy menos maduro que los demás. ¡Me ven así a causa de mi retraso en el crecimiento! ¿Cómo podría explicarles que se trata de todo lo contrario? De todas formas, es imposible explicárselo. Tengo la impresión de “usar” mi madurez, como si me carcomiese la impaciencia. En la cabeza, tengo 20 años o más. No puedo soportar más el tener que esperar a la edad correcta para comportarme, hablar o decir lo que quiera. Para vivir como quiero. No puedo más. Cuando estoy con los amigos de mi primo, entonces es genial. Y como mi primo me presenta como un hipermaduro aunque sea más joven, pues ya está. Me aceptan, y yo me lo paso de miedo. Entonces, por fin me siento bien. Pero, en mi vida diaria, me derrumbo y siempre tengo la impresión de que algún día voy a explotar».

No poder estar en el exterior de aquello que se vive en el interior

¿Qué se puede hacer para ayudar a Grégoire? Su problema es el desfase existente entre su físico de pequeño adolescente y su madurez de joven adulto. Los demás lo ven en relación con su apariencia. Y, si empieza a ser realmente como es, a hablar, a portarse conforme a lo que vive en su interior, corre el peligro de que los demás lo rechacen, porque parecería una persona extraña. Y Grégoire, ante todo, quiere tener amigos. Pero eso le resulta agotador y además no se encuentra bien ni físicamente —tiene constantes dolores de estómago— ni psicológicamente: está deprimido. Pero aguanta a toda costa porque quiere superar sus años difíciles y porque su vista alcanza más allá, con una mirada aguda y prospectiva que su hipermadurez le confiere.

A Antoine, siempre le había parecido que tenía la edad de los perros. Cuando tenía 7 años, se sentía usado como un hombre de 49; a los 11, tenía las decepciones de un anciano de 77 años. Hoy, a los 25 años, a la espera de una vida más propicia, Antoine ha tomado la decisión de cubrir su cerebro con el sudario de la estupidez. Había comprobado demasiadas veces que la inteligencia es la palabra que designa tonterías bien construidas y amablemente pronunciadas, y que se ha desviado tanto de su sentido original que a veces es mejor ser tonto que intelectualmente capaz. La inteligencia te hace desgraciado, solitario y pobre pese a que su fachada ofrece una inmortalidad de papel satinado y la admiración de quienes creen en lo que leen.¹

La falla espacio-temporal:² vivir en varios espacios y tiempos

La cosa se complica aún más. El superdotado se siente multiedad, pero se sitúa igualmente en varios espacios y tiempos: pasado-presente-futuro. El tiempo de la experiencia personal es restituido por el espacio-tiempo del Universo. Tomar una decisión en el aquí y ahora resulta muy difícil al tener en cuenta el antes y el después, pero también más allá. La perspectiva de uno mismo es muy diferente porque se ve

relativizada en la escala del tiempo y del espacio, lo cual responde a la imposibilidad de desprenderse del contexto que experimenta el superdotado. Su existencia, su razón de ser y de vivir, depende de La Vida, con una L y una V mayúsculas. Su pequeña vida está vinculada al sentido del mundo. Aunque se le escape ese sentido, no puede considerarse aislado del resto. Toda su vida personal e insignificante se sitúa en una escala universal. Para el superdotado, solo esta perspectiva ecuménica e intemporal puede tener sentido y dar sentido a la vida ordinaria de cada uno.

Es evidente que esta visión de las cosas, tanto de su vida como de sí mismo, genera preguntas con respuestas imposibles, las cuales van a desembocar, inexorablemente, en abismos de angustia sin nombre.

Para un superdotado, por tanto, pocas veces se produce una armonía íntima entre lo que es y lo que hace. Sigue habiendo una distancia, por muy pequeña que sea, que genera esa incomodidad que conducirá bien a la superación de uno mismo, bien a una aceptación resignada, fuente de frustración.

Para liberarse, algunos superdotados actúan desde el otro extremo, y sobrestiman su importancia y su vida; intentan desafiar las preguntas que los carcomen. Las deforma; entonces ya no las entiende preocupado como está en magnificar su existencia y su persona. No nos equivoquemos. Es una farsa. A veces resulta útil, porque es protectora. Siempre es frágil, porque no lo protege nunca de un terremoto interior o de una sacudida exterior que hará salir de lo más profundo de sí mismo la propia esencia de su ser.

El tempo: estar siempre en otra onda

El tempo hace referencia a los movimientos. Al ritmo en el sentido de que ciertos movimientos son más rápidos que otros, y de que los más lentos suceden a los ritmos acelerados. Seguir el tempo es seguir el movimiento de la vida, ajustándose al mismo ritmo que todo el mundo.

El tempo es el problema central del superdotado: nunca sigue el tempo correcto. Jamás está en sincronía con el movimiento general. Está permanentemente en otra onda: adelantado o retrasado. Rezagado o quieto.

- *Por delante, suele ir muchísimo más deprisa.* Más deprisa para percibir, analizar, comprender y sintetizar. El superdotado abarca desde una perspectiva muy amplia todos los datos de un problema o una situación gracias a sus sentidos siempre alerta, que captan, tratan y asimilan hasta los más pequeños detalles. Dotado de esa empatía que linda a veces con el masoquismo, las emociones de los demás son vividas por delegación... Entonces, el superdotado tiene una perspectiva visionaria: ya ha llegado cuando los demás están empezando, ha comprendido la pregunta antes de haber sido

formulada, y sabe qué hacer mientras los demás todavía están pensándoselo; en resumen, va demasiado deprisa. El de los demás le parece en esos momentos un ritmo al ralentí. El movimiento de la vida parece haberse adormecido.

Se trata de una ventaja incómoda porque suele estar solo, sin nadie a quien contar las cosas. Es una ventaja que lo obliga a esperar, a mirar cómo actúan los demás y a descubrir sus meteduras de pata. Pero ¿qué decir, cómo decir continuamente lo que hay que hacer y cómo lograrlo sin parecer una persona presumida, orgullosa y engreída? Sin convertirse en alguien a quien se le dice: «Siempre tienes la razón». Pero esta frase contiene mucha agresividad contenida, rivalidad, envidia y celos, e indignación.

La ventaja del superdotado puede revelarse en un gran número de facetas de la vida personal o profesional. Por delante de los demás, por delante de su tiempo, por delante de su vida. Está bien tener ideas revolucionarias, pero hay que «encaminarlas» justificándolas. Más difícil todavía. Saber, antes de que el otro haya terminado, qué va a decir, lo que resulta irritante para el que habla, que se siente invadido en su intimidad. El hecho de comprender antes y mejor que el supuesto «enterado» puede resultar trágico... Los ejemplos pueden multiplicarse hasta el infinito. Son todos estos momentos de la vida «desfasados» y en definitiva incómodos. ¿Para qué ir por delante?

- *Parado o con retraso.* Son esos momentos en que la hiperpercepción del entorno llega a acentuar un detalle minúsculo en que el superdotado ha fijado su atención. Mientras los demás siguen progresando en el razonamiento, el ritmo de la discusión continúa y la vida avanza, el superdotado está inmovilizado. Cautivo. Este pequeño detalle que no interesa a nadie, en el que nadie siquiera se ha fijado, le parece de una importancia capital. Para él, si no se tiene en cuenta esa pequeña parte del problema, de la situación, no se podrá llegar a un resultado satisfactorio. Pasa de lado. Entonces se para, observa, reflexiona e intenta incorporar ese segmento de lo real. Los otros están lejos, pero él sigue ahí.

- *La demora es otra forma de desfase.* Una forma noble. Esta vez es la hiperconcienciación de la vida la que hace que el superdotado no siga el mismo tempo. Para este, algunas personas atribuyen una importancia desmesurada a ciertos valores que le parecen secundarios, ya se trate de éxitos, de dinero o de bienes materiales. A veces el genio tiene la impresión de que muchas personas corren continuamente sin un objetivo verdadero —sin dar sentido a su vida— y de que van demasiado deprisa sin hacerse las preguntas esenciales: ¿adónde voy? ¿Para hacer qué? ¿Qué intento conseguir en el fondo? ¿Cuáles son mis prioridades? ¿Acaso esta persecución desenfundada me conduce a la felicidad? Etc. Entonces el superdotado avanza más despacio, tomándose su tiempo para lo que considera las cosas «reales». Puede demorarse en la contemplación de un paisaje, de una obra de arte, de un espectáculo de la naturaleza, de la calle o de la gente. Puede entablar un debate en un encuentro que le gustaría vivir plenamente. Puede pensar con fantasía, nostalgia y júbilo en sucesos pasados o en proyectos futuros. Y dedicar

tiempo a todo ello. Quizá el tiempo de vivir. Plenamente. Pero, precisamente, eso no se ajusta al tempo, por lo que se propone salir corriendo a toda velocidad, como por una autopista, aunque el camino que tome sea una comarcal estrecha.

El superdotado no suele estar en el tempo adecuado, y ese desfase le produce una desagradable sensación de extrañeza y, paradójicamente, de incomprensión del mundo.

Un desfase en el tempo genera siempre problemas de comunicación con los demás: uno no se comprende ni está sincronizado.

No seguir el mismo tempo es el gran malentendido con el mundo.

Cuando el tempo no está sincronizado con lo que se vive: no poder sacar partido de las cosas

Se trata de una combinación de la falla espaciotemporal y del desfase del tempo: al superdotado le cuesta centrarse plenamente en lo que hace y en lo que experimenta. Su pensamiento lo lleva a contextualizar el presente en sus recuerdos o en un pasado más amplio, pero también a proyectarse sobre un futuro donde recordará lo que está viviendo en el aquí y ahora.

Ejemplo: Paule da un paseo por la montaña en medio de un magnífico paisaje otoñal. Es una caminata especialmente agradable, y, sin embargo... Paule se preguntará acerca de lo que ha cambiado en el paisaje con relación al siglo anterior. ¿Veían sus antepasados exactamente la misma naturaleza circundante? Y ¿por qué ha cambiado? Pero, sobre todo, Paule, al cabo de unas horas, se encontrará con sus amigos y les contará lo maravillosa que ha sido la increíble excursión que acaba de hacer. Se pregunta cómo describir con precisión lo que ha visto y sentido. Pero, en ese momento, ¿qué es lo que vive? En realidad no lo sabe porque no está completamente conectada al presente.

Lo femenino y lo masculino: dejar su sitio a cada uno

Todos tenemos, en nuestra personalidad, una parte femenina y otra masculina.

La parte femenina corresponde a la franqueza, la sensibilidad, el afecto, la dependencia y la fragilidad. Por el contrario, la parte masculina tiene que ver con la voluntad, el rendimiento, la lucha, la independencia y la fuerza. Esta visión es muy esquemática, lo admito, pero suficiente para aclarar mi propósito.

En función de si se es hombre o mujer, el equilibrio de la personalidad favorece a unos u otros de esos componentes. Lo cual no significa que la parte contraria no exista, sino que está en segundo plano y es más discreta. La parte correspondiente a nuestra identidad sexual adquiere más importancia y se activa y expresa con prioridad, lo cual sucede progresivamente durante la infancia y se confirma en la adolescencia.

Pero, en el adulto superdotado, encontramos aún presentes, de manera muy marcada, esas dos tendencias de la personalidad.

En el caso del hombre, la parte femenina ocupa un lugar importante: la sensibilidad, la receptividad afectiva, la necesidad del otro, el interés por los demás y por los debates permanecen. El hombre se encarga de acallar esta tendencia de su personalidad, que podría suscitar burlas o mofas. Ni siquiera a él mismo le parece tan normal sentirse a gusto con las mujeres con las que se comunica con tanta facilidad y a las que, por otra parte, comprende perfectamente. Y no en una relación de seducción. A los otros hombres les cuesta mucho concebir eso.

En la mujer superdotada, su esquivada necesidad de independencia, su sentido del desafío, su talento espontáneo para dirigir, para mandar, para dar órdenes y para dominar, así como su tendencia al reto y a la lucha (¡psicológica!) hacen que emerja con fuerza su parte masculina.

***Aceptar la parte femenina de uno mismo:
el desafío al que se enfrenta un adulto superdotado, ya sea hombre o
mujer***

Para el hombre consiste en dejarse iluminar por todo lo que forma parte de su encanto sensible, más dulce, menos tajante y más vulnerable. Aunque esté mal visto por la comunidad masculina, es un gran triunfo en su relación con las mujeres. Es también un verdadero tesoro en su relación con el mundo, cuando el sentido estético y la receptividad sensible al entorno se valoran.

En el caso de la mujer, la dificultad es inversa: las mujeres pueden utilizar su parte masculina, y servirse de ella para construir su vida y llevar a cabo sus proyectos, pero también pueden vivir la sensibilidad, la emotividad, la fragilidad y la necesidad de recibir, y dejan así a los hombres la posibilidad de acercarse a ellas, lo cual les da menos miedo y despierta en los hombres la sensación de poder protegerlas. En la vida en general, la parte femenina se abre al mundo. Y a pesar de que esta faceta de uno mismo revele una mayor vulnerabilidad, también es una gran fuente de inspiración, de creatividad y de placer.

CAPÍTULO

La dificultad de ser un adulto superdotado

La dificultad de ser un adulto superdotado puede abordarse desde dos ángulos: el de la lenta y esencial construcción de uno mismo, de la personalidad, de la imagen que tienen los demás de nosotros y que determina nuestra relación con el mundo y con los demás; y el del ángulo más específico de las características funcionales de los superdotados que adquirirán un relieve y una presencia singulares en la edad adulta. Estas características, presentes desde la infancia, se convertirán en formas de estar en el mundo que pueden complicar el equilibrio vital. La imbricación entre la trayectoria del niño superdotado que se ha sido y el adulto que se llega a ser es naturalmente estrecha.

En las líneas que siguen se presentan modos de funcionamiento que se pueden observar también en otros perfiles de personalidad. Es cierto. Pero lo que es específico del superdotado, como siempre, es la intensidad de cada una de esas expresiones de sí mismo y el sufrimiento que a veces acarrearán. La frecuencia de aparición de esas características de la personalidad permite identificar al grupo, distinto de los demás, que componen los adultos superdotados. Ni completamente iguales ni del todo diferentes...

Una lucidez asombrosa

La lucidez es la herida más próxima al sol.

RENÉ CHAR

¿Cómo vivir con esta lucidez que inunda todo lo que nos rodea, que escudriña cada recoveco, que se fija en el más pequeño detalle? Una lucidez que penetra en lo más profundo del otro. La lucidez del superdotado es más poderosa, sobre todo, porque bebe de una doble fuente:

- la inteligencia aguzada que disecciona y analiza,
- la hiperreceptividad emocional que absorbe hasta la más pequeña partícula de emoción ambiental.

Esta lucidez penetrante no permite distracciones. Y el superdotado no puede desconectar el rayo láser que lo habita, que funciona sin descanso. Cada vez se vuelve más difícil sentirse seguro, confiar en los demás y dejarse llevar por la vida. La lucidez crea un verdadero trastorno que no figura en los manuales de psicología y, sin embargo, se asemeja al vértigo y en ocasiones a la pérdida de conciencia; al sufrimiento, siempre.

Todos los adultos superdotados explican lo doloroso que resulta sentirse invadido por esta percepción ampliada del mundo. Es como cuando, de pequeño, uno observa las hormigas evolucionar en el hormiguero de paredes crecientes. La lucidez agudiza y amplifica, pero sobre todo nunca permite «no ver». Es más fácil vivir cuando uno no se fija en las disfunciones, ni se para a pensar en problemas anodinos, ni se siente conmovido por emociones a priori insignificantes.

Semejante lucidez debilita el equilibrio vital, y nos hace preguntarnos incesantemente sobre el sentido de la vida. Pero también supone ponerlo todo en tela de juicio a cada momento, porque no aceptamos nada sin condiciones. Antes de considerar una situación, una aptitud o un conocimiento como válidos y aceptables, el superdotado lo habrá pasado ya por el tamiz de su análisis.

Este proceso se observa también en la consulta: hace falta tiempo, mucho tiempo, para que este paciente, *a diferencia de los demás*, se suelte, baje de su torre de control y se deje guiar y acompañar. En primer lugar, el paciente observa al psicólogo, examina su comportamiento y su actitud, y juzga su capacidad de comprensión y sus habilidades. Ante todo, es el paciente quien pone a prueba al psicólogo. Y, basándose en sus resultados, decide confiar en él... o no. En ocasiones jugará al juego del psicólogo y lo manipulará «a ver qué pasa». Como en el póquer. Al psicólogo le tocará desenmascarar o perder la partida: y el paciente dejará de prestar atención. El verdadero perdedor, por desgracia, siempre es él. Pero ¿qué interés tiene estar con un psicólogo a cuyos métodos terapéuticos es capaz de adelantarse? En cambio, si deposita su confianza en el terapeuta, sobreviene la desconfianza. La confianza del superdotado nunca se gana definitivamente. El superdotado tanteará cuidadosamente el estado de cosas para comprobar si el psicólogo resiste bien, si no abandona en plena carrera. Y, si el psicólogo cae en la trampa, habrá que volver a la casilla de partida. Hay que comprender que el superdotado no hace todo eso para poner al psicólogo en dificultades, sino porque necesita sentirse comprendido y protegido para poder dar la mano a quien se la tiende.

David tiene 25 años. Lleva varios días acudiendo a mi consulta. Le cuesta encontrar un modo de vida satisfactorio. Ha tirado la toalla, y cada vez que emprende un nuevo proyecto, su lucidísimo análisis de la situación le hace percibir los errores y los límites. Entonces se pone a buscar otra cosa. Un día, durante una sesión, me dice: «¿Cómo es que me comprendes, si no eres superdotada? Tú llegas hasta tus límites. Comprendes la teoría, pero no lo que yo experimento». ¡Uf, habría que oírlo! E integrarlo en el camino terapéutico. Si no, mal vamos, pues entonces es el paciente el que está perdido.

La lucidez con respecto al mundo confiere una gran lucidez con respecto a uno mismo

Cuando uno funciona con esa acerada facultad de observar y diseccionar incansablemente el mundo, cuando percibe con agudeza las debilidades y los límites de los demás, ¿cómo no percibir, primero, los propios fallos? He ahí lo que acecha, a cada paso, al superdotado: dudar de sí mismo, de quién es él, de sus posibilidades, de sus aptitudes y de sus cualidades. Cuando se es superdotado, uno no se siente nunca, pero nunca, superior a los demás. Al contrario. Y, sin embargo, la idea del sentimiento de superioridad que uno tenía por ser superdotado molesta tanto a las mentes... de quienes no lo son.

Lo que sí es cierto, no obstante, es que algunos superdotados «inflan su ego». Desarrollan una personalidad que rezuma suficiencia y en ocasiones desdén. Dan una imagen de personas que se creen muy por encima de la masa. Pero ¡no nos equivoquemos! Al igual que la rana de la fábula de La Fontaine, que quería ser tan grande como el buey, el superdotado con aspecto pretencioso es el más vulnerable de todos. Su suficiencia pretende enmascarar un sentimiento de impotencia y profunda fragilidad. Tiene miedo. Le aterra la idea del rechazo. Si adopta ese comportamiento es porque está sufriendo.

La lucidez con respecto al mundo y a sí mismo abre las puertas de una comprensión contundente y acerada. La fuerza de esa lucidez puede resultar dolorosa, pero es también la fuente de una visión de las cosas que podría calificarse de extralúcida.

El miedo

Con el miedo se podría explicar la mayoría de las singularidades de funcionamiento del superdotado. El miedo, todos los miedos, están ahí. El miedo nace de un sentimiento de peligro, pero el peligro no es siempre identificable. Entonces el miedo se vuelve omnipresente, difuso y constante; se insinúa por doquier y envenena numerosos momentos de la vida.

¿Por qué tiene tantos miedos el superdotado?

El miedo es un estado afectivo que compartimos todos. Es una emoción que puede ser necesaria para afrontar ciertas situaciones: el miedo moviliza recursos, energía y fuerzas. Es útil en determinados casos. En otras situaciones, el miedo genera una verdadera angustia y puede llegar a paralizarnos. Casi siempre sabemos de qué tenemos miedo, por lo que podemos enfrentarnos al peligro, ya sea mediante la acción o el pensamiento. Los contornos del miedo son perceptibles.

El miedo del superdotado toma una forma completamente distinta: a lo que más teme el superdotado es a sí mismo. Tiene miedo a su pensamiento, que puede arrastrarlo hasta profundidades espantosas; tiene miedo a sus emociones, que lo invaden de manera incontrolable; tiene miedo a los demás, de los que se siente al mismo tiempo distinto y semejante; tiene miedo de no saber dominar la vida. Tiene miedo, sobre todo, de encontrarse frente a sí mismo y no gustarse, esto es, de decepcionarse. O de darse cuenta de que se ha equivocado, de que aquello en lo que se ha convertido no le conviene y de que sus decisiones no hayan sido correctas.

En realidad, el superdotado tiene un miedo terrible a esa confrontación íntima.

El miedo del superdotado también puede adoptar otras caras

El perfeccionismo

Las cosas, para un superdotado, o bien son perfectas, irreprochables y completamente terminadas, o bien no valen la pena.

No hay que confundir esto con el carácter ni, mucho menos, con la patología obsesiva. La diferencia entre la normalidad del superdotado y la patología clásica es siempre muy sutil.

La sed de lo absoluto, de lo «perfecto», tiene a veces efectos perversos: la incapacidad de arriesgarse. El inmovilismo acecha al superdotado, que en su búsqueda de la perfección imposible de saciar, se detiene a medio camino y muestra una inercia temible. Pese a su inmensa capacidad intelectual y a su rica personalidad, el superdotado se estanca. Cuanto más lo incitan a moverse, tanto más le recuerdan su incapacidad de destacar y tanto más lo agarrotan. No aventurarse es también una manera de evitar cualquier riesgo de fracaso y conservar la ilusión de que, si hubiera actuado, habría tenido un éxito maravilloso. Es una trampa. Un espejismo.

«La angustia absorbe gran parte de su energía ante su incapacidad de realizarse, pese a las posibilidades de que disponen.»¹

No poder apoyarse en nadie

Cuando se tiene semejante capacidad de funcionamiento, es difícil no detectar en seguida la fragilidad, la debilidad, los límites o, lo que es peor, la incompetencia del otro. Sin embargo, uno querría confiar en alguien, encontrar a alguien a quien admirar y de quien aprender. Una persona a la que se tuviera una gran consideración y respeto. Podría hablarse incluso de alguien que nos dominara por su personalidad y sus habilidades. Pero estos encuentros son tan raros, tan excepcionales... ¿Qué suele ocurrir habitualmente?

Al superdotado le cuesta aceptar las reglas que proceden del exterior porque son siempre discutibles y pueden ponerse en tela de juicio. «No creo realmente en nadie», explica con frecuencia el superdotado.

Sus propias aptitudes, su sagacidad para el análisis, su capacidad de englobar en una comprensión fulgurante un número considerable de conocimientos conexos sobre una materia en principio desconocida, le permiten comprender más a fondo y llegar más lejos de lo que le enseña el maestro. Y más deprisa.

Duro, muy duro... para el superdotado resulta muy duro, porque es desconcertante ir otra vez por delante y solo. Resulta insoportable, incluso inadmisible, que se le supongan conocimientos. Las relaciones de jerarquía y autoridad suelen estar condenadas al conflicto y a la ruptura.

La falta de confianza en las figuras de autoridad y la rapidez de aprendizaje que conduce en seguida a adelantar al maestro condenan al adulto superdotado a ser autónomo en su actividad profesional, a ser su propio «jefe» y no depender más que de sí mismo.

La intensidad del pensamiento

En el caso del superdotado, pensar es vivir. No hay otra opción. No puede detener ese pensamiento poderoso e incesante que, sin descanso, escruta, analiza, integra, asocia, se anticipa, imagina, pone en perspectiva... Ninguna pausa. Jamás.

Entonces, piensa en todo, todo el tiempo, intensamente. Con todos los sentidos alerta.

Las generalidades y las simplificaciones son una misión imposible. Lo que se activa, hasta el infinito, es la precisión y la disección.

«Todo lo que veo, siento y oigo se adentra en mi mente, la envuelve y la hace girar a toda potencia. Intentar comprender es un suicidio social, es no apreciar la vida [...]. Normalmente se mata lo que se intenta comprender, como el estudiante de medicina, que, sin diseccionar, no puede alcanzar el conocimiento [...]. No es posible vivir siendo demasiado consciente, demasiado pensante.»²

Y por ahí es por donde acecha a veces el peligro: cuanto más se piensa en una cosa, más cerca se está del absurdo. A fuerza de asociar y encadenar las ideas, se llega a un punto ridículamente insustancial. Y, sumergiéndose cada vez más en el pensamiento, se le quita progresivamente todo el sentido que se le había ido dando. Se ha perdido por el camino lo que constituía su esencia. ¿Cómo dar crédito entonces a ese pensamiento o esa idea, cómo considerarlo válido e interesante? Ya no se lo puede tomar en serio. Ahora nos parece grotesco. Irrisorio. Y, además, como uno es el único que piensa de esa

manera, llega a creer que está loco. Ocultamos a los demás los meandros de nuestro pensamiento. Si todo el mundo piensa de otra manera, si nadie llega a este punto de reflexión, ¿cómo imaginar otra cosa distinta de la locura? Un miedo inmenso.

El pensamiento al borde del abismo

La intensidad del pensamiento nos arrastra hacia un punto en el infinito, donde nos sentimos agitados por un movimiento sin fin y sin límites. Es una sensación que crea un malestar real, porque ya no sabemos a qué aferrarnos. Nos perdemos, y nada nos detiene. Nada ni nadie viene a protegernos. En esos momentos, es como si la vida se convirtiese poco a poco en un punto microscópico que se alejase a toda velocidad. La bocanada de angustia no está nunca muy lejos.

«Cuando me pongo a pensar demasiado, tengo la impresión de que puedo caer en un coma de pensamiento», explica Raphaël, de 22 años. Esa sensación le produce tanto miedo que encuentra mil y un subterfugios para que no le quede ni un minuto para pensar.

Llevar las discusiones hasta el final...

Un superdotado fuerza a veces en este contexto los límites de la discusión. Sin respiro. Para llegar hasta el final del todo. Para delimitar el sentido preciso de las cosas. Sin equívocos. Sin vaguedades. Para estar seguro. O al menos para aproximarse lo más posible a la realidad. Cuando se discute con un superdotado, uno se encuentra enfrascado en discusiones ilimitadas en las que ningún argumento parece tener base, lo cual resulta agotador y en ocasiones incomprensible. ¿Cómo puede alguien ponerlo todo en cuestión? Todo el tiempo. Y no contentarse con explicaciones pragmáticas o con argumentos habitualmente aceptables. Pero no para ellos. Jamás.

En situaciones «jerárquicas» —un padre con su hijo, un jefe con su colaborador, etc.—, los conflictos pueden llegar a ser inextricables. El superdotado no afloja hasta tener la certeza de haber llegado hasta el final. En el ámbito profesional puede producirse un choque, si cada uno de los participantes está convencido de la «mala fe» del otro. Incomprensión fundamental. Desolación profunda por parte del superdotado, que se encuentra tirado en la cuneta, sumido en sus pensamientos, sin comprender lo que podría haber ocurrido.

Análisis constante del entorno y de sus peligros

Estoy en el cine. La película no consigue absorberme. Miro a mi alrededor y pienso en todos los peligros posibles: desde un mareo repentino hasta un incendio en la sala. Imagino todas las eventualidades posibles. Dónde están las salidas de

emergencia, cómo actuar si se hunde el techo, de qué material son los asientos (en caso de bomba), qué hay que hacer primero, etc. Al cabo de un momento —no podía ser de otro modo—, se produce el ataque de pánico. Me ahogo, tengo la impresión de que voy a morir dentro de cinco minutos, tiemblo y me agarro a la persona que está conmigo. Le pido que salgamos en seguida porque tengo demasiado miedo.

¿Excesivo? ¿Excepcional? En realidad, no. Desde la infancia, la percepción y el análisis constante, minucioso y profundo de todos los elementos del entorno es el origen de un tipo de ansiedad difusa. Se examina hasta el mínimo detalle. Lo que es sorprendente es que el superdotado ve tanto cosas enormes, tan evidentes para todos que nadie las ve o no se da cuenta de su presencia, como detalles minúsculos en los que solo se fija el superdotado.

Maxime, de 8 años, tiene que hacerse una radiografía dental. Al llegar a la consulta de radiología, observa el pictograma de precaución que indica la presencia de rayos X. Entonces empieza a hacer preguntas sobre los peligros y los efectos de esos rayos, sobre las consecuencias para el medio ambiente, sobre la precisión de la radiografía: ¿la zona está delimitada con exactitud o pueden alcanzar los rayos otras partes del cuerpo? Y, en caso afirmativo, ¿cuáles? Y así sucesivamente. Maxime tiene miedo, mucho miedo. Ni las palabras del médico ni las de su madre lo tranquilizan. Si no es peligroso, ¿por qué está ahí esa señal? A cada explicación, Maxime hace una nueva pregunta. Faltos de argumentos, el médico y la madre obligan a Maxime a sentarse para hacerle la radiografía. Maxime está llorando, pero no dice nada. De todas formas, sabe que hay un riesgo, aunque sea ínfimo y muy improbable. El hecho de que los adultos no lo calculen ni lo tengan en cuenta aumenta su inquietud. En mi despacho, vuelve a plantearme las preguntas sobre los peligros potenciales...

¿Cómo vencer ese miedo?

Es difícil de aplacar porque el superdotado ha analizado absolutamente todo lo que habría podido suponer un peligro. Y, en un plano de la realidad, tiene razón. Por ejemplo, incluso aunque no vivas en una zona sísmica, no se puede afirmar que estés a salvo de un temblor de tierra. ¡Intenta hacérselo creer al superdotado! No lo conseguirás nunca. Y cuanto más insistas, más miedo tendrá: él es por tanto el único que sabe, que percibe y que se anticipa a las cosas. Nadie se da cuenta de lo evidente: el peligro está en todas partes. Por tanto, el superdotado tiene miedo.

Entonces, es muy importante no decir nunca que lo que le da miedo no puede suceder. ¡Porque es falso! Hay que adoptar una actitud benévola en la que quepa la emoción. Es distinto decir «Es ridículo tener miedo, no tienes ningún motivo para tener miedo»... que reaccionar diciendo: «Comprendo que tengas miedo, es cierto que eso puede dar miedo, pero...». En este caso, aceptamos la emoción intentando aportar perspectivas de apaciguamiento. Decir que el miedo es injustificado refuerza el malestar del superdotado: si este siente miedo, sus razones tendrá, aunque parezcan irracionales o

improbables. Una emoción es siempre aceptable intrínsecamente. Cuando nos sentimos respetados en lo tocante a la emoción que nos afecta, estamos más dispuestos a comprender y a adoptar otras formas de analizar la situación o de considerar el problema. Esta es la etapa esencial para plantearse perspectivas más tranquilizadoras.

El padre de Óscar, de 9 años, va a arroparlo por la noche. Su gran placer: el padre le lee cada día varios fragmentos del *New York Times*.

Una de las mejores cosas es que papá descubría un error en todos los artículos que elegía. A veces se trataba de errores gramaticales, a veces eran errores geográficos o fácticos, y otras veces el artículo no decía todo lo que debía decir. Me encantaba tener un papá más inteligente que el *New York Times* y me encantaba sentir en la mejilla sus pelos del pecho a través de la camiseta y que conservase aún el olor a *aftershave* al final del día. Junto a él, mi cerebro se sentía tranquilo. Yo no necesitaba inventar nada.³

Un miedo que puede hacernos perder pie

Algunos superdotados atestiguan momentos de pánico total en situaciones en las que su pensamiento y su sensibilidad captan los peligros potenciales para ellos o para los demás. A veces se sienten los «guardianes» del mundo porque son auténticas torres de control que no abandonan nunca su puesto. Cuando se sienten impotentes para prevenir el peligro o protegerse de él, su hiperreactividad emocional transforma el miedo en un huracán que lo arrastra todo a su paso. Desestabilizados, desarmados, completamente desbordados, llegan a experimentar un verdadero malestar físico. Si esas experiencias de percepción de peligros inminentes se reproducen con demasiada frecuencia, pueden desarrollarse auténticas agorafobias. En el caso de esta patología, la confrontación con el mundo se vuelve tan angustiada que imposibilita cualquier actividad social. El sujeto ya no sale de casa y termina por abandonar los estudios, el trabajo y la vida. La agorafobia no es específica de los superdotados, pero encontramos una proporción considerable de ellos que han padecido o padecen esa patología. Su apresuramiento ansioso —alimentado por el análisis penetrante y mordaz de cuanto los rodea— los expone a ese miedo excesivo.

Me gustaría poder decir, al final de esta aventura, como el personaje de Joker en *Full Metal Jacket*: «Estoy en un mundo de mierda, pero estoy vivo y no tengo miedo».⁴

El miedo que se siente por los otros

Un superdotado se preocupa de muchas cosas. De todo el mundo. De sus allegados, para empezar. Ya de niño se inquieta a causa de sus padres, en una relación inversa. Habitualmente, son los padres los que se preocupan de los hijos, pero el superdotado se

preocupa por sus padres. Por todo. De la inquietud debida a su relación de pareja al temor por sus problemas económicos, del temor a que surja una dificultad profesional a la angustia causada por un problema de salud... el niño superdotado vive con la previsión ansiosa de lo que podría pasarle a su familia, y busca continuamente, de manera más o menos consciente, la forma de ayudar a sus padres o de evitarles problemas. Pero lo que más lo aflige es la inquietud que sienten sus padres a causa de él. No quiere ser un motivo de preocupación para los que ama, y menos aún para sus padres. La previsión ansiosa pasa a ser el pan nuestro de cada día. Ya de adulto, seguirá preocupándose por todos, y lamentará su imposible indiferencia ante las desgracias del mundo. Y cuando le toca ser, a su vez, padre, lo invade la angustia que le producen sus propios hijos. Consciente, «sobreconsciente», de todos los peligros que nos acechan, quisiera controlarlo todo, lo cual es agotador psicológicamente para él y asfixiante para sus hijos. «Yo —me dice un padre inquieto— siempre podría salir adelante en cualquier caso hipotético. ¿Pero él?» No se trata de una falta de confianza en su hijo, sino de una inquietud excesiva producida por una enorme receptividad a cuanto sucede en el entorno y a su análisis lúcido y perspicaz del mismo. No es fácil vivir con eso.

El miedo de los superdotados bajo el foco de la investigación científica

He aquí algunos datos procedentes de nuevos estudios, sin duda anecdóticos, aunque reveladores, de esta anticipación al peligro, tan frecuente en los superdotados:

- La proporción de ateos es más elevada entre los superdotados que entre la población general. ¿Por qué? Para ellos es imposible creer en lo indemostrable.

Somos profundamente agnósticos, al menos yo, pero al mismo tiempo no lo somos. Porque en cierto modo también necesitamos sentirnos seguros y, sobre todo, dar sentido a las cosas. Testimonio, testimonio...

- En un estudio realizado con 17.000 personas examinadas durante 20 años, se observó que la probabilidad de ser vegetariano es significativamente más elevada entre los superdotados. Siempre se ha considerado que la alimentación vegetariana es menos nociva para la salud. El miedo a los peligros potenciales que supone una alimentación tradicional motiva probablemente su elección alimentaria.

- Los superdotados fuman menos que los demás: en general adoptan de forma más espontánea comportamientos protectores. Por otra parte, los superdotados presentan menos riesgos de padecer enfermedades cardiovasculares. ¡Buenas noticias!

- Los superdotados se gastan el dinero más fácilmente en tonterías. Su extrema concienciación del fin y de la vacuidad del mundo no los incita a ahorrar. ¿Para qué?

Quod erat demonstrandum.

La culpabilidad

«Sin embargo, me habría gustado, en aquel entonces, ser brillante, ser una buena alumna, en primer lugar para enorgullecer a mis padres pero, sobre todo, para sentirme orgullosa de mí misma; es un lujo que nunca he podido permitirme», me escribe Marie, de 36 años, que ha descubierto que es superdotada.

Insidiosa, tenaz, la vergüenza por lo que *no se es* resulta destructora. La vergüenza por no ser lo que los demás esperan. La vergüenza por miedo a decepcionar. La vergüenza por las propias dificultades. La vergüenza por algunas «rarezas».

La vergüenza habita en el superdotado, muy a su pesar, como fruto de una culpabilidad que se alimenta de lo no dicho, de la falsa condescendencia y de la compasión fingida, pues, el superdotado —aunque su entorno parezca aceptar lo que es—, en el fondo, sigue convencido de que ha decepcionado a los demás y de que no ha sabido estar a la altura de las circunstancias. Este nivel de exigencia tan elevado lo establece él, no siempre o realmente los demás. Pero, para él, nada está nunca lo bastante bien con respecto a lo que considera su objetivo. Sin saber además que él era el objetivo que debía alcanzar. Hay que comprender que no se trata en modo alguno de una realidad, sino de una representación de sí mismo y de su éxito, que crea un sentimiento de imperfección permanente, de dolorosa decepción ante sí mismo. Cuando uno ha vivido siempre con un sentimiento de sí mismo tan característico, lleno de altibajos, sigue convencido de que está obligado a hacer algunas cosas a cierto nivel. Entonces, uno se empeña en la búsqueda desordenada de un objetivo quimérico, que nunca podrá ser alcanzado.

Comprender, sobre todo comprender, qué es esa mirada que altera la imagen de uno mismo permite rasgar un velo opaco tras el cual se sufre en silencio.

¿Culpable de sentir?

Cuando se perciben demasiadas cosas, incluidas aquellas que nunca deberían haberse observado, se genera una especie de culpabilidad indescriptible: la culpa de haber comprendido demasiado y de ir por delante del otro, de los otros. Entonces uno comprende que los demás parecen estar ya muy atrás, que siguen pensando a su ritmo. Los ve avanzar penosamente y sufre no solo por su lenta progresión, sino también por la culpabilidad de haber avanzado demasiado deprisa, de no estar sincronizado. ¡Otra vez el tempo! Esta curiosa forma de culpabilidad incomoda mucho al superdotado. A menudo no sabe qué debe hacer: tiene ganas de avanzar, de adelantarse y de acelerar porque lo ha comprendido, pero entonces se descuelga, solo, del pelotón y debe justificar su avance, del que por cierto se avergüenza. Con frecuencia, además, el superdotado «reconstruye»

un razonamiento plausible para explicarlo. O bien espera, se acomoda, ralentiza su sistema y se aburre, se desentiende, pierde el interés, y... se siente culpable de no estar tan motivado como los demás.

Ir por delante supone asimismo evidenciar las debilidades de los demás. Sin embargo, muy a menudo, el superdotado no querría ni verlas siquiera. ¿Por qué estar siempre luchando con esta comprensión, este análisis, estas deducciones fulgurantes que lo propulsan hacia adelante? Estar con los demás, al mismo ritmo, sería mucho más agradable.

Una vez más, el superdotado no logra encajar y se siente culpable de ese desfase, por muy involuntario que sea.

El sentimiento de imperfección

El pensamiento puede ser una trampa que lo cuestiona todo. De entrada, se nos aparece con la sensación de que nada es como habríamos querido, de que nada corresponde a lo que parece esencial.

¿Triunfar? Si triunfar consiste en llevar una existencia como esa, ¿de qué sirve? No se trata de un rechazo del éxito. Al contrario. Sino de un rechazo del tipo de éxito desprovisto de sentido. Tener éxito, sí, pero en qué, cómo, para qué: inexorablemente hay que volver a considerarlo todo, a examinarlo, a analizarlo; nada está asegurado en ningún momento. El sentimiento de carencia de algo, de mediocridad, es permanente y atenúa la alegría de haber logrado cualquier cosa, de haber obtenido cualquier victoria, por pequeña que sea. El superdotado vigila con atención lo que constituiría un orgullo inmenso para otro, pero que para él, a la luz de su análisis, no es más que un éxito relativo. ¡Un éxito relativo a la escala del mundo!

Cyprien, de 20 años, va errando por la vida... Después de varios intentos de estudios superiores interrumpidos, se derrumba: «Los estudios no sirven para nada. ¿Un trabajo interesante? ¡Eso no existe! ¿Terminar como papá? ¡No, gracias! Vivir con una mujer me resultaría imposible porque soy demasiado exigente y demasiado idealista. ¿Aprobar el carné de conducir? Yo sería un peligro».

La insatisfacción crónica

Se trata de la necesidad de cambiar con frecuencia de oficio, de pasar de una profesión a otra sin estar nunca realmente satisfecho, sin encontrar nunca tu sitio, y lamentando siempre lo que no se ha hecho o incluso emprendido. Volvemos a encontrar aquí los problemas de la adolescencia: ¿cómo elegir entre todas las posibilidades? ¿Cómo

decidirse por algo y a qué renunciar? De la superficie emerge un tipo de sentimiento de omnipotencia: el superdotado quisiera poder hacerlo todo; y, como en el caso de los niños, está convencido de ¡ser capaz de todo! Estos mecanismos son una verdadera fuente de sufrimiento porque no dejan en paz. El superdotado lo replantea todo continuamente y vuelve a ponerlo en tela de juicio una y otra vez. Es una trampa propia de esta singular forma de pensar sin descanso. ¡Erre que erre!

El aburrimiento

Hablamos habitualmente de aburrimiento cuando evocamos la etapa escolar del joven superdotado. Aburrimiento porque este joven comprende, aprende y memoriza más deprisa que los demás, y a menudo debe esperar mucho. Las horas de clase se le hacen largas, tediosas y monótonas. Raros momentos de interés despiertan la curiosidad de ese niño tan especial. Además, el aburrimiento se transforma cuando se activa el pensamiento. Pero, cuando el aburrimiento nos arrastra tan lejos y con tanta fuerza, a menudo preferimos ocuparnos en algo, movernos o charlar, para no ser invadidos por el pensamiento y sus preguntas sin fin y sin respuesta. El aburrimiento puede proceder también de la dificultad para hacer amigos: «En la guardería, tenía tan pocos amigos que contaba hasta el infinito», dice Jacques, de 9 años.

En el adulto, el aburrimiento es al mismo tiempo similar y diferente. Puede ser ocasional o más crónico, pero posee siempre una gran densidad, como el *fog* inglés, esa niebla espesa que lo cubre todo. No se trata nunca de esa neblina que oscurece algunos momentos de la vida. Al superdotado, en lucha con el aburrimiento, le cuesta mucho librarse de él. Este tedio es compacto porque es el resultado de su propia articulación, de esa intensidad de pensamiento y de sentimientos que contrastan con el mundo y crean un vacío difícil de llenar.

«De todas formas —explica Claire, de 31 años, a quien los médicos diagnosticaron como superdotada siendo todavía una niña, pero sin que su familia tuviese nunca en cuenta dicho diagnóstico—, me aburro todo el tiempo. Mi truco para no aburrirme consiste en evadirme por medio del pensamiento. Según el momento y la situación, construyo escenarios diferentes. Por ejemplo, puedo zambullirme en un hiperanálisis de la situación, pensando detenidamente en todos sus elementos, o bien centrarme en una cuestión y desarrollarla hasta el infinito. O también, sobre todo por la noche, creo escenarios catastróficos: verdaderos escenarios espantosos en los que suceden historias sombrías. Es como si intentase domesticar los miedos abismales que hay dentro de mí. De repente tengo miedo, y esa emoción sale de mi aburrimiento. Väs a pensar que soy rara de verdad», añade Claire, un poco azorada.

El tedio existencial

Vago, insidioso, persistente. ¿Vivir? ¿Qué sentido tiene, para qué, de qué sirve? Una forma de desidia se instala en nosotros, pues, a fuerza de buscarle sentido a todas las cosas, ya nada tiene sentido. Los placeres se desvanecen, los sucesos pierden su brillo y los sentimientos se decoloran. El tedio de vivir. Para un superdotado, la vida tendría que ser siempre chispeante, llena de novedades, de emociones intensas y compartidas con los demás, de alegrías, de felicidad exultante, de éxitos sublimes... Una vida llena de contrastes en la que sentirse vivo. Un mundo en el que se participara plenamente, con el corazón y la cabeza, con el deseo a flor de piel y la curiosidad alerta. Una aventura emocionante compartida por todos con el mismo objetivo, el único válido para el superdotado, que es un objetivo profundamente humanista.

El tedio cotidiano

Incisivo, molesto, culpabilizador. Es un tedio que acaece con demasiada frecuencia y sin avisar. A menudo se produce cuando uno se encuentra en compañía. Es el tedio más temible, pues consume una gran energía: hay que fingir. Por completo. Hay que fingir que las conversaciones de los demás son interesantes; sus vidas, apasionantes, y sus anécdotas cotidianas, divertidísimas. Y también hay que mostrar interés por su profesión, sus hijos y sus cónyuges. El superdotado lo consigue durante un rato. Pero, de repente, paf, se derrumba. Sin darse cuenta siquiera. Su mirada se nubla, su atención flota y de repente está en otra parte, para estupefacción de todos, que no comprenden lo que sucede. A veces, con mucho esfuerzo, consigue volver a conectarse. Es una gran comedia humana, pues el tedio crece al pasar el tiempo. Como siempre, el superdotado puede llegar a concentrarse y a conectarse durante un lapso de tiempo breve. Pero, si el ritmo es demasiado lento y el interés demasiado escaso, entonces no es capaz de aguantar. Tendría que ocurrir algo nuevo a cada instante. El tedio se presenta por tanto en un gran número de situaciones.

«Lo que es horrible —cuenta Anne, de 36 años, una hermosa mujer culta, casada y madre de dos pequeñas “cebras” (véase el capítulo primero)— es tener que fingir constantemente. Las cenas, las fiestas, son insoportables. Al cabo de un momento no pienso más que en una cosa: irme, estar sola, huir de esa película. Eso me agota. Sin embargo, te lo aseguro, hago esfuerzos increíbles para que nadie se dé cuenta. Además, muchas veces me dicen que soy una compañía agradable. Probablemente sea cierto, desde el punto de vista de los demás. ¡Mis esfuerzos valen la pena! Pero para mí resulta tan difícil. ¡Me aburro tanto! No quisiera que creyeses que no quiero a los demás. Al contrario, me encantaría tener amigos. De los de verdad. Con los que me sienta bien. Pero no puedo. Y además, me da vergüenza decirlo, todo me aburre. Como no trabajo, mis amigos me dicen que me busque una ocupación, una actividad, un *hobby*. Pero eso también me aburre. No consigo sacarle partido. En seguida tengo la impresión de haber completado la vuelta, y entonces ya no me divierto. ¿Crees que es normal?»

No sé si es normal, pero puedo afirmar que es típico del comportamiento de un superdotado. Y, al igual que Anne, el superdotado lucha sin descanso contra ese tedio que lo rodea. El tedio corroe y debilita, y es capaz de producir estados de ánimo próximos a la depresión. No se trata de una patología, pero los efectos del aburrimiento no deben subestimarse.

El tedio destruye la sensación de vivir. Hace falta mucha energía para volver a empezar continuamente, en un terreno baldío, una vida que, para el superdotado, parece fugaz. Hay que crear estímulos constantes a fin de no detenerse y paralizarse a medio camino.

La hiperactividad: la otra cara del tedio

Es la otra reacción habitual: la hiperactividad. Una hiperactividad que no debe confundirse, aquí tampoco, con la patología infantil del mismo nombre. Más bien deberíamos hablar de sobreactividad. Para no aburrirse, el adulto superdotado multiplica las actividades, los compromisos, los proyectos. Hace mil y una cosas a la vez, a ser posible deprisa. Nunca se está quieto y parece incansable. Los demás admiran su energía, su capacidad de trabajo, su fuerza ante las adversidades y sus ganas de vivir. Pero todo se reduce a lo mismo. Bajo esos fuegos de artificio permanentes rueda el tedio amenazador, que este adulto en movimiento continuo oculta tras su agitación. Cuidado: suele tratarse de una actividad productiva, interesante y que apasiona al adulto, pudiendo dar lugar a un brillante éxito profesional. Ese superdotado —¿superdotado de la vida?— ha encontrado un remedio sagrado contra el veneno del tedio, hasta el punto de que su vida puede llevar un ritmo sostenido y el equilibrio se mantiene. Sin embargo, hay que ser prudentes y comprender bien de dónde procede esa energía inagotable. De lo contrario, podemos enfrentarnos de repente a un obstáculo imprevisto cuya fuerte carga emocional nos haga perder ese aparente equilibrio. Si el sentido del porqué de ese movimiento continuo está claro, el superdotado estará también —casi— protegido. Sabrá defenderse en caso de parada forzosa, pues habrá acumulado reservas que podrá aprovechar.

Una impaciencia difícil de enmascarar

La impaciencia se considera en seguida como un defecto, como lo que va a conducir al error, a la falta de discernimiento y a la precipitación engañosa. En cambio, las virtudes de la paciencia son dignas de elogio. «La paciencia es la madre de la ciencia», dice un refrán popular, lo que viene a significar que se trata de una cualidad indispensable para triunfar plenamente en cualquier empresa. ¡No tan rápido! En cualquier caso, no para todo el mundo y probablemente no para el superdotado.

¿Por qué? La impaciencia graba en su personalidad una de sus grandes características: él va por delante, lo que significa que su análisis, su comprensión y síntesis de una situación le han permitido llegar al resultado final antes que los demás. Así como a la certeza de que él debe tener LA respuesta: la buena, la verdadera, la única. Entonces espera a que los otros lleguen trabajosamente hasta el resultado. O a otro distinto, tanto da, pues el superdotado lo rebatirá. Y, aunque se equivoque, no sabe, no puede, actuar de otra forma que no sea este modo global, intuitivo y fulgurante. De ahí nace su impaciencia. Con frecuencia lo veremos nervioso, intolerante y brusco. Nadie comprenderá ese comportamiento cortante y autoritario. Le dirán que no siempre tiene la razón y que debe tener en cuenta las ideas de los demás y... ¡esperar! Esperar antes de hablar. Esperar antes de tomar una decisión. Esperar antes de replicar. Pero, precisamente, ese es el problema: el superdotado no sabe esperar, pues la espera lo corroe por dentro. Es una cuestión casi física. Por otra parte, observaremos frecuentes manifestaciones conductuales: piernas o pies que se mueven compulsivamente, tics faciales, movimientos irrefrenables de los brazos y las manos, garabatos nerviosos con el bolígrafo, etc. Para el superdotado, esperar supone un verdadero esfuerzo, tanto físico como mental. Un esfuerzo de toma de conciencia que no siempre logra alcanzar. ¡Esperar es antinatural! Dirán fácilmente de él que es muy nervioso, pero no se trata de nerviosismo ni de ansiedad, sino de impaciencia.

Es realmente difícil y a veces doloroso vivir para el superdotado porque él es la primera víctima. Y tanto más cuanto que su impaciencia lo hace impopular, lo cual, sin duda, le causa sufrimiento. Otra espada de doble filo.

A veces no puedo más. Estoy en una reunión y no comprendo por qué la cosa se eterniza. Repasan veinte veces el mismo asunto. Entonces me enfurezco, pero intento contenerme. Tengo la impresión de que voy a empezar a gritar para decirles que hay que decidirse. Pero, cuando intento intervenir, siempre hay alguien que me dice, espera, no tan deprisa, aún hay que estudiar tal o cual punto... Resulta insoportable porque tengo la sensación de que eso ya no aportará nada nuevo. Hay que decidir. Avanzar. Y punto. Es como si quisieran eliminar todos los riesgos. Entonces se detienen en nimiedades sin fin para nada, porque, al final, llegan... adonde había llegado yo hacía un buen rato. Al mismo tiempo, lo que siempre me inquieta es que este proceso termina inexorablemente por hacerme dudar. Entonces en ocasiones me digo, está bien, a lo mejor tienen razón, hagamos las cosas por orden. Pero, en ese momento me voy al otro extremo y quiero comprobarlo todo varias veces. Para estar seguro. Lo cual vuelve a poner de los nervios a todo el mundo. Entonces, cuando me doy cuenta de que de todas formas no lograré imponer directamente mi solución, empiezo a soñar despierto y desconecto. Finjo estar allí y digo que sí a todo, pero me aburro terriblemente. En realidad, ya no sé qué hacer.

He aquí un gran riesgo: desalentarse

La impaciencia es tan difícil de soportar a causa de todo su cortejo de sensaciones tanto físicas como psíquicas —pero también debido a todas las críticas y los ataques que suscita— que el superdotado termina por no decir nada más, por aceptar las cosas sin discusión. Se vuelve sumiso, pasivo, y no se implica. No opina.

En el peor de los casos, la duda se impone. El adulto superdotado ha comprendido tan bien que no podía aprender sin esperar, que no podía decidir sin esperar, que no podía triunfar sin esperar... que ya no tiene confianza alguna en sí mismo ni en su capacidad de juicio. Baja la guardia y a veces se refugia en un retiro muy perjudicial tanto para su vida profesional, social y afectiva como para su equilibrio psicológico.

Del exceso de compromiso a la dificultad de adaptación: cuando el tedio interfiere en los sentimientos

Se trata de una cuestión difícil de desarrollar, pero que tiene una importancia fundamental. Es difícil porque no es posible hacer generalizaciones, pero hay algunas constantes que merecen ser mencionadas. Estas constantes se dividen en dos grandes categorías de relaciones amorosas o, más exactamente, de la relación que se establece con el amor.

La necesidad vital de una relación estable, sólida e indestructible

Estamos ante la voluntad de crear una pareja «robusta» que sepa, que pueda resistir las tempestades de la vida y que nos proteja de las borrascas. Los que tienen esa necesidad fundamental de seguridad intentarán, en cuanto la vida se lo permita, formar una pareja estable y una familia unida. Esa será a menudo su preocupación permanente: cuidar y proteger a la pareja y a la familia para sentirse protegidos y amados ellos mismos. Esa energía indomable para defender a la pareja puede corresponder también a la necesidad de creer en uno mismo: creer que se es feliz así, que todo va bien, porque lo terrible consistiría en ser invadido por emociones desconocidas, de procedencia exterior a la pareja y que darían con todo al traste. A veces uno se aburre en pareja, pero el miedo a la intrusión «ocupa» la mente y moviliza la energía. ¡Ya hay algo ganado en el terreno del tedio!

La necesidad de estímulos amorosos continuos

Impulsos renovados. Sabemos que, en el aspecto fisiológico, el encuentro amoroso produce secreciones hormonales en el cerebro que constituyen una fuente de placer intenso y un sentimiento de euforia. También sabemos que esas secreciones se debilitan al cabo de tres años y que los vínculos afectivos deben tomar el relevo para mantener la

supervivencia de la pareja. La liberación de las hormonas del placer ha quedado atrás... Algunas personas no pueden pasar sin ellas, por lo que se convierten en adictas al amor. Entonces se vuelven completamente dependientes de esa descarga de los sentidos que hace de la vida algo tan hermoso y tan resplandeciente. Durante ese período, protegido químicamente, todo parece fantástico: uno mismo, el otro, el mundo. El pensamiento y el corazón se excitan, y quieren comerse la vida a dentelladas. Y eso es precisamente lo que motiva al superdotado: sentirse vivo. ¿Este tipo de aventuras repetitivas puede llegar a producir satisfacción en la vida, se puede llegar así a conseguir un equilibrio vital? No lo creo, pero es cierto que son poderosas válvulas de escape para el tedio.

La ambivalencia

Y luego están los que querrían simultáneamente lo uno Y lo otro: una pareja estable y protectora, indispensable para su equilibrio, con borrascas emocionales esporádicas que creen «paréntesis encantados» en su vida «amorosamente bien regulada». Pequeñas dosis de adrenalina para salpimentar un día a día sobre el que planea peligrosamente el tedio. Son aquellos que disfrutan del riesgo pero que no quieren poner en peligro su pareja, por supuesto que no, pero manipulan emociones que pueden vampirizarlos y desestabilizarlos peligrosamente. Desconfianza.

En todos los casos, la vida amorosa del superdotado está marcada por el miedo al tedio, que se combate directamente o se niega pero que está siempre presente. Aunque sea sin hacer ruido. El superdotado lo sabe y por eso tiene siempre un poco de miedo. Pero es mejor saberlo porque así se está mejor preparado para «hacerse a la idea» y organizar la vida.

La envidia

En el caso del superdotado no se piensa espontáneamente en este aspecto de la personalidad. Y, sin embargo... sueña en secreto observando la vida de los demás. Le da envidia esa espontaneidad, esos placeres simples y esa felicidad elemental. Todo eso le parece completamente inaccesible. No logra apreciar las cosas sin que la «máquina de pensar», de diseccionar, de analizar y de estudiar se dispare. No consigue participar en un acontecimiento, una reunión o una asamblea sin captar todas las emociones presentes, sin descifrar todos los sobrentendidos, todas las apariencias y todas las imposturas. No consigue pulsar el botón de «pausa» para estar con naturalidad junto a los demás, como los demás.

Así se acentúa el sentimiento de inferioridad: los otros saben cómo vivir y qué hacer. Parecen completamente seguros de quiénes son, de las decisiones que toman y de la vida que llevan. Cuando hablan, están seguros de lo que dicen y de lo que piensan.

Desde su rincón, el superdotado los observa con envidia. Le encantaría tener experiencia, pero, en el fondo, está convencido de que no la tendrá nunca. Entonces, o bien fuerza la máquina para «disimular» o bien se excluye.

Las ganas de parar de pensar

Esta es otra cara de la envidia. ¿Cómo consiguen contentarse con las explicaciones que les dan? ¿Por qué no ven todas las cosas que los rodean? ¿Cómo se las arreglan para no estar pensando todo el tiempo? Parece tan relajante. Da tanta envidia...

«Por favor, córtame un trozo de cerebro —me pide, bromeando cínicamente, una mujer joven, exhausta—. Ya no puedo más. Quiero que pare, pero no lo consigo. Mi cerebro se embala permanentemente. Funciona sin cesar a toda velocidad. Por la noche, no logro conciliar el sueño.»

O este otro hombre con grandes responsabilidades profesionales: «Ayer por la noche cometí una insensatez —me cuenta avergonzado—, me encerré en el cuarto de baño para que mi mujer no me viera y no llamara a urgencias psiquiátricas. Me golpeé la cabeza contra la pared varias veces. Me decía a mí mismo, de manera absurda, que ahí dentro dejaría de dar vueltas, que la cosa se calmaría. Soy consciente de lo absurdo de ese acto, pero es que es realmente insoportable».

No exagero y se trata de una queja recurrente entre los superdotados: dejar de pensar o, más exactamente, llegar a controlar el pensamiento. Pensar cuando lo decidimos y parar cuando no es útil o cuando nos hace desdichados: encontrar el botón *on/off*. Se trata de uno de los mayores desafíos para el superdotado: encontrar una forma de dirigir su pensamiento y no sufrir a causa de él.

No quiero seguir viviendo así; ya no puedo más. Tras un estudio minucioso de mi caso, he llegado a la conclusión de que mi inadaptación social se debe a mi inteligencia sulfúrea, que no me deja en paz, pues no soy capaz de domesticarla y me transforma en una mansión encantada, sombría, peligrosa, inquietante, poseída por mi mente atormentada. Me persigo a mí misma. Estoy cansada de pensar; tienes que ayudarme. Mi cerebro corre un maratón día y noche; no para de girar como una rueda de hámster.⁵

El sentimiento ajeno

Cuando se dispone de una empatía superdotada, es difícil sentir las emociones de los demás sin intervenir. Al superdotado le costará con frecuencia no intentar aportar su sensibilidad, su apoyo y su comprensión. Quiere ayudar porque cree saber qué hacer, y para ello es necesario su conocimiento íntimo del otro. Entonces el adulto superdotado se convierte en aquel en quien se confía, porque parece comprender muy bien al otro. Su capacidad para incorporar a su análisis del problema situaciones de múltiples parámetros

confiere valor a sus consejos, que son muy solicitados. Pero el adulto superdotado absorbe todas las emociones del otro. Él mismo las siente en sus entrañas. Las emociones del otro se convierten en las suyas propias. Debe reforzar su sistema de protección para no ser arrastrado por ese torrente emocional, lo que puede conducirlo, en una actitud simétricamente opuesta, a guardar las distancias con los demás para no ser invadido por tantas emociones. No es que se desentienda de sus sufrimientos. Al contrario, el superdotado se implica. Al estar tan cerca de lo que experimenta el otro, su incapacidad para ayudarlo, para solucionarle sus problemas, lo aleja de él. Intenta bloquear al máximo cualquier receptividad emocional para no sentir más. Es una forma de supervivencia, pero nunca una falta de compasión.

La imagen de una falta de interés por los demás

El superdotado que construye un caparazón impenetrable para no recibir más descargas emocionales puede parecerles a los demás una persona distante, fría y sin sentimientos. Desprovista de amor, incluso. Casi altanera. Aislada del mundo. Prisionero de sí mismo, el superdotado es doblemente maltratado: por la energía de que tiene que hacer uso para mantener a distancia la experiencia emocional del otro, y por la imagen que da de sí mismo, tan distinta de lo que es en realidad. Es fácil imaginar que este sistema de defensa es falible y que el superdotado sigue teniendo arrebatos emocionales y por lo tanto continúa sufriendo. También observamos que su aflicción aumenta con el rechazo de los demás, que no quieren acercarse a un personaje tan distante. ¡Menuda espiral!

Sentir la vida de los demás

Se trata de otra faceta de la hiperrecepción ajena: sentir de manera casi palpable cómo se va a comportar el otro, qué va a hacer, en qué se va a convertir. En un contexto diferente, podría hablarse de clarividencia. Pero, en el sentido etimológico de la palabra, corresponde perfectamente a lo que percibe el superdotado: una certeza límpida respecto a la vida, respecto al futuro, de quien está enfrente de él. Una certeza debida al análisis fulgurante e instantáneo de múltiples parámetros, condensados en un relámpago, con esa intensa captación emocional que cristaliza su sentido. Es una deducción intuitiva. El superdotado lo sabe, pero, una vez más, no puede explicarlo. Cuando el entorno es seguro, el sujeto intenta guiar al otro; de lo contrario, se calla. ¿Cómo explicar lo inexplicable?

Al verla, me pregunté: «¿También ella se va a volver como los demás?». Intenté imaginarla con diez años más. [...] Pero no funcionaba. Entonces percibí una sensación de enorme felicidad. Es la primera vez que me encuentro con alguien cuyo

destino no es previsible, alguien para quien los caminos de la vida permanecen abiertos.⁶

La hipersensibilidad invasora

«Cada vez se produce un milagro [...]: todo desaparece de repente cuando los niños del coro empiezan a cantar. El curso de la vida se ahoga en el canto y súbitamente se genera una sensación de fraternidad, de profunda solidaridad, incluso de amor, que diluye la fealdad de lo cotidiano en una comunión perfecta. [...] Cada vez es igual; me entran ganas de llorar, se me tensa la garganta y hago lo posible por contenerme, pero, en ocasiones, estoy al límite: [...] es demasiado hermoso, demasiado solidario, maravillosamente concorpóreo. Ya no soy yo mismo, sino que formo parte de un todo sublime al que los demás también pertenecen, y en ese momento siempre me pregunto por qué no es esa la norma cotidiana en vez de ser una excepción coral.»⁷

Es sentir las emociones con mucha fuerza, así como la vida que vibra a nuestro alrededor. Todo se percibe amplificado, magnificado, inabarcable. Se capta y se registra hasta el detalle más ínfimo; ese pormenor imperceptible en cuya presencia nadie se fija; esa particularidad tan insignificante que cruza la barrera de la conciencia.

Entonces, colmada de emociones y sensaciones, la vida adquiere un relieve inusitado, una densidad extraña y con frecuencia insoportable debido a su intensidad.

Para mí, hay situaciones que valen su peso en oro, que se multiplicarán por 10.000, en tanto que para los demás no pasan de ser una cosa normal y corriente.

En algunos casos, la carga emocional es tan fuerte que las reacciones son paroxísticas. Los cataclismos emocionales se producen cuando la explosión es la única respuesta al desmayo, cuando la potencia colapsa el sistema.

«Mis reacciones son tan extremas que nadie me comprende», resume Delphine.

Con semejante superficie reactiva, es fácil comprender la magnitud de la susceptibilidad. Pero también de la humillación. Una palabra inofensiva, un gesto imperceptible o una observación sin importancia bastan para que el superdotado se sienta profundamente herido, desconcertado y asombrado por lo que él experimenta como una agresividad manifiesta. Entonces se cierra en banda, echa la llave o estalla, lo cual casi siempre deja perplejo a quienes lo rodean. Cómo comprender la causa de ese comportamiento tan sorprendente y tan inesperado: nueva incompreensión recíproca, nuevo malentendido, nueva soledad anunciada.

Delphine me comenta: «Cuando estoy con mi familia política, estoy siempre tensa, crispada. Fingen aceptarme y ser amables conmigo, pero yo noto perfectamente que no me quieren, que están fingiendo. Se comportan así por sus hijos. De modo que reacciono desmesuradamente a todo lo que me dicen. Reacciono en seguida sin que

nadie comprenda qué me pasa. Y eso refuerza aún más su hostilidad contra mí. Y para mí supone cada vez una prueba, porque en realidad todo eso me hiere terriblemente».

La emoción, para un superdotado, está por todas partes, todo el tiempo, colándose por los intersticios más pequeños. Incluso cuando parece que no hay nada destacable, el superdotado percibirá cualquier variación emocional. Entonces la interpreta y reacciona. Su receptividad emocional es incontrolable debido a que su poder desconecta los circuitos cerebrales de la regulación. Es frecuente que sus emociones lo guíen y lo confundan, tanto en sentido propio como en sentido figurado.

La agitación y su contrario: no sentir nada

Como estrategia de defensa o medida de protección, algunos superdotados deciden desligarse voluntariamente de ese pozo emocional sin fondo. Objetivo: sentir con la cabeza y no con las emociones; guardar una distancia cognitiva entre uno mismo y el mundo. Es lo que yo denomino «defensa por medio de la cognición». Todo pasa por el filtro intelectual, y ya no se recurre al contacto con la vida y con los demás. Se trata de un verdadero suicidio emocional que resulta peligroso para el equilibrio psicológico, nocivo para la vida y perjudicial para la relación con los demás. ¿Cuál es el resultado? Personalidades atrabiliarias, frías, con la sensibilidad embotada.

En la consulta, me sorprende la forma de hablar de Patrice. Le digo que sus palabras no tienen sustancia. Patrice no comprende nada. Mis explicaciones no surten efecto. Un día, después de varias sesiones, siento que la vida ha vuelto a su discurso. Se lo hago notar. Y entonces comprende el sentido y el alcance de mi observación. Sus palabras habían vuelto a encontrar su sustancia emocional. De nuevo estaban cargadas de vida.

Lo malo de sentir hasta el paroxismo es que tiene consecuencias físicas. Corroído interiormente por emociones silenciosas, las expresiones somáticas van del dolor de estómago a la inflamación de las terminaciones nerviosas, contra lo que la medicina no puede hacer nada.

La inmensa soledad

La peor de las soledades es la soledad interior. Puedes estar rodeado de gente, y tener amigos y relaciones. Tal vez no estés solo en la realidad de la vida. Quizá tengas una profesión, incluso una profesión interesante. Y, sin embargo... Sin embargo, el sentimiento de desolación interior, de inmensa soledad, no suelta nunca la presa. Ese sentimiento de soledad nace de la distancia siempre presente entre uno mismo y el mundo, entre uno mismo y los demás. Es una separación involuntaria y dolorosa porque,

pese a todos tus esfuerzos, te sigues sintiendo muy solo y alejado de los demás, incomprendido, en tu agujero, incluso por los que, con todas sus fuerzas, intentan comprenderte y acercarse a ti. Pero todo es en vano. Porque el superdotado, desde su torre de control, descubre los defectos, las debilidades, los límites... No lo hace a propósito, pero ¿cómo sentirse entonces comprendido realmente, si se han despiezado todos los mecanismos?

El sentimiento de soledad puede sentirse también dentro de la propia familia, lo cual seguro que es más difícil de asimilar. Para uno mismo y para los demás, porque entonces comprendes que no estás bien, que las cosas no te van bien, pues incluso con aquellos a los que tanto quieres experimentas ese sentimiento insoportable de aislamiento y separación.

Los otros me cansan. Ahora bien, yo me esfuerzo. Les hablo y finjo interesarme por sus ideas y sus historias. Les respondo. Intento ser sociable. Pero eso requiere concentración y mucha energía. Y, de repente, casi sin darme cuenta, desconecto. Al cabo de muy poco tiempo, durante una velada, el vacío me rodea y vuelvo a encontrarme sola. Nadie parece tener ganas de hablarme. Sin embargo, eso me alivia, pues no tengo que esforzarme más. Pero también me entristece. ¿Por qué? ¿Por qué no consigo sentirme bien en compañía de los demás? ¿Por qué me aburro tan deprisa en las conversaciones? Eso no me hace gracia. No obstante, a ellos parece gustarles mucho estar reunidos y compartir las cosas. Yo me siento terriblemente sola. Observo todo eso con amargura, casi con rabia. Me gustaría tanto divertirme también. ¿Es culpa mía? ¿En realidad soy tan poco interesante?

Así acaba Florence: despechada. Desamparada ante ese comportamiento que la aísla y la desplaza contra su voluntad. Dice que le encantaría ser «como ellos»; sentirse entre ellos y no a su lado.

Este sentimiento de distancia aparece casi siempre en los relatos de los superdotados, y lo más doloroso es que viene de muy atrás. Ya de pequeños la relación con los demás era difícil.

Un amigo no puede ser... más que un amigo

Sé que para mí las relaciones con los demás son muy limitadas. Por eso intento optimizar el beneficio de la relación tanto para mí como para el otro, esto es, sin perder energía, porque al entablar una relación se acumula una energía considerable.

Étienne, joven adulto aislado socialmente muy a su pesar, explica así su análisis de los riesgos de los compromisos y de todo el miedo que acarrearán: miedo a la decepción, a la traición, pero también a la naturaleza efímera y superficial que podría tener la relación. Entonces solo se comprometerá con parsimonia, y no «gastará» esa energía tan valiosa hasta que considere que la relación puede ser realmente significativa para ambas partes.

Un compromiso absoluto

El superdotado invierte mucho en el otro, en la relación con los demás y en la confianza. Para él la noción de amistad es una noción absoluta. La confianza es indefectible. Pero pronto la vida viene a decir lo contrario, y entonces el niño, el adolescente o el adulto se derrumban. ¿Cómo es que el amigo del alma, el Amigo, con esa A mayúscula que veía como una muralla infranqueable, ha podido traicionarlo, serle infiel? Pero, cuidado. No os equivoquéis. No estoy hablando de esas traiciones que le dolerían a cualquiera de nosotros. Hablo de una traición ínfima, imperceptible y tan insignificante que a menudo el «traidor» ni siquiera se percató de ella. Para este no hay ningún problema, pues nunca hubo traición. Y por tanto no puede darse cuenta del impacto que recibe su amigo superdotado, y no entiende por qué su amigo está resentido con él y lo abandona. No comprende absolutamente nada.

¿Qué ha sucedido? El superdotado tiene una susceptibilidad insufrible para él y para los demás. Es insoportable. La más pequeña reflexión, la mínima observación o una palabra empleada inadecuadamente desencadenan en él un verdadero cataclismo emocional. Ello resulta incomprensible para los demás, que han interpretado la escena como banal. Pero él no. Estas minidecepciones se van acumulando con el paso de la vida y de los años. La confianza indestructible que quería incorporar a su relación con los demás se ha debilitado tantas veces, que permanece a distancia de los demás. Al cabo de los años, ya no confía en nadie; más bien desconfía de todos siempre. Está a la defensiva.

¿Un miedo programado biológicamente?

En el cerebro, las experiencias traumáticas repetidas crean circuitos grabados que terminan por activarse automáticamente. La relación con el otro se percibe como algo peligroso y la respuesta del organismo, del cerebro, es el miedo, que desencadenará la huida o el ataque. La reacción biológica del organismo ante un peligro ha vuelto a ganar.

Los otros, sin duda, lo notan y no se acercan. Cuando alguien hace un intento de aproximación, el superdotado utiliza su protección. Guarda las distancias. Habla, pero no dice nada de sí mismo. Escucha, pero lo analiza todo con atención: lo que dice el otro y lo que no dice; lo que ha comprendido y lo que se le ha escapado; la postura, los gestos, la entonación de la voz, la forma de vestir, esa uña rota... todo pasa por el escáner del análisis. Son mil y una cosas accesorias y sutiles que consolidan su posición de centinela atento que no baja la guardia. Se trata de una hipervigilancia que terminará por descubrir el error, la incoherencia o la falta de honradez del otro, por muy superficiales e

irrelevantes que sean los indicios, pero que lo dejarán otra vez solo, desesperadamente solo. Es el drama renovado del prodigio, que pide que lo domestiquen y tiene mucho miedo al abandono.

Entonces es cuando aparece el zorro:

—[...] Ven a jugar conmigo —le propuso el Principito—. Estoy tan triste...

—No puedo jugar contigo —dijo el zorro—. No estoy domesticado. [...]

—¿Qué significa domesticar?

—Es una cosa ya olvidada —dijo el zorro—. Significa ‘crear vínculos...’.

—¿Crear vínculos?

—Por supuesto —dijo el zorro—. Para mí, tú no eres aún más que un niño muy parecido a cien mil niños y no te necesito para nada. Tú tampoco me necesitas a mí. Para ti, solo soy un zorro parecido a otros cien mil zorros. Pero, si me domesticas, nos necesitaremos el uno al otro. Serás para mí único en el mundo. Y yo seré para ti único en el mundo [...].

Entonces el Principito domesticó al zorro. [...] Y, cuando se acercó la hora de partir:

—Ah, dijo el zorro... Tengo ganas de llorar.

—Pero ¡con eso no ganas nada!

—Sí que gano —dijo el zorro. [...] Este es mi secreto. Es muy sencillo: solo se ve bien con el corazón. Lo esencial es invisible para los ojos. [...] Los hombres han olvidado esta verdad —dijo el zorro—. Pero tú no debes olvidarla. Eres responsable para siempre de lo que has domesticado.⁸

Ser legal: una regla de oro

Ser legal es no traicionar. Nunca. Es ser capaz de guardar un secreto, de defender a un amigo contra todos y de combatir la injusticia con todas las fuerzas y con toda el alma. La injusticia es el talón de Aquiles del superdotado. La menor injusticia lo indigna.

Ante la injusticia, está dispuesto a todo. Su placidez puede transformarse en furia, su ternura en odio salvaje y su pasividad en agresividad irrefrenable. Todas las injusticias: aquellas de las que es víctima, pero también las otras. Todas las demás. Esa actitud se acrecienta cuando nadie, aparte de él, se da cuenta: se sale de sus casillas, dispuesto a todo, incluso a ponerse en peligro física o psicológicamente. En cualquier caso, entra en combate porque no puede dejarlo pasar, pese a los riesgos y peligros que puedan existir. El superdotado prefiere siempre asumir su combate contra la injusticia que fingir ignorar lo arbitrario.

Las decepciones reiteradas

Cuando la confianza es sagrada, las traiciones se convierten en heridas abiertas, en carne viva. La ingenuidad del comportamiento del superdotado, su credulidad, lo empujan, pese a sus dolorosas experiencias en cuanto a las relaciones, a seguir creyendo. A esperar. ¿Un nuevo encuentro? En seguida concibe nuevas esperanzas. Luego, aparece

la insoportable decepción que, una vez más, no se esperaba; por pensar siempre que la confianza —la de verdad, la que no puede faltar— es posible. He ahí un candor irresistible en un ser tan lúcido. Un candor que lo desconcierta y requiere una gran energía para recuperarse. Pero, cuidado, el superdotado volverá a las andadas, ¡creedme!

En la vida de pareja, también encontramos estos mecanismos de repetición. Es como si el superdotado fuese incapaz de aprender por medio de la experiencia: hasta tal punto pueden cegarlo los impulsos y la necesidad de amor recíproco. He aquí un pequeño ejemplo de la vida cotidiana: se ha producido un conflicto. Ha tenido lugar una fuerte discusión. Cada uno abandona el lugar del drama para dedicarse a sus ocupaciones. ¿Sabes a qué aspira el superdotado? ¿Lo que espera en el fondo? Espera un reencuentro amoroso. Quiere creer que ese reencuentro será un momento emotivo y de gran intensidad. Pero, en la realidad, la otra parte, que no tiene la misma capacidad para cambiar radicalmente de un estado emocional a otro, se encuentra en un estado de ánimo diferente. Y al final no pasará gran cosa. Entonces, se sentirá desconcertado, como un niño que se lleva un chasco. Triste. Extrañado de que su sueño romántico no se haga realidad.

Quizá el otro piense que sus expectativas son exageradas y que en realidad se trata de una gran ingenuidad e ignorancia de la vida. Es cierto, pero el superdotado actúa precisamente así.

Sophie confiesa su gran credulidad. Sabe que es una tontería, pero me dice que no puede impedir la reproducción casi diaria de este sueño que al final la dañará:

Regreso de la oficina, estoy contenta de volver a ver a mi marido y me imagino cosas; aunque, por otra parte, no sé muy bien cuáles. Pero me contentaría con un simple y agradable «buenas tardes», apenas con una mirada. Brutalmente, todo se viene abajo. Sin embargo, ¿qué esperaba? ¿Que estuviese esperándome con una botella de champán? ¿Con dos billetes de avión para el fin de semana y una canguro para cuidar a los niños? ¿Con un ramo de 37 rosas, que es mi edad —bueno, sí, desde hace tres meses—? Como ves, es un sueño ridículo, de modistilla. Además mi marido es estupendo, luego ese no es el problema. Pero no puedo evitar decirme todos los días: tal vez hoy...

Estas «desdichas de Sophie» son, claro está, banales pero para ella es un golpe del que tardará varias horas en recuperarse.

¿El problema? No poder contentarse con lo normal y corriente.

Saber que alguien te tiene en cuenta...

Isabelle relata sus dificultades con los hombres. Como todos aquellos a quienes el compromiso les da miedo, multiplica las historias imposibles. Me describe muy emocionada una antigua relación con un amigo de la adolescencia. Isabelle lo quiere y él

también a ella. Pero cada uno ha hecho su vida. La distancia geográfica se ha interpuesto entre los dos. Esporádicamente, sus caminos se cruzan. «Es como una descarga eléctrica; de repente, me vuelvo a sentir viva.» Pero la vida los obliga a reanudar sus respectivos caminos. Entonces se comunican por correo electrónico. Todo el tiempo. Como adolescentes que hubieran seguido manteniendo aquella relación.

Y, contrariamente a lo que piensan los neófitos, el vínculo escrito establecido a través de esas conversaciones electrónicas puede ser especialmente íntimo. Te atreves a hablar, a intercambiar ideas, a confiarte al otro con menos impedimentos que los que impone la relación directa. Entonces Isabelle y Philippe se comunican mucho. E Isabelle me confiesa: «Saber que cuentas para alguien es lo más importante, casi más importante que el contacto físico».

Flashback: en el caso del niño superdotado, encontramos una constante. ¿Su mayor motivación para ir al colegio? Sentir que alguien lo espera, que su llegada alegrará a alguien, que su presencia en el colegio es importante: para la maestra, para un profesor, para otro niño... no importa. Lo que cuenta es sentir que lo quieren. Eso le basta para levantarse por la mañana con ganas de ir al colegio. Como les pasa a todos los niños, me dirás. Sí, seguramente. Mas para este resulta vital. ¡No se trata de una mera *opción*!

La incomprensión recíproca del mundo

No comprendo el mundo ni a los otros... y soy un incomprendido.

¿Cómo comprender lo incomprensible?

El sentido. Primero el sentido. Siempre el sentido. Es el *leitmotiv* del comportamiento del superdotado, su búsqueda encarnizada e incoercible. Se trata de indagar el sentido preciso y absoluto de las cosas. ¿Cuál es el riesgo? Al buscarle un sentido a todo, uno termina por encontrar el absurdo, el sinsentido. El simple sentido común ya no sigue su curso. Entonces, ¿cómo comprender lo incomprensible? Es imposible. Y el superdotado, dominado por el despecho, ya no entiende nada de nada. Él mismo está perdido. Al final de todo, no hay nada... Y, cuando no se puede vivir sin sentido, ¿qué se hace? Al igual que la banda de Moebius, que discurre indefinidamente sin que podamos encontrar ni el principio ni el fin, el superdotado plantea y vuelve a plantear preguntas sin respuesta conocida.

Y ¿quién comprende a quien intenta comprender?

Comprender de manera distinta produce extrañas equivocaciones

Las trampas del pensamiento dispar se vislumbran en un gran número de situaciones de la vida cotidiana. No comprender lo que le parece evidente a todo el mundo, o comprenderlo de otra manera, puede tener consecuencias desalentadoras. En la vida privada y familiar, da lugar en ocasiones a un conflicto o a una disputa inútil, para llegar al fin a la conclusión de que simplemente no se había entendido lo mismo. Con los amigos, puede conducir a discusiones estériles y, al final, a la exclusión social: los otros no ven con buenos ojos a ese amigo molesto, y el superdotado no consigue hacerse entender ni sentirse bien en esos círculos de amigos en los que siempre lo desplazan. En la vida profesional, es fuente de numerosas decepciones y de malentendidos a veces irreversibles.

Por ejemplo, en una entrevista de trabajo, al no tener la misma forma de pensar que el entrevistador, comprenderemos «al revés» todas las preguntas formuladas. Y daremos una imagen deformada de nosotros. El puesto esperado no estará disponible. Testimonio elocuente.

Dar la imagen de un imbécil

Resulta asombroso, pero es frecuente. Los adultos superdotados pasan a menudo por «débiles» ante los ojos de los demás. Sus intenciones, su forma de pensar, sus intervenciones —siempre distintas de las de los otros—, sus observaciones inesperadas... son fácilmente interpretadas como una muestra de majadería, de falta de inteligencia. A veces también se considera que son personas faltas de interés o incluso seres insoportables, con su manía de no estar nunca de acuerdo, de ponerlo todo en tela de juicio, de cuestionar cada decisión y de ponerle pegos a cualquier detalle.

Laurent no puede más. Intenta en vano que las cosas avancen en su empresa porque su análisis le ha permitido comprender que el rumbo tomado no podía ser el bueno. Tiene razón... sobre el papel. Pero en la realidad choca con todos y con el pensamiento dominante, que ve la evolución de otro modo. Nadie escucha a Laurent. Subestiman tanto su aptitud como su análisis, que no les parecen aceptables. Laurent, aislado, percibe las risas burlonas y hostiles que le dedican. Peor aún le sienta esa especie de compasión por su debilidad de espíritu y su falta de discernimiento...

En busca de un mundo ideal perdido

¡El ideal! Durante la infancia y la adolescencia, cuántos sueños, cuántos proyectos y cuántas ambiciones se forjaron en el pensamiento de este joven superdotado y ávido de perfección y de un ideal de vida. Para él no se trata de un sueño. Está convencido de que lo que piensa y lo que cree es posible. Realizable. Cuando yo sea mayor...

El sentimiento de omnipotencia y de inmunidad

Cuando era pequeño, pensaba: todo es posible. Todo parecía atascado, pero yo seguía convencido de que era posible. Este convencimiento inquebrantable llevó a Nicolas a superar todos los obstáculos. Después de alcanzar una elevada posición en la jerarquía social, sigue anhelando lo imposible. Ahora y siempre.

En este ejemplo se constata la fuerza y el riesgo del sentimiento de omnipotencia, ese sentimiento que se experimenta en la infancia cuando aún pensamos que nuestra sola voluntad nos permite obtenerlo todo: soy invencible y no arriesgo nada. Siempre puedo encontrar una solución a las cosas. El superdotado tiene a menudo el convencimiento de que nada puede afectarlo realmente, de que siempre encontrará una solución y de que siempre podrá salvarse.

Es un sentimiento de omnipotencia que pervive en el superdotado como un vestigio de esa parte infantil que sigue activa, lo cual, sin embargo, no protege al superdotado de los bruscos movimientos oscilantes que lo sumergen en la evidencia —eso cree él— de su inutilidad y de su incapacidad. Luz y sombra. Son contrastes emocionales que no dan tregua.

Una sucesión de lutos

Enfrentado a la realidad del mundo, a sus límites y a los nuestros, hay que admitir lo evidente: la vida no será como la soñamos, nadie puede realizar todo lo que imaginó, hay que aprender a renunciar... Lo más duro para el superdotado es renunciar a sí mismo y a su convicción de que él podría conseguirlo... Ilusión de omnipotencia...

Es, pues, doloroso para este idealista sincero vivir una vida forzosamente limitada cuando la juzgamos desde un punto de vista onírico. Incluso una vida especialmente plena, socialmente exitosa y cultivada dejará en el superdotado un regusto amargo. En realidad no es eso lo que quería, no es así como pensaba vivir y —al menos un poco— transformar el mundo.

La hiperconcienciación

La hiperconcienciación puede definirse como el resultado de la percepción exagerada de los sentidos, que lleva al cerebro a un procesamiento continuo de la información procedente del exterior. El superdotado lo ve todo, lo entiende todo y lo descubre todo. Más exactamente, presta atención al detalle más ínfimo, al menor fragmento y al más pequeño indicio presente en el entorno. Desde el color de un objeto hasta la posición del busto de su interlocutor, desde el olor persistente de la habitación hasta la luz que juega con la sombra... todos los datos son tenidos en cuenta. Para el

superdotado, lo banal puede llegar a ser fundamental. No se le escapará nada y, además, su cerebro lo «procesará» todo. Entonces uno se sorprenderá por una reflexión, una reacción o un comportamiento que podrá parecer incongruente o inadecuado, porque hará referencia a un elemento que nadie ha percibido. Todos se asombrarán, incluso el propio superdotado.

La hiperconcienciación enriquece considerablemente los recursos del pensamiento gracias al gran número de datos que se incorporan al análisis y a la comprensión de una situación o un suceso. Pero la hiperconcienciación crea necesariamente unas redes asociativas que conducen la estructura arbórea del pensamiento a una serie de preguntas sin fin. La hiperconcienciación puede entonces desconectar del entorno al superdotado, que se va lejos, muy lejos.

Paso junto a un árbol que de repente me llama la atención. Va a desencadenarse una sucesión de preguntas: ¿es realmente un árbol? ¿Por qué está ahí? ¿Para qué sirve un árbol? La velocidad a la que se suceden las preguntas y el hecho de no poder controlar su desarrollo es lo que convierte ese momento en una especie de pérdida de control angustiosa.

Además de todas esas preguntas que estallan en mi cabeza y tiran de mi cerebro en todas direcciones, otras preguntas se suman a ellas: ¿por qué me hago todas esas preguntas? ¿Por qué no puedo pasar junto a ese árbol sin verlo como lo ve la mayoría de la gente? Tengo la impresión de diluirme en mi pensamiento, lo cual es verdaderamente molesto.

Alix es estudiante de medicina. Me explica que a veces intenta impermeabilizarse para no ser agredida por el mundo. Camina con la cabeza baja, procura no oír nada y provoca ensoñaciones para reducir su receptividad. Incluso ella misma consigue quedarse voluntariamente en blanco para no percibir nada y dejar su sistema de pensamiento en reposo.

Cambiando de registro, conocí a Caroline. Su historia, idéntica en cuanto a los mecanismos, es más divertida. Caroline es gerente de un pub. Un día, durante la presentación de una campaña para un cliente importante, se da cuenta de un detalle ilógico. Sin duda, nadie se ha percatado del hecho. Consigue contenerse un rato, pero ¡ay!, de repente empieza a reírse a carcajadas delante de aquel cliente perplejo y vejado, y por consiguiente se queda sin contrato...

La rigidez del pensamiento

El pensamiento sin límites que produce la estructura arbórea necesita contención para no desbordarse, para no avanzar siempre hacia límites que se mueven continuamente y que siempre van más allá. La injerencia constante de las emociones participa de este tumulto mental. Un tumulto que genera inquietudes y angustia. ¿Cómo detener este flujo incesante? Para el superdotado, la solución reside en un intento de dominio y control utilizando los medios que haga falta. De ello resulta un comportamiento que puede parecer rígido, propenso a la concisión y vacío de cualquier

resonancia emocional. Hay que comprender bien que se trata de un mecanismo para protegerse, para construir un marco tranquilizador y para fijar los límites de ese pensamiento desbordante. Así pues, tanto en el discurso como en el comportamiento, esos mecanismos adoptan diversas formas: la búsqueda de la precisión absoluta, del sentido exacto de las cosas, la necesidad de acotar las posibilidades, de restringir las hipótesis confusas... A causa de este funcionamiento, el superdotado termina siendo a veces la víctima impotente. Puede parecer una persona fría, presuntuosa y de discurso inflexible y arrogante. Detrás de esa máscara hay un ser sensible y vulnerable que se empeña en ocultar su gran fragilidad y su verdadera personalidad.

Tener razón a cualquier precio

«Para mí —me comenta Marc—, es importante saber quién tiene razón. En la vida hay forzosamente dos columnas: la que es verdadera y la que es falsa.»

La mayoría de los superdotados recurren a esta dicotomía, como si su vida dependiera de ello. Hay que descubrir la verdad, puesto que esta forzosamente tiene que existir.

«Somos incapaces de distinguir los matices», insiste Jérôme.

Una explicación muy adecuada que refleja esa necesidad imperiosa de tener razón o al menos de estar seguro de que el otro tiene razones para aceptar su punto de vista. Pero también para tener la certeza absoluta de que, si las cosas son de tal forma, no pueden ser de otra. Todo es blanco o negro. Nunca gris. Los sentimientos no se libran de esta ley implacable. Los gustos tampoco: amo o no amo. Y punto.

¿Por qué? Porque el matiz abre la puerta a la duda, a la elección, que es una cosa que el superdotado evita a toda costa, pues no sabe elegir. Deja que los demás elijan por él, lo cual se interpretará en ocasiones como debilidad o como falta de personalidad. No es nada de eso. Pero, cuando el reto es menor, en vez de «complicarse la vida» estudiándolo todo y poniéndolo todo en la balanza para determinar cuál es la mejor opción, el superdotado se vuelve más dócil y más dado a dejar que actúen los demás.

No hay que abandonar nunca

Pero, en otras situaciones, el superdotado no abandona y entonces se vuelve insoportable. Para sí mismo y para los demás. Encontrará, ahora y siempre, el más sutil argumento, el mínimo error, el más pequeño intersticio para colarse y reaparecer. Es imprescindible que tenga razón. Debe ser él quien tenga la última palabra. Y aunque lo consiga, volverá a dudar de ti para debilitarte. Puesto que se siente agredido, invierte el mecanismo y pasa a ser el agresor. ¿Ves cómo las discusiones pueden tomar en seguida un cariz de conflicto, de disputa? Te puedes quedar sin aliento y perder la energía

intentando que admita tu punto de vista. Habrás perdido desde el principio, sean cuales fueren los argumentos en que te bases, porque lo que cuenta no es lo que se haya dicho, sino el hecho de tener razón por tenerla. ¿Que parece ridículo? No tanto si comprendemos que aquí, como siempre, este ser frágil y de aspecto a veces seco tiene miedo de volver a dudar de aquello en lo que cree y a lo que se aferra, pues eso supondría pensar de nuevo las cosas; y pensar, para un superdotado, es reanudar la marcha por laberintos inciertos e inquietantes. ¿Y entonces? Abandona.

«¿De qué sirve mencionar eso?»

He aquí una observación recurrente para un superdotado. Si se dice una cosa debe tener siempre algún sentido. De lo contrario, ¿por qué hablar para no decir nada? Al menos ante ellos. Porque hablar puede ser también compartir impresiones, evocar un recuerdo, hablar de sí mismo, de una situación, de un suceso, del comportamiento de otra persona... No tiene por qué tener sentido, por lo menos no el que busca un superdotado. No tiene por qué tener una finalidad, un objetivo preciso. En realidad, el superdotado sigue reflejando una de sus debilidades: tiene miedo de que lo que se diga pueda implicar una forma de agresividad contra él o incluso que estés intentando pillarlo en un error. Está, pues, a la defensiva. Y sus «¿de qué sirve mencionarlo?» quieren decir: «¿Es que me reprochas algo que debería haber entendido o hecho, pero no he podido? ¿Es que tus intenciones tienen un sentido que no sé descifrar?». Ese comportamiento es muy desconcertante, pues el otro, a su vez, se siente agredido por esa pregunta. Y si el superdotado piensa que lo que dice no sirve para nada, entonces será porque sus palabras carecen por completo de interés y se sentirá herido. Así se produce una espiral de incomprensión recíproca. Según la naturaleza de la relación entre los dos interlocutores, las consecuencias serán distintas. En una pareja, el asunto desembocará en un conflicto inextricable. En una relación profesional, todo depende de la posición jerárquica que ocupe el superdotado; si se encuentra en una posición más alta, desdeñará a su interlocutor, quien percibirá a su superior jerárquico como alguien altivo y sin corazón. En una relación de amistad, es la frialdad la que se instala. Entre un padre y un hijo, si se trata del hijo, este refunfuñará y se sentirá herido; si se trata del padre, este pensará que su hijo pone en duda su autoridad y que se muestra insolente. En todos los casos, la relación sufre y sus integrantes también.

Las interrupciones del pensamiento

Cuando la estructura arbórea se desborda hasta el punto de que uno ya no sabe qué ni cómo pensar y la intensidad emocional hace latir el corazón y las sienes estrepitosamente, el superdotado, de repente, lo interrumpe todo. Súbitamente,

desconecta, sin importarle dónde ni en qué momento. Se parece un poco a un diferencial: cuando la sobrecarga es excesiva, salta automáticamente para evitar un posible incendio. En el caso del superdotado, el mecanismo es parecido. Su sistema funciona siguiendo el mismo modelo: ¿la carga es insostenible? Entonces se detiene. Ello se refleja en una parada brusca a mitad de frase, en la mirada que se fija de súbito en un detalle insignificante, en el cuerpo que se paraliza en pleno movimiento o, al contrario, se aleja en plena conversación... todo es posible. El superdotado no se da cuenta en ese momento. En absoluto. No tomará conciencia de la situación hasta que lo «devuelvas» a la realidad. Más o menos suavemente, por otra parte. Este tipo de comportamiento desconcierta a quienes lo rodean y les hace sentirse incómodos porque no comprenden qué sucede, pudiendo llegar a ofenderse mucho.

Estas interrupciones del pensamiento pueden producirse también en situaciones intelectual y emocionalmente neutras: en momentos de aburrimiento. Durante un rato, el superdotado permanece conectado consumiendo energía. Entonces, como acabo de describir, se queda en blanco y huye, ya sea mental o conductualmente.

Virginie está leyendo tranquilamente en una tumbona. Está absorta en la lectura. De repente se queda quieta con la mirada perdida. Se ha ido. Lejos. Probablemente muy lejos.

Muriel discute con virulencia, pues no está de acuerdo. Intenta imponer su punto de vista. De todas formas, sabe que tiene razón. Su interlocutor «la pone de los nervios» (así lo cuenta ella). Para Muriel, su «adversario» no entiende nada del problema y sus argumentos son estúpidos. Entonces, sin avisar y sin darse cuenta siquiera, Muriel se levanta y se va, dejando allí, pasmado y furioso, a su interlocutor.

Una vida incierta

Los «blancos», las «ausencias pasajeras», los momentos en que todo se paraliza, en que la mirada se pierde, salpican la vida diaria del superdotado incluso cuando está solo, cuando realiza una acción cualquiera como vestirse, lavarse, preparar la comida, etc. El superdotado se para, deja de moverse y se abstrae por completo de la realidad. La vida queda en suspenso.

Esta forma de actuar está estrechamente ligada a la sobreactivación cerebral, que, a modo de protección, cuando la actividad es muy intensa, se desactiva a veces por completo. Todo deja de moverse; el cerebro funciona al máximo o al mínimo.

¿Vivir o verse vivir?

Tengo la impresión de no estar nunca conectado totalmente. Estoy ahí y, al mismo tiempo, me veo estar ahí. Por ejemplo, en el momento preciso en que te hablo, me veo hablándote, y analizo la escena.

Estoy en la consulta con Cécile, pero François, Vincent, Paul y los demás me lo cuentan también. Todos lo viven.

¿Qué sucede? La estructura arborescente del pensamiento del superdotado, que lo lleva a pensar simultáneamente sobre varios ejes, genera una capacidad elaborada de división de la atención. La atención dividida es común a todos cuando es necesario estar atento a varias cosas a la vez, pero en el caso del superdotado adopta una dimensión singular: la profundidad de campo. Se pasa de un pensamiento en dos dimensiones a otro en 3D. Lo que se vive, la escena principal, se pone en perspectiva y se observa en contrapicado, como un cámara que cambiase un plano. Pero aquí el superdotado es también el director, que observa, analiza y eventualmente modifica algunos parámetros; se anticipa a las reacciones del otro, tantea los resultados, adivina las consecuencias, comprende las intenciones... Y se adapta.

¿Por qué? Por esa imperiosa y constante necesidad de dominio y control, esa necesidad de comprender y de no dejarse sorprender por lo imprevisto ni por el miedo. Siempre por el miedo a dejarse llevar por las emociones, a sentirse vulnerable y a revelar su fragilidad. Pero también por automatismo, pues no se trata de una estrategia voluntaria, sino de un efecto secundario de la hiperactividad cerebral. El superdotado utiliza ese mecanismo, pero también sufre al utilizarlo. A veces resulta doloroso no poder vivir plenamente una situación sin poner en marcha ese análisis permanente que, sin tregua, descodifica hasta el más mínimo detalle.

El imposible carpe diem

Uno de los grandes problemas de mi vida es que siempre tengo la impresión de estar viendo una película. No participo en lo que vivo. Esos son los momentos en que me siento peor. Y luego, de repente, me siento en contacto con el mundo, estoy como embriagado y me parece que puedo hacer lo que sea, lo cual me pone nervioso por no lograr hacer más. Olivier, joven adulto, explica con precisión ese contraste entre los momentos en que se siente fuera de la vida y los momentos en que se siente todopoderoso, viviendo así como una frustración sus propios límites y los del mundo.

Para el superdotado, estar plenamente en el instante presente, sincronizado con sus sensaciones y sus emociones, disfrutando del placer simple del momento, es una misión casi imposible. El *carpe diem* de los filósofos, que incita a aprovechar al máximo lo que se vive en el aquí y ahora de la situación, sigue siendo inaccesible. El metaanálisis del superdotado con respecto a todos los momentos vividos lo priva de la posibilidad de ser actor de una escena, de dejarse llevar tranquilamente por la experiencia inmediata. Nunca es solo actor, sino también espectador o incluso comentarista de su propia vida, como una voz en *off*, lo cual resulta agotador, doloroso en ocasiones y a menudo frustrante.

La autocrítica: la mirada hacia adentro

Esta mirada en perspectiva se dirige también hacia uno mismo. Es a sí mismo a quien el superdotado primero observa, evalúa, juzga y sanciona. A menudo, por otra parte, de manera negativa, pues nunca se encuentra bastante bien, nunca se considera bastante competente ni bastante acertado en ningún aspecto. Le cuesta quererse y apreciarse: fragilidad de la propia imagen, falta permanente de confianza en sí mismo, miedo tremendo de decepcionar... Este adulto inquieto —en busca de reconocimiento y valoración— apenas se concede un descanso para sentirse seguro respecto a sí mismo, respecto a la vida. ¿Acaso es posible?

Anticiparse a todo

Se trata de otra de las consecuencias de ese comportamiento.

Siempre voy por delante con relación a lo que vivo. No consigo vivir las cosas en el momento en que suceden. Es como si las viese venir antes incluso de que se produzcan. Hay momentos en los que tengo la impresión de estar a la espera. Ya sé, ya he comprendido cómo se va a desarrollar la situación, y es extraño porque me doy cuenta de que el otro no se entera de nada. Entonces, en ocasiones, intento apartar la vista para evitar un desenlace desagradable. Además, lo interpreto todo de manera negativa. Por eso me cuesta disfrutar de lo que vivo, pues construyo escenarios catastróficos. Sobre todo con mi novia.

La anticipación constante, a menudo ansiosa, crea una angustia difusa y permanente que echa a perder ciertos placeres de la vida y que impide vivir serenamente. Uno ya está *después*. A la espera de lo que se va a producir.

Andrea lo explica de una forma muy conmovedora: «Poquísimas veces me digo: ¡no me lo esperaba! Sin embargo, me gustaría llevarme auténticas sorpresas. Por ejemplo, cuando se aproxima mi cumpleaños, ya sé, de antemano, lo que va a ocurrir. Mi cabeza es como un ensayo general. Preveo todos los detalles del acontecimiento. Y la secuencia de regalos: veo mis reacciones y las de quienes me rodean. Cuando llega el día, todo sucede tal como lo había previsto».

En la vida cotidiana también se observan algunos efectos sorprendentes de esa anticipación. Max se marchó antes de terminar una entrevista de trabajo porque había comprendido que no iba a conseguir un empleo. Valérie dijo: «De acuerdo, estoy de acuerdo en cuanto a la separación», cuando su marido apenas había empezado a hablar. Pierre cambió de conversación al comprender que a su interlocutor jamás le interesaría el proyecto... Y Bruno confiesa avergonzado: «Con mi mujer es terrible. Me veo obligado a dejarle hablar aunque ya sepa de antemano lo que va a decir. A veces no me doy cuenta, la interrumpo y responde que aún no ha expuesto la siguiente idea. Eso la desquicia».

Desajuste, desajuste...

Afrontar la anticipación: el hedonismo a cualquier precio

He aquí una argucia inesperada. Una respuesta protectora que puede activar el superdotado harto del análisis ininterrumpido de su vida, análisis que le impide acceder a numerosos placeres; entonces escoge el hedonismo, lo que le permite sumergirse en las sensaciones sin «complicarse la vida». El placer por el placer, y nada más.

Encontramos ecos de esa actitud en los relatos de hombres superdotados sobre la sexualidad. El miedo a no estar a la altura de lo que espera el otro, el miedo a decepcionar, el miedo a descubrir la ausencia de placer en la pareja, el miedo al compromiso afectivo, el miedo a tener que hablar de uno mismo... conducen a algunos a los placeres efímeros de las chicas fáciles. Pagar por un placer que se domina y que no exige nada a cambio es una huida completa del afecto y una ilusión de ternura. Pero es tan placentero que constituye una alternativa para esquivar las trampas de la anticipación inhibidora.

La sobreinversión en placeres fisiológicos se da también en otros contextos y su único objetivo es sentir la vida de verdad, sentir, en uno mismo, la ola de placer primitivo que no pierde su intensidad por culpa del escáner que el pensamiento y el análisis representan.

Florence eligió el *puenting*: «No tengo tiempo para pensar ni para hacerme preguntas; salto y de repente noto una explosión de los sentidos. Es un alivio increíble».

Pero el hedonismo tiene sus límites, claro está. Su exceso tiene consecuencias. Esporádicamente es una estrategia, continuamente es una patología.

CAPÍTULO

Las mujeres

Ser una mujer superdotada, sabes, no es tan fácil...

Ser una mujer superdotada comporta ciertas particularidades; para empezar, en lo que a la trayectoria se refiere. Sabemos que las niñas pequeñas muestran en la infancia una mayor capacidad de adaptación que los niños. Aceptan más fácilmente las «reglas del juego», sobre todo el escolar, y consiguen adaptarse. Pero, esa adaptación consume mucha energía. Se trata de una estrategia de adaptación y no de un mecanismo natural. A veces su «diferencia» es, también para ellas, difícil de vivir y de asumir. Se encargan de ajustarse a lo que se espera de ellas. Pero ¿a qué precio?

Cuando la carga es demasiado pesada y la tensión ha sido demasiado fuerte, las dificultades pueden surgir bruscamente en la adolescencia, y entonces resulta más arduo ayudarlas, pues el sufrimiento viene de lejos y está muy cristalizado. Llevan mucho tiempo sin soltar lastre. El dolor, que estaba contenido, ha arraigado.

Si las dificultades no surgen en la adolescencia, la joven superdotada llega a la edad adulta con sus preguntas sin respuesta y sobre todo con ese sentimiento difuso pero constante de estar siempre desfasada y de ser diferente. Puede pasarse la vida adaptándose, cuestionándose, buscando en sí misma las razones de su malestar. Pero encuentra pocas respuestas y permanece frecuentemente instalada en una vida «al margen» de aquella que tanto le gustaría vivir. Y sin comprender los motivos. La mujer superdotada suele estar sola porque su inteligencia singular la aísla aún más que a los hombres. Y es difícil protegerla a causa de su extrema sensibilidad. Entonces, los hombres, los otros, pueden tenerle miedo.

Detesto sentir que intimido a los demás. Sobre todo porque no lo hago a propósito y no me doy cuenta de ello. A menudo las personas me dicen que cuando me conocieron les di miedo. No fui consciente de ello, pues no era una actitud deliberada. Tuve la sensación de haber sido simplemente yo, natural, como de costumbre, ¡y qué!

Monique, de 47 años, tiene ese problema. Dirige una pequeña empresa, y le cuesta manejar la imagen que da de sí misma. Me dice que lo más duro es que quiere mucho a la gente, pero que se da cuenta de que el sentimiento no es recíproco. Monique añade: «De todas formas, cuando alguien me ve, o me quiere en seguida o me detesta para siempre». En su relación con los hombres, el proceso ha sido siempre el mismo. Monique intimida pese a sus esfuerzos para adaptarse a lo que ella considera adecuado.

En la actualidad, Monique forma, con su marido, una pareja estable desde hace 20 años, pero, me confiesa: «Es porque encontré a un extraterrestre como yo. Me di cuenta, mucho después, de que él también era superdotado. Sin embargo, mi marido no funciona en modo alguno como yo; yo soy muy extrovertida y él es reflexivo y sosegado. A veces eso me irrita y me resulta irritante porque tengo la impresión de ser yo siempre el motor de la pareja, o sea, quien debe tomar las decisiones. Pero, para ser sincera, las cosas van bien y están en orden gracias a él. Así nuestra vida no parece unos interminables fuegos artificiales. Su forma de ser superdotado nos ha permitido, a los dos, fortalecer la pareja y comprender y aceptar nuestras diferencias... gracias a nuestras semejanzas y a nuestra increíble complicidad».

Las mujeres superdotadas intimidan fácilmente

Su visión del mundo, su forma de analizar a los demás y el convencimiento que emanan de haber comprendido demasiadas cosas da miedo. A los hombres, sin duda, pero también a las mujeres. Parecen dominantes, inabordables, orgullosas y seguras de sí mismas. Son especialmente frías y poco sensibles. Nada de ello es cierto, evidentemente. Al contrario. Pero su máscara funciona a expensas de ellas. Su caparazón las separa de los demás. Tras su camuflaje, la soledad es inmensa. Y eso les ocurre a ellas, que tanto necesitan ser amadas, que tanto querrían ser protegidas, cuya sensibilidad y afecto desbordantes deben ocultarse por completo para que no las arrastre la emoción a cada momento.

Ser una madre superdotada

En este caso, todo se mezcla y se confunde. Por una parte, superdotada como su hijo, la madre sabrá comprender y adaptarse a las circunstancias, aunque sea, en ocasiones, mediante un diálogo sin palabras, de una manera intuitiva y especialmente íntima. Pero este triunfo puede transformarse pronto en una trampa tanto para la madre como para el hijo. Para la madre, si no sabe que ella misma es superdotada, porque cree que su hijo es normal, en el sentido de que todos los bebés son como el suyo. La madre, por otra parte, se asombra si alguien de su entorno le hace una observación sobre las singularidades de su bebé, sobre su vivacidad, su curiosidad o su precocidad. No comprende qué puede haber de diferente. Para ella, su bebé es como todos los demás. La verdadera revelación se produce a menudo al empezar el colegio. Según lo que allí suceda, la profesora que le toque y el sistema pedagógico del centro, las particularidades del niño serán de entrada irritantes y molestas o innegables y reconocidas. Hay pocas opciones.

• *El niño parece raro, extraño e inadaptado.* La escuela no comprende por qué no se comporta como los demás, por qué no responde obedientemente a la represión como los demás, por qué se interesa por las cosas de una manera diferente, por qué no entra por el aro, como los demás. En seguida los padres se asustarán y comenzará el baile de consultas, pues su culpabilidad se habrá activado. Con frecuencia el niño y su familia tienen que esperar varios años antes de que, por fin, los expertos hagan un diagnóstico adecuado o, en el peor de los casos, digan que el niño padece trastornos incomprensibles, dejándolo en un desamparo sin nombre y sin salida.

• *En el mejor de los casos, el niño es percibido como un líder, como un elemento positivo para la clase.* El docente aprecia su rapidez de comprensión, su amplio vocabulario y su forma de reaccionar a los nuevos conocimientos. El pequeño superdotado, al ser tenido en cuenta, se dilatará en ese contexto escolar. No hablo más que de los primeros momentos, porque el trayecto es largo. Pese a su fácil integración, puede suceder que todo se trastoque. La madre superdotada no lo habrá previsto, sobre todo si se trata de un hijo varón, pues ella no vivió la escuela de la misma manera. Cuando era pequeña, siempre desarrollaba capacidades de adaptación superiores a las de los chicos superdotados. Con frecuencia podía aceptar las reglas del sistema escolar y superarlas de manera brillante. Se «resignaba» sin que le gustase y sin comprender el sentido de todo aquello. En cambio, lo que había comprendido bien era lo que se esperaba de ella y también que su éxito hacía felices a sus padres. El éxito se había convertido en lo normal, y con ese éxito se aseguraba el cariño de sus padres y la consideración de los demás; tampoco es que lo buscara obstinadamente, pero era agradable y eso le bastaba. Entonces, ante este niño en dificultades, la madre superdotada no comprende lo que pasa. Todas sus referencias han desaparecido, por lo que intenta ayudar a su hijo a levantar cabeza, pero todo es en vano. Sus recetas y sus trucos del pasado no parecen funcionar. Al llegar a este punto siente pánico y no hace pie. La única culpable —piensa— es ella, por ser una mala madre. Y no hay más que hablar. Algo ha hecho mal. Esta madre desamparada buscará ayuda, pero con demasiada frecuencia los psicólogos reforzarán su culpabilidad y le sugerirán —¡horror!— que la cuiden. Si a su hijo no le va bien, es probablemente porque a ella tampoco. Si ella mejora, su hijo mejorará. Eso dicen los grandes preceptos arcaicos de la psicología, que, por desgracia, siguen haciendo estragos... Se ha rizado el rizo: ahora los dos están mal. Muy mal. Y, si el padre, el entorno o un experto no interrumpen el proceso, ambos se hundirán en una angustia indescriptible.

¡Madres, reaccionad: vuestro hijo es como vosotras! Sí, vuestro hijo os necesita. Sí, podéis acompañarlo. Pero con una condición: debéis comprender y aceptar que es especial, y vosotras también. Entonces sabréis y podréis caminar junto a él y darle la mano para conducirlo hacia una vida feliz. A la que vosotras también llegaréis. Tened confianza, sois capaces, tenéis todos los recursos para lograrlo. Lo más importante es

estar lo más cerca posible de comprender a vuestro hijo: vosotras tenéis razón. Y, si vuestra opinión difiere de la del entorno y en particular de la de los profesores o incluso de la del psicólogo, sabed que sois quienes mejor conocéis a vuestro hijo y sus necesidades. Resistid, actuad, arremeted. No os dejéis influir por todos los que evocan viejos fantasmas para asustaros y haceros dudar de vuestras convicciones. Sé que tenéis miedo —incluso mucho miedo— de equivocaros, de cometer errores y de elegir mal. Tener miedo es normal, pero ese miedo debéis utilizarlo para movilizar todas vuestras fuerzas. No olvidemos que, en la educación, la ausencia de riesgo no existe. Se trata de tomar una decisión que comporta riesgos necesariamente. Sea cual fuere la opción que se elija para un hijo, esa opción implicará cierto riesgo. Entonces, ante una decisión, lo esencial es evaluar el «peso» del riesgo que contiene, y la balanza no bascula siempre en el sentido previsto... Hay momentos en la vida de una madre en que la decisión final le incumbe. Hay que asumirlo serenamente, admitiendo el derecho al error. Elegir, para un superdotado, implica sufrimiento; para una madre superdotada ante su hijo, es una tortura. Lo sé. Pero llegaréis a convertir vuestro miedo en un aliado. Veréis cómo eso lo cambia todo.

Mujer superdotada busca hombre desesperadamente...

Y mi madre un día me dijo: «Desde pequeñita eras tan privilegiada e inteligente que eso no podía crearte más que problemas...».

Relato anónimo de una adulta superdotada que se pregunta si *eso* es la principal causa de su dificultad para alcanzar la felicidad.

Para una mujer superdotada, está en juego un gran dilema. Otro más, me diréis. Este es muy importante en las relaciones amorosas: ¿se puede ser mujer *e* inteligente, a riesgo de ser al mismo tiempo feúcha y poco sexy? Es un poco como la historia de las rubias... O de ese viejo dicho según el cual, si se es guapa, probablemente no se pueda ser inteligente, y viceversa. ¿Y sabéis por qué? Porque la inteligencia intimida. Sobre todo a los hombres. Incluso a los hombres muy inteligentes, pues la inteligencia va unida a un gran sentido crítico con respecto a uno mismo y a los demás, poniéndolo todo siempre en cuestión. Con una mujer demasiado inteligente, un hombre tiene miedo de no estar a la altura, de que se revelen sus debilidades y de que se descubra su vulnerabilidad. Y pocos hombres aceptan ese reto, porque no están demasiado seguros de sí mismos. Aun en el siglo XXI, el hombre moderno sigue teniendo la necesidad de sentirse fuerte, de sentir que domina y puede proteger a los suyos, y de que lleva siempre cierta ventaja. Su actitud no pretende molestar y tampoco es una reminiscencia prehistórica. Funciona así sencillamente porque también tiene miedo. Mucho miedo.

El desafío para una mujer superdotada consistirá en abandonar el papel en el que la han encasillado, esto es, el de mujer amable, sumisa y dócil a la par que «atractiva» para el hombre, y en seguir siendo lo que es y conservar su poder de seducción sin poner en fuga a quien intenta seducir, lo cual no es fácil porque el hombre huye de prisa. Aunque esté loco de amor, pierde las referencias ante ese tipo de mujer. Y, si se uniesen, intentaría hacerla caer en sus redes para controlarla y para tranquilizarse.

A ello hay que añadir otra dificultad: la mujer también tiene miedo. Mucho miedo, porque es superdotada, recordadlo, y porque duda sistemáticamente de sí misma, de su valor, del interés que pueda despertar, de su físico y de su discurso. Se siente tan pequeña, tan inútil, tan boba. ¿No os dais cuenta del malentendido?

Y si a esto le añadimos su exceso de receptividad, ya es demasiado. Lo capta todo, hasta la más mínima emoción, y entonces se resiente mucho. Intenta canalizar las cosas, domesticarlas, para que no la devoren y la arrastren, lo cual puede entenderse como distanciamiento, frialdad o falta de sensibilidad. ¡Es el colmo! Sin embargo, pasa frecuentemente.

«¿Inteligente yo? ¡Estás de broma!»

Es un *leitmotiv*. Es la frase fetiche que se oye siempre ante el resultado de una evaluación psicológica. A una mujer le cuesta más que a un hombre creerse inteligente. Es casi una impostura. La mujer no se ve reflejada en su inteligencia.

Lo más sorprendente sucede cuando se conversa con la madre de un niño que acaba de ser catalogado como superdotado. Normalmente oímos: «¡Vaya, pues de mí no lo ha sacado. Será de mi marido!». En el caso de las mujeres superdotadas, todo el trabajo de asistencia, de apaciguamiento y de recuperación de sí mismas y de lo que son en realidad es largo y delicado. Son muy resistentes. La apuesta de ser inteligentes, de todas las representaciones que ello supone y de todas las culpas y cuestionamientos implícitos las asustan considerablemente; sin duda más que a los hombres. El valor y la paciencia, cuando la mujer se decide a encontrar su verdadera identidad, la deslumbran tanto a ella como, más humildemente, al terapeuta que observa esa metamorfosis, pues se trata precisamente de una metamorfosis, de un cambio que se va a reflejar desde el exterior, incluso físicamente. Sea cual fuere la edad, se percibe una transformación de los rasgos: más radiantes, más abiertos, más risueños. La belleza interior recupera las zonas exteriores, y eso da gusto verlo. Todo el mundo lo nota, y ese retorno positivo ejerce un efecto catalizador en la autoestima, que se ve favorecida y reforzada.

Esta relación entre las mujeres y la inteligencia tiene el efecto negativo de que muy pocas se someten a una evaluación. ¿Para qué hacer un diagnóstico, si la idea de ser superdotado no puede traspasarte el espíritu? Sin embargo, las mujeres superdotadas se

ponen tantas veces en tela de juicio, se hacen tantas preguntas sobre sí mismas y sobre el mundo, que en el fondo sienten siempre una separación incomprensible. Pero se lo callan.

Pequeña —pero importante— constatación personal

Mientras escribía este libro, releí toda la correspondencia que he ido recibiendo durante los últimos años: testimonios a veces conmovedores, llamadas de socorro, relatos de grandes angustias o de dificultades insolubles. Las cartas suelen ser extensas, detalladas, sinceras y auténticas. Sorpresa: tres de cada cuatro provienen de mujeres. ¿Pudor masculino, o lealtad y honestidad femenina? Un poco de ambas cosas, probablemente. Pero hay otro asunto que me llama la atención: a la consulta acuden más los niños varones. Sus problemas son más ruidosos y preocupantes. Los niños inquietan antes a su entorno, mientras que las niñas, calladamente, se adaptan a costa de grandes renunciaciones: para agradar, para cumplir las expectativas de sus padres y de sus profesores, o para ser amadas. Pero, en la edad adulta, ¿quién pregunta? ¿Quién acepta que lo cuestionen? ¿Quién, sencillamente, se hace preguntas y reflexiona sobre su propia vida? ¿Quién puede abrirse y mostrar su herida más oculta? Las mujeres, sin duda. Ellas son los principales pacientes de los psicólogos para adultos.

CAPÍTULO

Las parejas: ¿Dios los cría y ellos se juntan?

Un adulto superdotado suele tener amigos... superdotados. Sí, como los niños que se juntan en el recreo. Para sorpresa de los respectivos padres cuando se dan cuenta de que sus hijos también son unas «cebras». Debido a esta constante de la personalidad, nos sentimos atraídos por las personas de nuestra misma condición y luego nos encariñamos con ellas; lo que no equivale a ser iguales, sino a ser capaces de comprenderse íntimamente y de percibir en el otro una forma de sentir la vida, de reconocer el mundo y de entender en silencio que lo identifica con nosotros.

«Una extraña familiaridad» los acerca...

Cuando conocí a David, es como si hubiera tenido una especie de *déjà vu*... De repente, como por arte de magia, ya no necesitaba ocultar mi sensibilidad ni mi percepción de las cosas o las personas. David me comprendía, simplemente. Y yo tenía la impresión de conocerlo de toda la vida. Como algo evidente. ¡Resulta tan agradable!

¿Y las parejas?

No existe ningún estudio al respecto. Solo la práctica clínica permite constatar que la alquimia del «mismo» funciona también para la formación de parejas de superdotados. Como para las de los demás, por otra parte. Siempre nos atrae alguien de quien presentimos que sabrá comprendernos y amarnos por lo que somos y no exclusivamente por lo que aparentamos. Nos imaginamos que ese otro sabrá percibir lo que intentamos ocultar y sabrá descubrir la riqueza de nuestra personalidad pese a nuestro comportamiento socialmente manipulado, nuestro éxito manifiesto o incluso nuestro arte de seducir para protegernos mejor. En este desfile de máscaras, el humor, la burla, el espíritu de réplica y la extroversión pueden convertirse en los signos exteriores más escandalosos, solo visibles para los iniciados o los superdotados, que reconocerán a uno de los suyos.

Pero también se pueden encontrar individuos sombríos, introvertidos, gruñones, insatisfechos, siempre convencidos de que el mundo no da vueltas y de que nadie comprende nada. Silenciosas, pero observando la vida con una mirada cáustica, estas personalidades serán elegidas por aquellos a quienes la complejidad del mundo les asusta, quienes tienen miedo de estar en esta vida que parece tan fácil para la mayoría, en tanto que para ellos cada paso es un suplicio.

Entre estos dos extremos, todas las combinaciones son posibles: un extrovertido muy creador atraído por un superdotado que ha organizado su comportamiento para funcionar de manera pragmática; un hipersensitivo ansioemocional que buscará junto a un superdotado sólido, adaptado y carismático el consuelo indispensable para su equilibrio, a la par que el sólido superdotado encuentra en su frágil «cebrita» la justificación y el reconocimiento de sus cualidades de líder.

Una cosa es segura: existen muchas parejas de «cebras» con rayas superponibles o complementarias. ¿Cómo lo sabemos? Cuando hablamos con un adulto y hacemos un diagnóstico seguido de una terapia, la cuestión del cónyuge surge en seguida. El paciente —hombre o mujer— se hace preguntas acerca de su cónyuge. Para bien o para mal.

Sarah, una adulta superdotada de 40 años, recientemente diagnosticada, reconoce por fin que eligió a su marido solo porque no se le había escapado. Su marido era el único hombre que la había aguantado y ella había desplegado muchísima seducción para convencerlo. Sarah había logrado la proeza, que terminaría volviéndose contra ella, de identificar, gracias a su enorme empatía, lo que sentía y lo que esperaba de ella su futuro marido, construyendo entonces una personalidad totalmente a imagen y semejanza de los gustos de aquel hombre, a saber, la linda rubia agradable, sumisa y sin profesión que estaría orgulloso de exhibir en las veladas mundanas a las que asistía con frecuencia por su trabajo. Sarah, conforme a su proyecto, tenía un éxito del que su marido se beneficiaba indirectamente. Por otra parte, como les sucede a todos los superdotados, Sarah, que no había estudiado por motivos familiares, tenía un profundo complejo de inferioridad. Se creía realmente torpe y poco inteligente, y había deducido que por eso se aburría tan deprisa con los demás: seguramente, pensaba, porque no entendía nada.

A partir del diagnóstico y de la toma de conciencia, Sarah comprendió de súbito, como si se hubiese rasgado un velo, que su marido no era «tan inteligente» y que, además, no tenía ninguna consideración con ella. Egocéntrico, preocupado solo por sus asuntos, indiferente a las necesidades de su mujer «florero» (con este tipo de palabras se refiere a sí misma), ese hombre vivía una vida sin problemas con una mujer objeto que estaba incluida en su lista de éxitos. Una de las dificultades que plantea el diagnóstico es que puede poner en tela de juicio las decisiones anteriores. A Sarah le permitió comprender que la inteligencia de su marido —atrofiada por una tremenda falta de confianza en ella— era la causa de aquel espantoso desprecio. Sarah necesitaba que la protegiesen y estaba dispuesta a todo para que su presunta falta de inteligencia quedase enmascarada por la prestancia y el éxito de su marido, al que estaba consagrada... Sarah está en fase de aceptación, y no conozco el fin de la historia... El pronóstico es sombrío porque Sarah ve ahora a su marido a plena luz y no le gusta lo que ve. Y, sobre todo, porque su marido no es capaz de aceptar que su mujer pueda manifestar el menor deseo de buscar vías personales de expansión, que pueda tener ganas de vivir cosas distintas individualmente, que pueda ser una mujer inteligente, sensible y cultivada. Sarah, no obstante, intenta hacerle comprender ciertas cosas, pero él no quiere entenderlas y la ve de repente como una rival. El marido no soporta la idea de que ella esté más dotada que él, de que sus conocimientos sean superiores a los suyos, de que su comprensión sea más aguda que la suya. Entonces ahora es el marido el que tiene miedo y el que se vuelve agresivo para defenderse del peligro de sentirse inferior, lo cual no es en absoluto la preocupación de Sarah, que intenta lo imposible: explicarle a su marido cómo podría pensar de otro modo...

Saber o no saber que se es superdotado: ¿un riesgo o un beneficio para la pareja?

La historia de Sarah es un ejemplo en que el diagnóstico y la terapia de un miembro de la pareja pueden desenmascarar un malentendido inicial y hacer emerger los mecanismos que condujeron a esa unión. Entonces hay que reconsiderar la pareja.

En otras situaciones, frecuentes, el paciente se da cuenta de que su pareja probablemente también es superdotada. Y, al comprenderse mejor a sí mismo, comprende mejor al otro. Al trabajar consigo mismo, tiene las claves que le abrirán la puerta de la personalidad del otro. Se consigue entonces fortalecer los vínculos y, sobre todo, se abre la posibilidad de trabajar la complementariedad. Dos superdotados son al mismo tiempo tan similares y tan diferentes que poner en perspectiva esa doble polaridad abre nuevas vías de realización mutua. En ocasiones, puede hacer falta terapia de pareja, pero lo más normal es que el propio paciente se convierta con facilidad en el terapeuta del otro. Y otras veces, con solo unas sesiones, cuando se ha empezado a tirar del hilo que permitirá desenredar todo el ovillo, el paciente prosigue, en pareja y junto a su terapeuta, el trabajo iniciado a partir del diagnóstico. ¡Qué gran satisfacción para todos!

Mi punto de vista

Lo que cambia cuando uno lo «sabe» es que se comprenden de manera clara y lúcida algunos de los mecanismos sobre los que gira nuestra vida actual: los mecanismos que nos han impulsado a tomar nuestras decisiones profesionales, personales, familiares, afectivas, etc. Estamos entonces en plena posesión de nuestras capacidades y nos adueñamos de una nueva fuerza. Una fuerza enorme. Podemos entonces tomar decisiones perspicaces con pleno conocimiento de causa, como, por ejemplo, escoger de nuevo a la persona con la que queremos vivir. Es un acto de una gran riqueza y está lleno de promesas para el futuro de la pareja.

Uno analiza: te he querido, te elegí por tales y cuales razones que hoy comprendo. Ahora decido vivir contigo. Las razones explícitas e implícitas pueden ser múltiples, y llegar a ser fundamentales en la vida y en la comunicación nueva y enriquecida de esta nueva pareja profundamente influida por una «revisión» de una relación madura (¿podría decir adulta?) y que en adelante ambos pueden poner en práctica.

¿Superdotado + superdotado = pareja feliz o aislamiento garantizado?

No es sencillo. Todo depende de la personalidad de cada uno, de su experiencia, de su historia. La pareja se construirá de manera distinta si los dos conocen en seguida sus singularidades o si las descubren sobre la marcha. Según quién las descubra primero y el

momento en que ello se produzca, las repercusiones tampoco serán las mismas. Ya habréis comprendido que entran en juego muchos parámetros. Sin embargo, como decíamos para todas las parejas, las semejanzas de funcionamiento son puntos fuertes que permiten una mejor comunicación y favorecen la comprensión mutua. Indiscutiblemente.

¿El aislamiento?

No. No, porque estar juntos y seguros, ver al compañero como un islote de serenidad donde podemos reponer fuerzas, donde podemos comunicarnos sin palabras, donde podemos comprendernos sin dar explicaciones refuerza el equilibrio de cada uno. La autoestima se consolida en el interior de la pareja y nos hace más fuertes para enfrentarnos al exterior, a los otros, al mundo. La idea de que una pareja de superdotados podría desvincularse del mundo no corresponde a la realidad. La pareja se vive en este caso como una base sólida de la que podemos alejarnos con toda tranquilidad y a la que podemos volver para recuperar fuerzas.

Marc y Caroline, después de 13 años de matrimonio, atestiguan: «Supimos o, más exactamente, comprendimos, que ambos éramos superdotados cuando se planteó el problema de nuestra primera hija y la diagnosticaron. Entonces examinaron a nuestros otros hijos y nos dimos cuenta de que nosotros ya habíamos visto en ellos esa personalidad singular. En ese momento dimos el gran salto y también nos hicimos las pruebas. Hasta entonces, no habíamos percibido nuestra diferencia con respecto a otras parejas precisamente porque... éramos parecidos. Para nosotros, nuestras particularidades eran “normales”, ya que no teníamos otros modelos. A la luz de esos diagnósticos, releímos la historia de nuestro encuentro y de nuestra vida, lo que nos permitió comprender aspectos que se nos habían escapado hasta entonces. Este hecho ha reforzado nuestra intimidad y nos ha dado mayor libertad para profundizar en nuestra comprensión recíproca. Hoy nos sentimos más fuertes y más capacitados para atender a nuestros hijos».

CAPÍTULO

¿Y a los que les va bien?

Este es un capítulo que me gusta escribir.

Es cierto que he insistido mucho en las dificultades; es ineludible. Si el objetivo final es modificar la visión de estas personalidades atípicas y hacer admitir la necesidad imperiosa de integrar todas sus singularidades de funcionamiento, entonces primero hay que comprender bien quiénes son y en qué y cómo son diferentes. Es la única posibilidad de ayudar a estas personas a vivir mejor y a adaptarse. Es la única posibilidad de modificar las falsas representaciones de las que siguen siendo objeto con demasiada frecuencia. Pero, si hemos examinado muchos puntos vulnerables de la personalidad del superdotado, ahora podemos adentrarnos en la trayectoria de aquellos a los que les va bien y comprender cómo algunos superdotados han podido y sabido construir una imagen sólida y estable de sí mismos, y conseguir una vida en la que se sienten bien.

Naturalmente, a esos adultos superdotados a los que les va bien los conocemos peor, pues no llegan a la consulta, ya que están satisfechos con su vida y consiguen fácilmente lo que se proponen. A los que conocemos mucho mejor ahora es a los niños que crecen confiados y a los adolescentes llenos de vida y entusiasmo. Esos, os lo aseguro, existen, y cuentan con una personalidad cautivadora y con una fuerza vital prodigiosa. Tienen el éxito en la vida al alcance de la mano. La experiencia muestra que encontramos en su trayectoria una serie de constantes, de pilares, que resulta esencial conocer tanto para los padres que atienden a sus hijos como para los adultos que pueden encontrar vestigios de su pasado.

Itinerario de un niño superdotado que llegará a ser un adulto feliz

Lo que voy a escribir es caricaturesco. Forzosamente exagerado e improbable. Una mera hipótesis. No es la auténtica vida. No puede serlo ni debería. Nunca hay que tener la expectativa de ser unos padres perfectos, pues eso resulta patológico para los niños. En cambio, hay que hacer todo lo posible en función de lo que somos y de lo que consideramos mejor para nuestro hijo. Cometeremos errores, fallos; pues tanto mejor. También así se construye la personalidad, y no en un mundo irreal y sobreprotector.

Lo que pretendo con este itinerario ficticio es quitar los anclajes esenciales: las líneas de fuerza, las que necesita la pequeña «cebra» para hacerse fuerte y confiado a fin de enfrentarse, solo, a la tenebrosa selva. Veréis como al final es bastante sencillo. Hay que tener mucho sentido común y prestar simplemente una atención especial a ciertos puntos que suelen parecer baladíes. Pero no para él.

Cuadro de mandos para comprender el complejo itinerario del superdotado y encontrar un camino más despejado...

Un cuadro para evaluar las tendencias y que no pretende ser ni exhaustivo ni exclusivo. Un cuadro que es como una agenda para anotar los mecanismos más frecuentes y los más perjudiciales para la autoestima. Pero también un cuadro para localizar algunas claves que muestran nuevas perspectivas (véase a continuación).

El desafío ineludible: la autoestima

Todo se organiza en torno a la imagen de uno mismo. Es la pieza clave: la que determina todos los demás elementos. Es el mensaje esencial. Todo es posible con una imagen positiva de uno mismo; todo es más difícil cuando la imagen que uno tiene de sí mismo se ve afectada, cuando se pierde la confianza en uno mismo. O, peor aún, cuando el problema de la autoestima se instala definitivamente.

1. Un entorno benigno para una imagen sólida de uno mismo

Creer con una imagen sólida de uno mismo, con confianza, supone la existencia de un entorno agradable: un medio afectivo que comprenda y acepte las singularidades de esa personalidad de la que podría decirse que es una «fuerza frágil». Es necesario desarrollarse en un marco familiar que haya comprendido la importancia de la valoración, la gratificación y el estímulo. La necesidad de sentir el orgullo en la mirada de los que ama es para el joven superdotado el abono prodigioso de su desarrollo. El niño superdotado necesita ser «regado» con mucha frecuencia —con amor, se entiende, con palabras tranquilizadoras—, porque su lucidez corre pareja con una permanente y a veces dolorosa crítica de sí mismo. El superdotado, debido a la percepción de sus propios límites y defectos, no puede dormirse en los laureles. Nunca. Si parece orgulloso y pretencioso, es para intentar protegerse de su vulnerabilidad. No lo olvidemos nunca. El niño superdotado funciona antes con el corazón y las emociones que con la razón, el intelecto y la inteligencia racional. Hay que usar el afecto para ayudar al niño superdotado a sentirse bien consigo mismo. Esa es la clave.

Lo que puede suceder en la infancia	Consecuencias para la construcción de uno mismo	Resultado en la edad adulta	¿Cómo modificarlo?	¿Qué esperar?
Dificultades escolares a largo plazo.	Sentimiento de incompetencia. Miedo al futuro. Graves problemas de autoestima.	Desorientación profesional. Insatisfacción en la vida. Sentimiento de imperfección. Y también: convencimiento de ser siempre menos inteligente que los demás.	Reorganizando el pensamiento y la inteligencia. Comprendiendo que una inteligencia diferente ha podido hacer pensar en una incapacidad. Asimilando que esta forma de inteligencia es un tesoro incomparable.	Reanudar el curso de la vida apoyándose en las posibilidades que ofrece la inteligencia. Modificar o reorientar las decisiones profesionales. Recuperar el placer de sentirse feliz y aprovecharlo.
Incomprensión reiterada (no comprender y no ser comprendido).	Sentimiento permanente de desfase, de diferencia y de extrañeza. Intentos renovados de integración, a menudo fallidos, que refuerzan la certeza de no poder ser aceptado. Profundo sentimiento de diferencia, que horada y perturba la identidad.	Dificultades de adaptación. Momentos de desazón profunda que inhiben el impulso vital. Certeza de no poder contar más que consigo mismo. Tedio o angustia vital.	Echando mano de ese conjunto de recursos inaccesibles a los demás: la distancia permite acceder a una comprensión nueva y creadora.	Enriquecer la comprensión del mundo y aprovechar los numerosos beneficios de ese enriquecimiento para sí mismo, para los demás y para el entorno. Pero también para la actividad profesional y las relaciones familiares. Ser diferente, comprender y sentir de otra manera

Lo que puede suceder en la infancia	Consecuencias para la construcción de uno mismo	Resultado en la edad adulta	¿Cómo modificarlo?	¿Qué esperar?
Incomprensión reiterada (no comprender y no ser comprendido). (cont.)				crea una personalidad con un potencial de realización y una brillantez inigualables. ¡Hay que aprovecharlo!
Esperas desmesuradas para el entorno.	Ego desorbitado para enmascarar la vulnerabilidad y el miedo a no estar a la altura de las expectativas. Gran ansiedad ante cualquier tarea intelectual. Dudas en la construcción de uno mismo.	Falso ego que corre tras un éxito impuesto y se queda sin aliento, o, inhibición ansiosa que impide avanzar.	Reconsiderando el equilibrio de la imagen de uno mismo: aceptando tanto las propias fuerzas como los propios límites.	Encontrar lo que se aprecia en la vida y lo que se quiere mejorar. La dinámica de la vida puede reanudarse; el recorrido no termina en una obligación de triunfar ajena a uno mismo (lo que no impide triunfar, naturalmente).
Sentimiento repetido de injusticia.	Pérdida de confianza en los demás. Imposibilidad de comprender el mundo. Soledad interior.	Actitud defensiva respecto a los demás. Egocentrismo o altruismo desordenados. Rigidez de funcionamiento.	Más difícil, pues la injusticia es una realidad. Entonces habrá que aceptarla y combatirla cuando sea posible.	Una comunicación con los demás y con el mundo, y la posibilidad de relacionarse con aquellos para quienes la injusticia es siempre un motivo para combatir.

Lo que puede suceder en la infancia	Consecuencias para la construcción de uno mismo	Resultado en la edad adulta	¿Cómo modificarlo?	¿Qué esperar?
Exclusión social (rechazo por parte de los demás).	<p>Dificultades en el proceso de identificación: construirse a uno mismo en la soledad con un incomprensible sentimiento de diferencia.</p> <p>Miedo a los demás y a estar con ellos.</p> <p>Sentimiento de soledad.</p> <p>Convencimiento de no poder ser amado.</p>	<p>Aislamiento social.</p> <p>Dificultad para establecer relaciones y entrecruzar vínculos.</p> <p>Miedo a los demás y fobia social extrema.</p>	<p>Aprendiendo a apreciarse a uno mismo y aceptando los propios límites para vivir mejor la relación con los demás.</p> <p>Ejercitándose en intentar la relación con el otro para darse cuenta de que se puede no solo sobrevivir, sino también obtener placer compartido.</p>	<p>Auténticas relaciones con los demás, libres de pesadas obligaciones sociales.</p> <p>La posibilidad de tener verdaderos amigos con los que compartir cosas en libertad.</p>
Sensibilidad reprimida. Emociones contenidas.	<p>Rígidos mecanismos de defensa para intentar, sin descanso, contener las emociones.</p> <p>Pérdida de las raíces.</p>	<p>Debilitamiento de la personalidad.</p> <p>Frialdad, distanciamiento, carácter altivo o incluso áspero.</p> <p>Exceso de intelectualización: se analiza todo, no se vive nada de manera auténtica y espontánea.</p>	<p>Recuperando la fuente de las emociones y devolviéndoles, sin miedo, su funcionamiento.</p> <p>Comprendiendo la riqueza de las emociones y todo lo que pueden aportar al equilibrio y al bienestar.</p>	<p>Personalidad más flexible, fluida y calurosa.</p> <p>Sensibilidad al servicio de uno mismo y de los demás.</p> <p>Creatividad e imaginación, pero también empatía renovada y vínculos sinceros y afectuosos con el entorno.</p> <p>Relación amorosa enriquecedora.</p>

Lo que puede suceder en la infancia	Consecuencias para la construcción de uno mismo	Resultado en la edad adulta	¿Cómo modificarlo?	¿Qué esperar?
Vejaciones múltiples.	Heridas en el alma. Susceptibilidad exacerbada que debilita el sentimiento de identidad. Ataques dolorosos a la imagen de uno mismo: convencimiento de ser íntimamente rechazado.	Agresividad incontrolada. Necesidad de probar y de probarse. Energía vital.	Diferenciando lo que se interpreta de lo que se ha dicho. Comprendiendo que la susceptibilidad se nutre del miedo a no ser amado. Esa no es la realidad de la experiencia.	Capacidad de discernir, de aceptar los límites de los demás y de uno mismo para reforzar los vínculos sociales y apreciar plenamente los momentos vividos. Reirse de la propia sensibilidad resulta muy agradable para los demás.
Análisis constante que lo pasa todo por el filtro de la inteligencia privilegiada.	Miedo a esa vida enfática de la que nada escapa. Miedo a comprender más allá de lo que se puede gestionar emocionalmente. Miedo a ser el único en comprender las cosas y no saber qué hacer. Sufrimiento difuso que altera peligrosamente la percepción de uno mismo.	Personalidad fría. Distanciamiento en la relación con los demás. Falta de autenticidad en las relaciones. Personalidad dividida.	Volviéndose a conectar a la fuente emocional para reconciliarse consigo mismo. Reuniendo las emociones como una fuerza del pensamiento y no solo como un torrente potencialmente devastador.	La inteligencia es una bendición cuando utiliza la doble entrada: la cognitiva y la afectiva. Ser una persona inteligente ofrece inmensas posibilidades de vida y de placeres compartidos.

2. La importancia de la estabilidad afectiva

Y este niño necesita estabilidad afectiva. Se preocupa en seguida por los problemas de los demás y por sus aflicciones. Se responsabiliza de sí mismo e intenta apaciguar a quienes lo rodean. Con cuantas más posibilidades cuente de tener una familia equilibrada y estable, tanto más fácil será su evolución narcisista y personal. Esta es una observación

frecuente: el niño superdotado sufre, más que otros, las turbulencias de su medio afectivo debido a su inmensa receptividad emocional y a su desmesurada empatía. Lo que es cierto para todos es, como de costumbre, aún más cierto para él.

3. Ser comprendido de verdad

Es importante que nos comprendan tal como somos y que acepten nuestras singularidades. Ello supone un proceso activo, una escucha atenta, un ajuste permanente: no siempre es fácil, sobre todo mientras seamos prisioneros de nuestra forma espontánea de ver y comprender las cosas. Ser receptivo con el otro requiere un esfuerzo. Ser receptivo supone no reaccionar en función de uno mismo. Ser receptivo con el otro es permitirle ser distinto. Verdaderamente.

4. Coger a un niño de la mano...

No se puede crecer solo. Para expresar plenamente lo que se es, para vivir con y entre los demás, para llegar a abrir un camino en la vida, necesitamos imperativamente a los demás. A otro. A un guía. Es esencial haber encontrado a otro que nos haya acompañado a lo largo de nuestro propio camino, a alguien que haya intentado comprendernos de verdad y que nos haya permitido darnos cuenta de nuestro potencial (y no solo intelectual) para, en ocasiones, transformarlo en talento. Pero no se trata de «empujar» a un niño ni de «meterle “presión”», pues eso obraría el efecto contrario al deseado: un falso *self* en el mejor de los casos y graves problemas psicológicos, en el peor. Creamos generaciones de niños estresados y enfermos a causa de la tensión que les produce el querer obtener el éxito esperado. Se trata de abrir el camino al niño y no de enorgullecerse, en tanto que padres, del éxito del hijo. Se trata también de ser prudentes en nuestra calidad de guías. Decirle a un niño «todo lo que hago, lo hago por ti» es generarle culpabilidad y obligarlo a satisfacer a sus padres a riesgo de sentirse rechazado, o sea, el efecto contrario de lo que se pretendía.

Acompañar es coger de la mano y mostrar caminos, no tirar o empujar para que el niño los tome a toda costa. Es animar, valorar y gratificar cada esfuerzo. Es, sobre todo, reconfortar. ¡Y frecuentemente! ¡Puede incluso que todo el tiempo!

Las neurociencias lo validan: cuando se coge físicamente la mano de alguien que sufre, se produce una liberación de hormonas en el hipotálamo, las cuales aplacan las emociones negativas. Sentir físicamente la conexión con el otro es un «medicamento» regulador de una eficacia probada y al alcance de todos. ¡Que se lo digan al superdotado!

5. Hacer amigos: una ventaja para el equilibrio futuro

La capacidad de establecer relaciones de amistad auténticas y duraderas durante la infancia y la adolescencia constituye uno de los mejores predictores de buena salud mental en la edad adulta.¹ Lo que quiere decir que la relación con los demás debe fomentarse y estimularse por todos los medios posibles. Cuantos más amigos tenemos, mejor nos sentimos hoy y más equilibrados estaremos mañana.

6. Pasar por la etapa escolar sin demasiado desgaste, con la mayor cantidad de satisfacciones y éxitos posible

Es la confianza en sí mismo, ahora y siempre, la que ayuda al superdotado a aceptar las normas escolares, la que le permite comprender que puede utilizar el colegio en su propio beneficio, la que le permite reconocer que su tipo de inteligencia no es siempre el más eficaz frente a las exigencias escolares; pero no renuncia a ella para «amoldarse». De manera flexible e «inteligente», sabe ajustar su inteligencia, su sensibilidad y su personalidad al contexto del colegio. También ha comprendido cómo utilizar el carisma, el encanto, la persuasión y la riqueza de espíritu para hacerse querer por los profesores. Todo se vuelve más fácil cuando los profesores son conciliadores y consideran al alumno simpático y afectuoso. Por otra parte, nuestro pequeño superdotado, si compensa sus momentos de tedio con una participación activa, hace que el tiempo de clase sea más entretenido y además agrada a los profesores. Entonces está todo casi ganado. ¿Será eso lo que llamamos el arte de la manipulación? Puede; pero una manipulación benévola cuyo objetivo es la satisfacción recíproca en beneficio propio. Una buena etapa escolar garantiza —casi— la posibilidad de transformar en realidad los proyectos de vida. Es una garantía básica de la conservación de la autoestima y de una energía positiva disponible para el resto de la vida. En la adolescencia especialmente, la curiosidad está intacta. Tener ganas de hacer de todo ya no implica un miedo paralizador, sino que, al contrario, nos libera de los límites de una vía angosta. El deseo y el placer de triunfar siguen siendo los motores.

7. La sensibilidad al servicio de la creatividad, la empatía al servicio de los demás, las emociones al servicio de la sensación de vivir

Cuando el joven superdotado consigue no reprimir la sensibilidad, la receptividad y la experiencia emocional, tales particularidades de su funcionamiento formarán una personalidad extremadamente simpática, carismática, afectuosa y apreciada. Las

emociones, cuando se integran naturalmente en el funcionamiento general, producen una personalidad muy fuerte, con un brillo asombroso. El desafío del superdotado consiste en evolucionar en un entorno que no persiga la expresión emocional, que no tema algunos de sus desbordamientos, y que incorpore esa reactividad emocional como una fuerza vital en vez de como un defecto insoportable. Vivir con ese *exceso* emocional del superdotado es un ejercicio en ocasiones peligroso para quienes lo rodean. Llegar a admitir, incorporar, consolar, apaciguar y reconfortar sin juzgar de inmediato es una garantía considerable para el futuro, la confianza y el equilibrio.

A modo de resumen: la tendencia a no abandonar jamás = autoestima.

El rumbo que hay que mantener siempre en la línea del horizonte es el de la confianza y la imagen positiva de uno mismo. Desde que se duda, desde que no se sabe cómo acompañar a ese pequeño superdotado, desde que uno se pregunta cuáles son las mejores respuestas, hay que volver a trazar con un compás todo lo que pueda restablecer, restaurar, favorecer y alimentar la confianza en sí mismo. Es la única garantía de no equivocarse nunca y de guiar serenamente a ese niño hacia el equilibrio vital. El adulto en que se ha convertido, de acuerdo consigo mismo, puede entonces abordar la vida y sus peligros con el apoyo de una sólida estructura de la personalidad. El superdotado sabrá apreciar sus placeres y sus límites, y afrontar las dificultades manteniendo el *tempo* emocional adecuado. Es un adulto «armado» frente a la complejidad de la vida, y su «arma» es él mismo...

Línea de conducta = poder crecer lo más cerca posible de uno mismo.

Es decir, en un entorno que nos guíe y nos ayude a ajustar cada una de las características de nuestra personalidad al funcionamiento del mundo.

No se trata ni de adaptarse a todo —a riesgo de renegar de ello— ni de inhibirse como única alternativa de integración.

Se trata de vivir, no de sobrevivir.

Lo que no hay que olvidar

La personalidad del superdotado es una *fuerza frágil*. Para florecer, esa personalidad tiene necesidades simples pero enormes e ineludibles: de comprensión, de amor, de benevolencia, de valoración, etc. Este «alimento afectivo» condiciona la construcción de una imagen de sí mismo positiva y de una autoestima sólida. Es un compromiso para el futuro. Es una misión en la que intervienen constantemente

todos los que acompañan a este pequeño superdotado para que llegue a ser un adulto feliz. Si bien esto es válido para todos los niños, los puntos vulnerables en el superdotado son tan numerosos que las grietas son más frecuentes, más dolorosas y más difíciles de reparar. ¿Y si los llamásemos *superdelicados*?

La alquimia de la inteligencia sublime y de la sensibilidad exagerada forma un cóctel explosivo que debe manipularse con enorme precaución.

Itinerario de un adulto superdotado que hace lo que puede para sentirse bien

No se puede decir simplemente: para estar bien, hay que proponerse estar bien... Y, sin embargo, es —casi— verdad.

Cuando se ha tenido una infancia caótica de la que se sale debilitado, herido y sintiéndose solo para afrontar el futuro; cuando se ha perdido la esperanza de ser amado y aceptado; cuando todo parece confuso... no todo está perdido, porque el cerebro acudirá una vez más al rescate.

Creíais saber, puesto que varias generaciones de psicólogos lo han repetido, que uno no puede «recuperarse de la infancia» o incluso que «todo está decidido antes de los 6 años». Y os lo habéis creído. Hoy se sabe que es falso, principalmente por dos razones:

- *La capacidad de resiliencia.* La resiliencia explica la fuerza que nos permite, pese a las vicisitudes de la existencia, liberar recursos para hacer frente a las dificultades de la vida o, mejor aún, forjarnos una personalidad incluso más sólida. Todos tenemos esos recursos de resiliencia, solo que debemos estar convencidos de ello para que salgan a flote y podamos utilizarlos. En el caso de algunas personas, tales recursos se disparan automáticamente ante un peligro. Esas personas generan recursos en numerosas situaciones difíciles de la vida. En el caso de otras, la resiliencia se activa con menos facilidad y entonces deberán estar atentas a todo lo que pueda ponerla en marcha. En cada acontecimiento doloroso que haya que superar, habrá que descubrir lo que se ha conservado y lo que sirve de apoyo. Se trata de cambiar un poco nuestro punto de vista. Cuando lo conseguimos, damos un nuevo impulso, en el cerebro, a los circuitos de las emociones positivas. Si logramos multiplicar esas experiencias positivas, activamos y consolidamos los mecanismos de la resiliencia. En el cerebro, los circuitos que conducen a las zonas de la tristeza y de la alegría están muy próximos. El objetivo es llegar a desviar la emoción para que cambie de ruta.

- *La plasticidad cerebral.* Ahora que se ha demostrado que podemos aprender de todo a cualquier edad, entonces también podemos aprender... a ser felices. Normalmente, las heridas de la vida habrán imprimido en el cerebro una serie de circuitos que nos hacen verla desde un ángulo pesimista. El cerebro, puesto que es perezoso, se sirve directamente de esos circuitos en cualquier situación. Una tonalidad negativa teñirá

entonces casi sistemáticamente todo lo que experimentamos. Incluso en los momentos felices, nuestro cerebro nos envía la siguiente queja: esto no puede durar mucho... Pero ¡podemos modificar esos circuitos! No somos la víctima de nuestro cerebro, luego podemos recuperar el control.

Gracias a la plasticidad cerebral, todo es siempre posible en todos los estadios de la vida.

El adulto superdotado que, pese a un pasado complejo, vive una vida que le conviene habrá comprendido intuitivamente que nada es irreversible y que puede ajustar permanentemente el curso de su vida.

¿Y si la Felicidad con mayúsculas no existiese? El arte de las pequeñas f...

Vivimos en una sociedad del derecho a la felicidad. Más aún, del deber de la felicidad. La felicidad se convierte en una obligación y, si no se obtiene, es una injusticia probablemente debida a alguien: a nuestro cónyuge, a nuestros hijos, a nuestro jefe, a nuestro entorno, a nuestro Gobierno... Y nuestro siglo nos pide que reivindicemos alto y claro ese derecho y esa obligación: ¡sed felices! Entonces creemos, o simulamos creer, en esa felicidad prefabricada: la casa de nuestros sueños, ese viaje maravilloso, los productos que nos hacen tan guapos y deseables, la tienda de todos nuestros deseos, la marca que nos hará irresistibles, etc. Podría seguir así mucho tiempo, pero no es esa mi intención.

La idea que me gustaría compartir es la siguiente: todos tenemos la capacidad de sentir lo que nos produce placer y lo que nos hace estar a gusto con nosotros mismos y con los demás. Hay que dejar de esperar y de buscar la Felicidad con F mayúscula. Corremos detrás de ella, a veces durante toda la vida. Pensamos que sí, que seremos felices cuando los niños hayan crecido, cuando hayamos comprado esa casa, cuando hayamos obtenido ese ascenso, cuando tengamos bastante dinero para hacer mil y una cosas, cuando seamos conocidos y reconocidos, cuando estemos jubilados y tengamos por fin tiempo para... Entonces, pasa junto a nuestra vida y, de nuevo, no estamos en sintonía. Tenemos a nuestro alcance las efes minúsculas, que pueden hacer que nuestra vida sea centelleante, chispeante, amena, confortable. Evidentemente yo no mostraría la falta de respeto que supondría ignorar los verdaderos sufrimientos, las verdaderas desdichas sociales, culturales, psicológicas y fácticas. Respeto profundamente a quienes sufren. Pero, me dirijo a los otros, a las personas normales y corrientes que tienen acceso a una felicidad ordinaria y que se quejan de no obtener una felicidad extraordinaria. Es solo una falsa ilusión. La felicidad está ahí y eso es lo extraordinario.

En busca de las efes minúsculas

Reflexionad: cuáles son las cosas, por pequeñas que sean, que os producen una satisfacción profunda o fugaz. Todo es aprovechable. Mirad a vuestro alrededor, en vuestra vida: ¿veis todas esas pequeñas cosas maravillosas que la insatisfacción crónica y contagiosa os impide ver? ¿Véis todos esos éxitos, grandes y pequeños, que habéis obtenido gracias a vosotros mismos y a las dificultades que habéis superado? ¿Véis cómo, en el fondo, podemos estar orgullosos de lo que hemos conseguido y de lo que poseemos, aunque nuestra sociedad nos explique sin cesar que podemos tener cosas mejores y más hermosas? Pero ¿mejores y más hermosas que qué? Nuestra única medida somos nosotros mismos. Lo único que necesitamos es lo que nos reconcilia con nuestro yo secreto. Ese que sigue siendo siempre el gran desconocido. Es nuestro; es nuestro bien más precioso. No hay nada más valioso, y menos en el exterior. Volvamos a centrarnos. Es mejor, ¿no?

Ser feliz es tener más satisfacciones que frustraciones

Uno se resiente en seguida del sufrimiento cuando las satisfacciones desaparecen bajo el peso continuado y persistente de las frustraciones. Lo esencial es saber cuáles son las satisfacciones y las frustraciones para cada uno de nosotros, ya que pueden ser distintas. Sin embargo, todas se parecen: lo que nos hace felices es la sensación, en mi «interior», de estar en el lugar adecuado y de vivir la vida que nos conviene y que se ajusta a nuestras necesidades. Si es así, no nos hemos extraviado, no hemos tomado callejones sin salida o caminos fáciles que nos deslumbraban sin satisfacernos, no nos hemos aventurado por caminos trazados por otros pero que no habíamos elegido. Con nuestros recursos, con nuestras fuerzas, con nuestros límites, nuestra fragilidad y nuestras debilidades, hemos trazado una ruta por la que nos gusta caminar, a lo largo de la cual conocemos a personas que nos enriquecen y alcanzamos lo que nos ilumina. Lo cual no quiere decir que no vayamos a encontrar obstáculos y que la ruta esté libre de peligros. Pero sabremos cómo afrontarlos, cómo enfrentarnos a lo imprevisto y cómo vivir lo inesperado: con tristeza, con sufrimiento a veces, con rabia o con ira, pero siempre con un anclaje que nos sujeta al mundo, que nos hace indisociables de nuestro camino y que no nos desvía de nuestra senda, de nuestro camino en la vida.

Equilibrio vital, superdotación y compañía: el arte de la felicidad...

¿Y cuando se es superdotado?

Si pudiera ser feliz solo de vez en cuando, soportaría el resto. Virgile, de 22 años, agotado de su lucha encarnizada para sentirse bien.

Leí en un libro que los hiperinteligentes carecían de aptitud para la felicidad. Seguramente es cierto, pero tengo ganas de responder que no se puede ser bueno en todo. Si se piensa bien, tengo toda la vida para ser desgraciado: ¿de qué sirve ser precoz?²

Es el momento de emplear «inteligentemente» todos nuestros trofeos de guerra — desde el más pequeño átomo de inteligencia hasta la mínima partícula de sensibilidad— y de comprender las cosas con la cabeza y con el corazón, como canta Mowgly en *El libro de la selva*: «Busca lo más vital no más, lo que es necesidad no más, y olvídate de la preocupación. Tan solo lo muy esencial para vivir sin batallar, y la naturaleza te lo da...».

Entonces, aquellos con el cuerpo y el alma tan sensibles al entorno pueden afinar sus instrumentos con sagacidad, perspicacia y eficiencia para centrarse en un objetivo constante: el centro de sí mismos.

Parte de una sesión. Recibo a Alain, un adulto de 46 años. Hablamos sobre la felicidad. Dejo caer la idea de que para ser feliz es importante haber recibido un poco más de satisfacción que de suplicios, en una especie de balanza de la vida. Alain me interrumpe, pensativo: «Olvidas un concepto esencial, ¿cómo se puede ser feliz sin dar? Para mí, el hecho de dar forma parte de mis mejores momentos de felicidad. Solo recibir, ¡eso no basta! Dar es más trascendente, aunque, por supuesto, recibir tiene mucha importancia. Pero no es suficiente».

Dar por dar

Lo que cuenta en mi vida es hacer las cosas para los demás, no para mí. Enzo tiene 20 años. Está triste porque le cuesta admitir que casi nadie comparte esa necesidad altruista.

Para un superdotado, el hecho de dar se produce en todas partes. Su placer consiste en poder hacer el bien a los demás, en poder ayudar a los demás a sentirse mejor. Ese placer se encuentra en todas las etapas de la vida y en todas las circunstancias: dar sus caramelos y sus juguetes en la infancia a los más desfavorecidos; dar su tiempo y su atención, en la adolescencia, para solucionar problemas de relación, o convertirse espontáneamente en intermediario entre aquellos que no se atreven a aproximarse mutuamente; darse a sí mismo para abrazar grandes sueños de humanidad o ambiciosos combates contra la injusticia; entregarse a su cónyuge de manera natural para comprenderlo y ayudarlo, y a sus hijos, a quienes uno les daría todo... Dar por dar. Dar como forma de amar. Dar como sentido de la vida en la Tierra.

La inversión de la tendencia natural

Hay superdotados, adultos y niños, especialmente egoístas. Egocéntricos. Jamás de los jamases prestarían nada suyo ni compartirían su ser. Su personalidad los hace poco simpáticos. Su falta de generosidad hace que los rechacen. Sin embargo, si se han vuelto tan individualistas, es contra su naturaleza. De niños, se parapetaron tras un muro imaginario por puro miedo y no quisieron compartir nada porque desconfiaban de las intrusiones afectivas, que no habrían sabido manejar. O a lo mejor vivieron con una sensación omnipresente de invasión de su territorio. Habría que expresar lo que para ellos era indecible, habría que explicar lo que ellos mismos no comprendían, habría que mostrar sus sentimientos cuando la emoción era devoradora... Fueron juzgados, interpretados y psicológicamente maltratados de una forma tan severa que desarrollaron esas personalidades rígidas y agrias para las cuales dar se ha convertido en una amenaza.

Encontrar las raíces de uno mismo

Si, durante el trayecto, estos «frustrados de obsequiar» encuentran a alguien que los tranquilice lo bastante y que les dé acceso a su propia intimidad, entonces podrán aprender de nuevo el valor de «dar» y salir así de su cárcel interior. Un nuevo soplo de vida y libertad los guiará hacia momentos de vida llenos de promesas.

De 7 a 77 años

¿Qué sabemos de en lo que se convierte el adulto superdotado?

Un poco de todo y nada; afortunadamente, encontramos de todo: los que crecieron con pleno conocimiento de sus particularidades y que fueron acompañados, los que fueron diagnosticados de niños y fueron maltratados, los que descubren el diagnóstico a través del de sus hijos, los que tienen un enfoque personal, pero también los que han triunfado profesional, social y afectivamente, y los que tienen la sensación de haber pasado por delante de su propia vida...

Un ejemplo famoso es el de las termitas. ¡Nada que ver con el insecto! Es el nombre dado al más conocido de los estudios estadounidenses, dirigido por el psicólogo Lewis Terman, quien examinó una población de cientos de superdotados comprendidos entre la infancia y la vejez. La mayoría de los niños incluidos en el estudio eran buenos alumnos seleccionados por sus profesores, lo que suponía por tanto un reclutamiento sesgado: aquellos niños ya habían encontrado buenas estrategias de adaptación. Y, en efecto, cuando reaparecen en la edad adulta, su situación profesional es de nivel alto y han formado familias equilibradas. «Es mejor ser rico e inteligente, y estar sano, que ser pobre e idiota, y estar enfermo.» Un poco simplista, ¿verdad?

En Francia, un informe ha llegado a la misma conclusión, aunque se trate de una muestra microscópica.³ Se trataba de evaluar «la satisfacción vital» de jubilados superdotados. ¡Y están mucho más satisfechos que la media!

Otro estudio francés basado en una población más grande confirma la correlación entre las funciones cognitivas y un nivel alto de satisfacción vital, por una parte, y un buen envejecimiento, por otra. Uf, ya tenemos algo ganado: el superdotado sería un «viejo» feliz.

Y digo bien *sería* porque solo podemos poner en perspectiva esos resultados teniendo en cuenta la trayectoria vital. Pero también podemos pensar que cuanto más viejo se es, tanto más se desarrolla la capacidad de discernir y poner en su sitio los valores esenciales. Uno se da cuenta por fin de que estos son los únicos auténticos y de que no vale la pena que las pequeñas contrariedades nos amarguen la vida. ¿No se llama a eso «sabiduría»?

CAPÍTULO

¿Qué hacer para estar bien?

Este capítulo pretende mostraros cómo transformar, escenificar y utilizar un modo de funcionamiento a menudo doloroso en cuanto a fuerza vital y energía liberada.

Describir el funcionamiento de una personalidad solo adquiere sentido si se tienen nuevas ideas, así como respuestas a la única pregunta válida: ¿qué hacer para sentirse bien? Saber cómo, de acuerdo, pero ¿para qué hacer nada si no es para mejorar la vida? A veces es para devolverle el sentido, para saber a dónde se va, con pleno dominio de uno mismo.

Me limitaré en estas líneas a distinguir de manera arbitraria los principales aspectos que singularizan el modo de funcionamiento de un adulto superdotado. Todo está entrelazado: la inteligencia no se separa nunca de la sensibilidad. La creatividad es el resultado directo de la alquimia constituida por la inteligencia, la lucidez y la receptividad emocional. La empatía no adquiere sentido si no está inscrita en la hiperafectividad y la conciencia del otro, que la inteligencia transforma en clarividencia.

La capacidad de recuperarse es tan importante como la capacidad de hundirse

El hijo de Isabelle fue diagnosticado como superdotado, y ella hizo poco después una evaluación psicológica que concluyó con el mismo diagnóstico. He aquí un extracto de la carta que recibí: «Es cierto que “eso da sentido” a ciertos comportamientos y sucesos de mi vida inexplicados e incomprensibles, tanto para los demás como para mí (como un colapso total en segundo curso, después de haber sido una alumna brillante, una trayectoria sentimental en contradicción total con lo que yo soy...). Pero qué alivio con respecto a mi hijo... y más aún actualmente... Ahora conozco los fallos que pueden llevar a ser “superfrágil”. Pero, como la naturaleza está bien hecha, puedes levantarte en seguida, una vez que has encontrado la solución... y que el pensamiento ha vuelto a funcionar».

Sabemos que el superdotado puede pasar en un instante de la risa a las lágrimas, del éxtasis absoluto a la desdicha más profunda. Su pensamiento arborescente le hace cambiar de humor súbitamente y sin avisar. Y, si las ideas lúgubres pueden acarrear tormentos psicológicos y turbaciones insoportables, esta forma de pensar puede liberar también una formidable energía positiva y una fabulosa capacidad de recuperación.

La resiliencia —que hoy sabemos que corresponde a esa capacidad de enfrentarse, de adaptarse, de encontrar soluciones constructivas para la complejidad de la vida— es un concepto clave de la psicología.

El superdotado, el personaje de todos los extremos, tiene en sí un verdadero «trofeo de guerra» para afrontar el mundo y adaptarse a él. Sus recursos son considerables, pero con demasiada frecuencia están enterrados bajo espesas capas de renunciaciones, desgracias, culpabilidad y decepciones de todo tipo que le hacen olvidar que los tiene. Pero, aunque el superdotado no sea consciente de esos recursos ni pueda acceder a ellos directamente, ese tesoro le pertenecerá siempre.

Para que esos recursos reluzcan, para que ese tesoro salga a la luz, habrá que limpiar esos estratos que se han ido apilando cuidadosamente para no sufrir los efectos perversos de esos recursos interiores. A veces, al conocer a estos adultos, nos damos cuenta de que nunca han sabido que poseían ese tesoro. Se han acostumbrado a su sentimiento de singularidad, que camuflan tras una máscara de normalidad. Y les ha hecho falta tanta energía para calmar esa punzada interior que con tanta frecuencia les ha acarreado dificultades y sufrimientos, que ya no se atreven a imaginar que sus recursos puedan ser liberados para iluminar su vida de otra manera.

El gran tiovivo del superdotado: las «montañas rusas»

Se parece a las montañas rusas. En las subidas, te sientes entusiasmado, transportado: la ascensión es embriagadora, pero sabes que la cima se acerca y el miedo te atrae. Y, de repente, se produce la caída vertiginosa, que parece absorberte hacia un abismo sin fin. Todo se precipita, emocional y físicamente. Tienes la sensación de una muerte inminente; las sensaciones son muy violentas; luego viene el *looping*, y pierdes el sentido de las cosas y el orden del mundo. Pero entonces comienza una nueva ascensión, recuperas la confianza, todo vuelve a ser posible...

La vida del superdotado se parece un poco a lo que acabamos de describir: está hecha de esperanzas infinitas, de decepciones fulgurantes, de alegrías intensas, de pozos de sufrimiento, de embriagadores encadenamientos de sensaciones y emociones contradictorias. Es una vida raramente lineal, en la que lo mismo olvidas tu objetivo que encuentras uno nuevo, en la que las emociones intensas están siempre presentes, ya sean buenas o malas, y en la que siempre tienes miedo, tanto en la ascensión como en el descenso.

Un tiovivo en el que giras tranquilamente, con el único objetivo de conseguir el premio, lo cual sería realmente un descanso. A imagen y semejanza de la vida, que para algunos, va «tirando», como dicen ellos cuando les preguntas por su vida; «va bien», responden cuando les hablas de su trabajo. El premio es el éxito que tanto les gustaría obtener. ¿Con la ilusión de una vuelta a la vida gratis? Tal vez sea eso efectivamente lo que hace avanzar el mundo...

El día en que la magia del tiovivo se esfuma, en que las luces se apagan

Alice tiene 55 años. Su vida sale en los periódicos. Es conocida y reconocida. Pero su pareja vacila. Durante 25 años, ella y su marido se han peleado con la vida y en el ámbito de su relación, lo han construido todo juntos y al mismo tiempo se han destruido. Ha habido demasiados pulsos, demasiada pasión y, por tanto, demasiado odio; demasiado amor, seguramente. La ruptura está decidida y la separación se lleva a cabo. Él, por azar de los encuentros, se apoya en una nueva relación «que le gusta». Ella busca aventuras amorosas pero no consigue «pescar a nadie». Su vida febril continúa: viajes, proyectos, planes profesionales, encuentros incesantes y festivos, etc. Pero la ausencia de su marido se vuelve, al cabo de los meses, insoportable. Con él, la vida era difícil, sin él es imposible. De lo que más habla es de su sensación de haber perdido la conexión con sus emociones. Alice siente con la cabeza, dice ella, aunque más con las entrañas. Por ejemplo, si su hijita le salta a los brazos, Alice se vuelve loca de alegría, pero no siente ese placer en el fondo de su corazón: reacción emocional, ninguna. Todo le parece igual; como si ya nada tuviera realmente importancia ni interés. Es algo así como una vida que cambiara de repente a blanco y negro. Entonces Alice lucha para simular que está contenta, que se entusiasma y que siente placer. Incluso con su amante de turno, con el que está muy encariñada y con el que pasa momentos de verdadero placer, confiesa: «A veces me obligo. Es cierto: yo estoy bien y él es formidable. Bromeamos mucho y hablamos de todo. Pero, en realidad, me aburro. Es una sensación insoportable, y ya no puedo más». Agotada, casi sin recursos para continuar lo que describe como una «comedia» en la que se pierde, intentará suicidarse. Pero, cuando volvemos a hablar sobre ello, repite que no querría morir. Lo que pasa es que no puede seguir viviendo así: una vida insípida que ya no la hace vibrar. «¿Para qué?», insiste. No, no se trata de un simple cuadro de depresión para la que, por otra parte, está siendo tratada desde hace meses sin efectos notables. No, no se puede aplicar una terapia habitual a una paciente como Alice, quien te acecha y capta hasta la mínima reacción por tu parte. Alice tiene miedo de que no la comprendas, de que hagas una observación «estúpida» que lo deje todo en el aire, de que seas simplemente profesional en vez de esa persona sobrehumana que va a poder ayudarla... porque su lucidez extrema requiere una vigilancia terapéutica constante. Estando dotada de semejante sagacidad, ¿cómo modificar su visión del mundo, cómo ayudarla a recuperar el equilibrio vital, cuando son los contrastes los que la hacen sentirse viva, cómo permitirle que se vuelva a conectar a sus emociones, si fueron estas las que detonaron el sufrimiento? Lo que resulta difícil, muy difícil, para el terapeuta es no abandonar a medio camino, no decir de repente una banalidad o intentar hacerle creer que lo imposible puede llegar a ser plausible. Y, para Alice, lo imposible es «recuperar» a su marido, porque este es el centro de todo lo que ella ha construido: para ella y para su familia. No se trata ni de celos ni de orgullo ni de amor propio. Puede que ni de amor a secas, sino, como suele ocurrirle al adulto superdotado, de un sentido profundo de la obligación que hace indestructible y eterno el vínculo, de un apego infinito que hace impensable la ruptura, en el sentido real del término. No es que no quiera avanzar de otra manera, sino que no puede. Alice no está hecha así. «Sencillamente, no es posible», insiste. Además, su funcionamiento de superdotada no le da respiro alguno: ni en su análisis permanente del entorno, de los otros, de las situaciones, ni en su experiencia emocional. No vivir con sus emociones es no vivir en absoluto.

La apuesta no es de las pequeñas: hacer que Alice se haga consciente de los vericuetos de su personalidad y que descubra todos los recursos enterrados en esta, así como ayudarla a valerse de ellos como una fuerza vital en vez de como un *boomerang* autodestructor.

Además, aunque sea guapa, rica e inteligente, ¡Alice se queja! ¿Quién puede comprender o simplemente escuchar algo así?

En el primer curso de filosofía, nuestro profesor, a modo de sacrosanta ficha, nos hizo rellenar el cuestionario de Proust. A la pregunta «¿Qué don de la naturaleza os habría gustado recibir?», yo respondí «la estupidez». El profesor me hizo notar que era una respuesta muy pretenciosa. Cierto. Pero aquel imbécil podría haber visto primero cuánto sufrimiento había detrás, un sufrimiento que yo solo sabía expresar mediante una *boutade* o una provocación. Les dije a cuantos quisieron escuchar que por algo se hablaba de tontos felices, y que hacía falta ser un poco estúpido para llegar a ser feliz. Testimonio de un adulto superdotado.

La inteligencia como recurso

Lo que hay que domesticar —ese exceso de inteligencia— es necesario hacerlo ver y hacerlo valer oportunamente y, sobre todo, no aplastar con él a los demás... ni tampoco subestimarlos. Llamo a eso inteligencia desarrollada y benevolente.

Tal es en efecto el gran reto. ¿Cómo suavizar ese «exceso» de inteligencia o, más exactamente, esa «extraña inteligencia» que hace ver la vida de manera tan distinta, tan amplificada y tan omnipresente?

La inteligencia como vector de la autoestima

La autoestima permite ser autocrítico, lo cual no solo implica aspectos negativos. Cuando uno es inteligente, se da cuenta de los momentos en que se es... tonto, en que se reacciona de manera inadecuada, no pertinente. Y entonces uno se puede reír de sí mismo, burlarse amablemente de uno mismo y, sobre todo, rectificar. Es una gran ventaja: la conciencia de uno mismo y de sus actos, que hace posible una concienciación de lo que se es, de lo que se hace y de lo que se dice.

Mientras que los demás funcionan sin distanciamiento, el superdotado puede analizar la situación. Esa profundidad de campo es una fuente de innumerables recursos. Hay que aprovecharlos plenamente y utilizar esa capacidad de autocrítica y de análisis para avanzar, crecer y abrirse. Y no sufrir a causa de esa introspección directamente negativa. Ser lúcido: la duda que siempre ronda al superdotado es la que deforma su percepción de las cosas y da automáticamente esa coloración negativa a la imagen que tiene de sí mismo. Cuando uno piensa en sí mismo, puede elegir la opción positiva.

Se debe empujar esa maleza que oculta un bosque inmenso en el que es posible adentrarse sin temor, y conseguir que prolifere para su bien y el de los demás. No se debe permitir que esas ideas negativas oculten todas las riquezas escondidas. Están ahí. Le pertenecen. Hay que aprovecharlas.

La inteligencia, esa forma de inteligencia, permite al superdotado hacerse cargo de la vida conscientemente. Su capacidad de autocrítica también puede permitirle considerar esa inteligencia como una cualidad que, correctamente utilizada y bien canalizada, alimenta una imagen positiva de sí mismo, el orgullo de ser como se es y de lo que se puede lograr.

La inteligencia y la evasión por medio del pensamiento

Normalmente se habla de ello como de un defecto. Se le reprocha al niño, e incluso al adulto, el hecho de que se evada con el pensamiento. Se puede comprender que este comportamiento resulte exasperante o perturbador en ciertas situaciones. Pero es también una manera muy útil de utilizar los recursos del pensamiento. Si uno se encuentra en una situación difícil —por ejemplo, si siente mal o está sufriendo física y moralmente—, puede liberarse de esa situación mediante el pensamiento, haciendo que este lo arrastre y lo lleve. La imaginación alimentada por la memoria y la exacerbación de todos los sentidos y las capacidades de asociación pueden crear una ensoñación lo bastante intensa para que uno se abstraiga momentáneamente y recargue las pilas. Se trata de un acto voluntario, de la utilización del pensamiento como una herramienta al servicio del yo. Es una técnica eficaz para no quedarse pegado a lo concreto, a lo pesado, a lo cargante. El cuerpo permanece ahí, pero el espíritu y todo nuestro ser —físico y psíquico— participan en el viaje. Es un verdadero placer, una auténtica delicia para todos los sentidos y en todos los sentidos, un apogeo de energía.

Solo hay una condición para que el viaje salga bien y se puedan aprovechar así todos sus beneficios: no perder el control. ¡Es un viaje organizado!

La inteligencia y la memoria: recordar cosas bellas...

La impresionante memoria del superdotado, especialmente en lo que se refiere a los recuerdos personales, puede convertirse en un depósito inagotable de bienestar.

A esa memoria se la denomina episódica porque registra los episodios de nuestra vida. En el caso del superdotado, es capaz de almacenar con nitidez y precisión una cantidad considerable de detalles. Entre ellos se pueden encontrar una o varias imágenes-recursos. Me interesa mucho esta idea, por lo que me sirvo de ella con frecuencia en psicoterapia. Busca en tu memoria y deja resurgir recuerdos enterrados; aquellos que sean agradables, naturalmente. Verás como encuentras tu «imagen-recurso», aquella cuya sola evocación mental te produce de inmediato una sensación de bienestar. La activas en tu mente, y entonces te relajas por completo y te sientes bien.

El principio consiste en reactivar en la memoria, incluida sobre todo la memoria sensorial, todas las impresiones recibidas cuando estabas ante o en esa escena que ahora rememoras: los sonidos, los colores, los olores, la temperatura, las texturas, los juegos de luces y sombras, así como los pequeños detalles que tu cerebro ha percibido y registrado.

Encontrar en uno mismo la imagen-recurso que permitirá guardar la calma en los momentos difíciles

Léo, un adulto superdotado de 35 años, se entusiasma cuando, durante una sesión, evoco el principio de la imagen-recurso: «¡Pero si yo he hecho siempre eso! Cuando era pequeño, íbamos todos los veranos a nuestra casa de campo. Yo montaba a menudo en bici y pasaba junto a un prado muy bucólico, salpicado de flores silvestres —blancas y amarillas—. Aquel prado me fascinaba. Para mí, era la imagen de la felicidad. Entonces, cuando tenía una pesadilla, en la oscuridad de mi habitación, hacía surgir aquella imagen en mi mente, y en seguida me sentía mejor. Me encantaba sobre todo aquella brisa ligera que mecía suavemente la hierba alta y las flores, pues me daba la impresión de que aquello ahuyentaba todas las ideas tristes. Incluso hoy utilizo a menudo ese recuerdo cuando estoy estresado. Recupero aquella imagen, como si la tuviera delante de los ojos, y experimento de inmediato una sensación de calma. Eso me devuelve las fuerzas. ¡Es casi mágico!».

He ahí la prueba de un uso «terapéutico» de la memoria. Es probable que muchos superdotados, al igual que Léo, hayan sabido aprovechar intuitivamente los beneficios de las imágenes-recurso. Cuanto más poderosa sea la memoria, como en el caso de los superdotados, tanto más estará el recuerdo cargado de sensaciones conexas que reforzarán el poder evocador de la imagen-recurso y de sus efectos beneficiosos.

¿Cómo utilizar la imagen-recurso?

Podemos comparar el principio de utilización de la imagen-recurso con una diapositiva que proyectáramos sobre nuestra pantalla mental cuando necesitáramos desviar nuestros pensamientos. Además, hoy sabemos que, en nuestro cerebro, los circuitos que transportan las emociones hacia zonas positivas o negativas están muy próximos entre sí, por lo que podemos pasar rápidamente de unas a otras: de la risa a las lágrimas. Estos nuevos conocimientos sobre la neurofisiología de las emociones explican la acción motivadora de las imágenes-recurso, que permiten transportar nuestra mente a regiones alegres y calurosas: el estado emocional general se transforma espontáneamente.

Las facultades de la memoria también pueden desarrollar habilidades desconocidas

UNA MEMORIA VISUAL POCO FRECUENTE

Estamos haciendo una evaluación psicológica. Le planteo a Thomas, de 8 años, un problema de cálculo mental. Su mirada se inmoviliza, como si mirase detrás de mí (yo estoy frente a él). Para hacer sus cálculos, Thomas visualizaba los objetos que veía detrás de mí y los fijaba en su memoria a corto plazo. Luego manipulaba mentalmente esos objetos para obtener la solución, exacta, del cálculo.

EL USO EXCESIVO DE LA MEMORIA A LARGO PLAZO

En experimentos científicos recientes, se observó que algunos jóvenes adultos utilizaban la memoria a largo plazo para resolver muy deprisa problemas complejos de cálculo mental. En vez de recurrir a las operaciones necesarias, buscaban en la memoria a largo plazo los resultados de cálculos que habían hecho anteriormente y cuyos datos eran similares a los del nuevo problema: visualizaban las respuestas en su pantalla mental.

Se trata de procedimientos asombrosos, muy distintos de los que se emplean habitualmente, que reflejan bien las infrecuentes cualidades de la memoria visual de los superdotados: cualidades confirmadas por la neurociencia.

LAS VENTAJAS DE ESTA PODEROSA FORMA DE MEMORIA

¿Qué interés tiene? Es una memoria fotográfica que puede almacenar, intactas, escenas enteras (reales o abstractas) con todos sus detalles. Basta un indicio y la imagen completa vuelve a la memoria y puede ser utilizada de nuevo. Esta memoria, incluso en el caso de los adultos que creen haber agotado su capacidad intelectual, está siempre presente.

¿CÓMO UTILIZAR ESTA «SUPERMEMORIA»?

Para reactivarla, abre los ojos, observa, cierra los ojos, describe lo que ves en tu mente. ¿Y bien? ¿Crees que es igual para todo el mundo? Haz la prueba y compara. Te darás cuenta de que has registrado mil y un detalles que le han pasado inadvertidos a tu rival. El ejercicio es fácil y muy reconfortante, ya que puedes aumentar su dificultad y descubrir una capacidad de retentiva que te proporcionará una gran alegría y que —estoy segura— sabrás utilizar eficazmente en la vida.

Jugar con la inteligencia como un niño con un juego de química

La inteligencia disecciona las cosas y aporta una comprensión total del más pequeño elemento de lo que observamos y de lo que pensamos. Entonces podemos jugar a desmenuzar hasta la unidad más pequeña, incluso si al cabo de un rato inventamos hipótesis nuevas. Podemos pelearnos con un problema difícil y luego reunir todas las piezas del rompecabezas. ¿Cómo reconstruir una imagen nueva? Cuando tenemos todos los fragmentos, podemos «recomponerla». Lo mismo puede aplicarse a un pensamiento o a una idea: la desarrollamos hasta el infinito, la exageramos para escribir un máximo de líneas, volvemos a acelerar y luego la acortamos. En realidad, establecemos una sucesión de movimientos: en un primer momento, ralentizamos el pensamiento, el tempo. Estiramos al máximo cada idea y cada proposición. Después recuperamos el ritmo sostenido, la velocidad de tratamiento de la información reunida. El cerebro recupera la hiperactividad, por lo que intentamos acelerarlo lo más posible. Luego, acortamos y rescribimos la historia conservando lo esencial, desechando lo accesorio, lo superfluo y lo inútil, y valorando lo que parece prioritario, positivo, constructivo y tranquilizador. «Jugamos» con el cerebro y lo obligamos a hacer ejercicios de estilo utilizando todas sus facultades: la velocidad, la precisión, el análisis.

- Un juego del pensamiento que permite profundizar en las ideas y explorar sus elementos más diminutos.
- Una fuente de inspiración poderosa para inventar nuevas teorías y nuevos sistemas de pensamiento.
- Una manipulación de los pensamientos para adentrarse en el centro de uno mismo.

Durante la terapia, con Stevan hemos iniciado un proyecto ambicioso: determinar la parcela de identidad más pequeña que constituye el núcleo de cada personalidad. Stevan, entre dos sesiones, se empapa de teorías de todos los grandes pensadores de nuestro tiempo que han reflexionado sobre esta cuestión psicofilosófica. Lee varias obras a la semana. Naturalmente, Stevan actúa así porque se encuentra en una primera etapa del camino de su propia vida. Primero quiere comprenderse a sí mismo y comprender a los demás para emprender su proyecto de vida. Para Stevan se trata de un paso personal ineludible. Yo lo acompaño así en su reflexión estimulada, cuyos catalizadores son las sesiones terapéuticas. Estamos construyendo conjuntamente un sistema que constituye la esencia del cuidado de Stevan. Este dibuja sus modelos: una pequeña porción de «terreno» rodeado de estacas para determinar sus contornos. Cada estaca simboliza una parte de sí mismo. La fijación de esas estacas puede evolucionar también a lo largo de la vida. El sistema de Stevan ilustra la concepción de la identidad: ser siempre igual, ser la porción original que no puede ser reducida; aun siendo diferente, nuestro territorio identitario se ensancha, modificándose según las experiencias y las evoluciones personales. Stevan quiere elaborar una teoría que pueda servir para comprender mejor al hombre y ayudar a los que van a la deriva. ¿Por qué no? Lo que es seguro es que esta ilustración terapéutica representa precisamente la manera en que la inteligencia puede utilizarse para construir y reconstruirse.

Inteligencia y estructura arborescente: ideas a miles

Sí, hemos hablado mucho sobre el hecho de que la estructura arborescente del pensamiento puede enredar las ideas, sobre todo cuando hemos de organizar y estructurar el pensamiento. Pero, en otros contextos, aprender a explotar ese pensamiento arborescente puede convertirse en la fuente de una gran cantidad de ideas.

El Script-Mind:¹ anotar las ideas poco a poco

La técnica: partimos de una idea, sea cual fuere. Surge una nueva idea y la anotamos. Lo anotamos todo, absolutamente todo, aunque parezca de escaso interés o insignificante. Cogemos varias hojas en blanco, en las que escribimos las ideas surgidas de la estructura arborescente. Una hoja por tema, puesto que, como el orden no es lógico ni secuencial, hay que consignar las ideas poco a poco y clasificarlas agrupándolas por hojas. Paramos cuando nos apetezca. Al final nos encontramos con un cierto número de hojas en las que nos chocará releer lo que hemos anotado.

Normalmente, la activación de la estructura arborescente es tan rápida que muchas ideas, asociaciones de ideas y pensamientos diversos se borran en cuanto se activan. Anotarlos hace posible tomar conciencia de ellos y volver a los que nos interesan, lo que también nos permite conocer qué «tenemos en la cabeza». Es una nueva herramienta al servicio del conocimiento de uno mismo.

Esta técnica permite canalizar las ideas, pero también no olvidarlas. Los superdotados tienen miedo de olvidar las cosas. Tienen miedo de perder su idea, lo que, por cierto, ocurre con frecuencia. En una conversación, necesitan tomar la palabra en seguida para que no se les escape la idea, lo que los contraría mucho. Pero el pensamiento va tan deprisa que en unos milisegundos ya ha pasado a otro asunto. Este miedo al olvido lleva a algunos a aferrarse a su pensamiento, a estar atentos voluntariamente a lo que sucede en su cabeza, aun a riesgo de desconectarse del entorno.

«Cuando era pequeño, no lo comprendía todo y luego me di cuenta de que lo más horrible era el olvido. Siempre hay que reconstruirlo todo. Nunca se adquiere nada.» Es lo que decía Étienne a los 18 años. Pues hoy Étienne sigue encerrado en sí mismo para retener todas sus ideas y toda su comprensión del mundo. Está aislado socialmente.

- La técnica del *Script-Mind* es una alternativa al olvido. El hecho de que despeje el pensamiento permite adquirir nuevos espacios interiores en los que tendrán cabida nuevos pensamientos, nuevos placeres intelectuales y nuevas experiencias mentales.

- El *Script-Mind* es uno de los mejores aliados del pensamiento del superdotado.

La inteligencia en gran angular: una baza multiusos

En la vida profesional, esa inteligencia singular, capaz de analizar un problema activando simultáneamente múltiples representaciones, ensancha considerablemente la comprensión y el análisis. Cada problema puede estudiarse desde varios ángulos. No se descartará ninguno; se explorará todo.

El resultado: unos conocimientos raros y exhaustivos, una capacidad de reflexión fuera de lo común y una visión clara y prospectiva. ¡Una gran oportunidad que puede ser explotada sin límite!

Viaje al corazón del pensamiento

Como en un paseo a merced del viento, con la nariz al aire, un paseo errático por los caminos del pensamiento; como cuando leemos un diccionario y saltamos de una palabra a otra, de una idea a otra, de una etimología a otra... Entonces se establecen las conexiones. Son vínculos que a priori no habrían podido existir. Es un viaje por el pensamiento, durante el cual las barreras del tiempo y el espacio desaparecen, pero también las de la lógica y la razón. Nada de restricciones ni de echar el freno. Solo el placer de pasear. Hay que dejar atrás el miedo y la duda. Y también la autocrítica, de inmediato, pues es nociva: puede que no, seguramente no... Y, aunque así fuese, ¿por qué no?

La hipersensibilidad como talento

La emoción en el corazón de la inteligencia

La emoción es un elemento esencial del pensamiento... inteligente. La capacidad de percibir con precisión las propias emociones y las de los demás es un don.

Los superdotados son especialmente duchos en la materia: captan todo tipo de emociones, hasta la más sutil. Saben preverla. A veces intentan canalizarla y controlarla. Y es entonces cuando esos sensores emocionales pueden convertirse en aliados: cuando sentimos una emoción que no se ha manifestado todavía, cuando adivinamos el desafío emocional de una situación, podemos utilizar esas percepciones para superar un momento difícil o para ayudar a los demás a superarlo.

Louis me explica que las películas de terror nunca le dan miedo. ¿Por qué? Porque ha analizado los mecanismos fisiológicos del miedo. Cuando ve ese tipo de películas, ya sabe que para tomarle la delantera a un miedo previsible basta con acelerar de antemano el ritmo cardíaco. Así se sincroniza antes de que llegue la escena espantosa, poniendo su cuerpo en el estado que el miedo repentino habría desencadenado físicamente (porque, claro está, ha incorporado y descompuesto los artificios del guión). Su cuerpo y su mente están listos para vivir la escena, dado que ha neutralizado la emoción violenta...

Sentir las emociones sutilmente y con todos los sentidos permite también comprenderse mejor a uno mismo. Todas las emociones están asociadas a manifestaciones fisiológicas. Las emociones emiten señales que las anuncian, que sabremos o no sabremos distinguir y descifrar. Dotado de ese sexto sentido, el superdotado conoce, antes de que se produzca el acontecimiento, la carga emocional que contiene:

- Puede valerse de ello para adaptarse (como en el ejemplo de Louis y de la película de terror), viviendo así mejor la situación sin que esta lo desborde.
- Puede prever y prevenir ciertos peligros, para él o para su entorno.
- Puede evitar el desencadenamiento de un conflicto. Así ocurre, por ejemplo, cuando percibimos que existe un malestar entre dos personas y que la situación está a punto de estallar: podemos desviar la atención y decir ciertas cosas que apacigüen a los protagonistas, que servirán para detener el conflicto inminente. Los niños lo hacen a menudo cuando sienten que la tensión entre sus padres va en aumento.

Todos los sentidos al servicio del placer de vivir

La hiperestesia multiplica las posibilidades exponencialmente

El hecho de que todos los sentidos se le pongan en marcha simultáneamente junto con su considerable capacidad de discriminación confieren al superdotado una presencia en el mundo fuera de lo normal. La hiperestesia amplifica todas las percepciones, permitiendo crear belleza allí donde los demás no verán más que banalidad; ilumina el mundo gracias a la densidad emocional que producen todos los sentidos. La hiperestesia puede utilizarse para capturar el entorno y magnificarlo, usando todos los sentidos para abrazar el mundo.

Sentirlo todo puede constituir un inmenso placer y convertirse en la fuente de momentos mágicos en la vida. Aprovechalo para ponerte las pilas cuando lo desees. Esa fuerza está en ti. Utilízala plenamente para sentirti vivir.

La poética y la estética

El sentido de lo bello, la sensibilidad de lo verdadero, de lo que conmueve, es la esencia misma de la estética. No es una cuestión de gusto, sino de sensibilidad. La estética permite estar en armonía con el mundo en lo que tiene de más íntimo. La estética es una disciplina filosófica que se refiere a la percepción de la forma (en el sentido de la *Gestalt*), esto es, de la globalidad de lo que se percibe. La estética abarca al

mismo tiempo lo oculto y lo visible, lo interior y lo exterior, y abraza el mundo con una profundidad contundente. La estética es otra manera, sensible y auténtica, de comprender la vida.

Lo «poético» no es solo el arte de escribir poesías. El carácter poético habla de la capacidad de olvidarse de uno mismo para exaltar la belleza de la naturaleza o del otro. Lo poético crea un vínculo íntimo con el entorno. Lo poético es la capacidad de sumergirse del todo en el entorno para absorber su esencia o su identidad. Lo poético es una comunión con el mundo por capilaridad sensitiva.

La poética y la estética están estrechamente relacionadas. La poética y la estética emanan de la hipersensibilidad y exaltan sus posibilidades. A menudo enterradas, su plena expresión da vida y presenta el mundo que nos rodea, permitiéndonos resonar con él en perfecta armonía. Es una puerta formidable que conduce a la belleza de la vida.

La creatividad como perspectiva

Se suele confundir creatividad con expresión artística. La creatividad comprende un mecanismo mucho más amplio.

La creatividad es la capacidad de encontrar ideas nuevas, de componer cosas con datos diversos cuya alquimia producirá una auténtica novedad, es correr riesgos para alejarse de los caminos señalizados, es descubrir dominios, universos, personas y lugares desconocidos sin miedo y con curiosidad, con el convencimiento de que encontraremos, en nosotros mismos, medios de adaptación a esa situación desconocida y de que podremos obtener placer de ella.

Creatividad y percepción extrema del mundo: una asociación ganadora

La creatividad nace de esa capacidad, característica del superdotado, de «no clasificar». Es lo que los científicos llaman un defecto de la inhibición latente. Lo que significa que el cerebro lo capta todo, incluidas las cosas más banales. Esto proporciona una conciencia más sutil del entorno y amplifica la percepción. El cerebro del superdotado no descarta directamente ciertos elementos, cosa que nosotros hacemos habitualmente por condicionamiento. Es decir, hemos aprendido a seleccionar lo que es importante y lo que lo es menos. La hiperpercepción del superdotado deja las puertas abiertas de par en par. Esa es la razón por la cual se deja invadir con confianza y placer por todas esas menudencias que, reunidas, pueden convertirse en ideas muy originales o en obras únicas. No solo artísticas. Una obra puede tener mil caras. Sigue conectado, pues, sin miedo y las ideas brotarán. Es muy motivador y puede ser una forma apasionante de realización. Repito que ello supone haber comprendido bien que no corres

ningún peligro por sentir lo que sientes: una percepción sostenida, intensa y sin límites. Todo, absolutamente todo, entrará en tu cerebro y podrá crear vínculos insospechados que harán brotar tu poder creador.

En consecuencia, no lo olvides nunca: cuanto más grandes sean las puertas de la percepción, tanto más grande será tu creatividad. ¡Aprovéchala!

La creatividad deja abiertas de par en par las puertas de lo posible

El defecto de inhibición latente, que deja «entrar» en el pensamiento toda la información sin selección ni jerarquización previas, se convierte en una buena cualidad para la creatividad. No se cierra el paso a ninguna posibilidad. Al asociar de manera espontánea cualquier cosa con otra que la mente o los sentidos rocen, el pensamiento produce sin parar retahílas de ideas nuevas. Nada podrá pararlo. Es entonces, y solo entonces, cuando a veces tendrá que ponerse a clasificar: observar y localizar entre todas esas ideas las que pueden tener un sentido que nos reoriente o nos conduzca a un nuevo proyecto. A una nueva idea que a su vez volverá a arrancar la máquina, por una nueva vía, hacia nuevas asociaciones...

Veamos un ejemplo: si pongo mi cerebro en modo *open*, todo entra y mi cerebro muele hasta el grano más pequeño. Mi cerebro se convierte en una «caja de ideas». Pero también puedo elegir el modo *closed*, y, como si cerrase un programa informático, solo mantengo abierto un archivo. También puedo decidir ponerme en «modo suspensión».

Seguimos siendo libres y determinamos el momento y el contexto en función de nuestras apetencias y de las restricciones de la realidad, o dejamos en suspensión nuestro cerebro. Podemos tomar la decisión de ser invadidos —continuamente y sin darnos cuenta— por toda la información del mundo.

El pensamiento divergente: cuando surge el ¡eureka!

La estructura arborescente desvía el curso del pensamiento y crea innumerables confluencias cuya corriente lo arrastra. Toda una red de canales se despliega sin cesar. Naturalmente, en muchas circunstancias, esa forma de pensamiento que se aleja de la consigna inicial, que se pierde en conjeturas, que obliga a concebir hipótesis siempre diferentes —las cuales acarrearán asociaciones de ideas ininterrumpidas— puede resultar

fatal: desde el alumno incapaz de estructurar una redacción en su idioma hasta el universitario perdido ante la redacción de su tesis, desde el conferenciante atascado en explicaciones confusas hasta el profesional perdido en la conclusión de su informe...

Pero solo el pensamiento divergente —precisamente el que permite que las ideas se desplieguen y se encuentren de manera fortuita— es propicio a la creatividad o incluso al hallazgo genial. Cuando reflexionamos de manera analítica y lineal, es decir, cuando partimos de una hipótesis o de un dato básico y avanzamos por etapas lógicas, llegamos a un resultado, pero raramente llegamos a una idea nueva. Es el pensamiento convergente en oposición al divergente, aquel cuyo proceso conduce a la inteligencia a converger en el objetivo fijado, frente a la estructura arborescente, que desemboca de súbito en un cruce inesperado de ideas que no se habrían encontrado nunca en una configuración secuencial del pensamiento.

El pensamiento divergente es tu reserva de creatividad. ¡Piensa en ello!

Pensamiento divergente, creatividad y tempo: las características de los precursores

Ir por delante del análisis y comprensión de las cosas, situarse *por encima* del modo de progresar habitual de la mente, prever las consecuencias de una situación o de una acción permiten alcanzar antes que los demás el punto de llegada. Con la creatividad que proporciona el pensamiento divergente y con el entusiasmo fruto del sentimiento de omnipotencia típico del superdotado, tenemos reunidos todos los ingredientes necesarios para llegar a ser un precursor en su terreno. Sea cual fuere. Naturalmente, ser un precursor requiere energía para ir contra corriente, para imponer una determinada visión de las cosas. Hace falta carisma, talento, personalidad y un profundo convencimiento de la propia capacidad para poder asumir las críticas. Cuando todo va bien, la personalidad del superdotado está sobrada de todas esas ventajas. Es una dimensión que no hay que olvidar nunca, pues, si bien muchos tienen ideas, pocos consiguen imponerlas y asumirlas. ¡Que se lo digan a él!

La intuición, un poder comparable al de los sistemas expertos

Un sistema experto constituye el análisis de una situación que tiene en cuenta una gran cantidad de datos y experiencias para tratar exhaustivamente un problema determinado. Es también la tarea de un experto en un campo concreto, de aquel que tiene la capacidad y la experiencia necesaria para dar una opinión o tomar una decisión. Para el superdotado, la rapidez de asociación de ideas, de comprensión y de análisis, que

proviene de varias fuentes distintas y que establece asociaciones de manera fulgurante, más allá de la conciencia, es algo que produce una «intuición» creativa del resultado. Dicha intuición es la consecuencia de un proceso complejo. No es un pensamiento mágico que surge de la nada. Debemos y podemos confiar en él. La respuesta a un problema mediante ese proceso corresponde, basándose en esos mecanismos, a la de un sistema experto, ¡potencia y creatividad aparte!

El escollo: probar y justificar su legitimidad. La respuesta «es evidente» o incluso «estoy seguro de que eso es lo que hay que hacer» es una respuesta que difícilmente convencerá a nadie. Como dijo el matemático Henri Poincaré: «Hay que demostrar con la lógica y descubrir con la intuición». Lo que significa que habrá que usar una lógica, a elegir, para dar validez a la idea, aunque la lógica que se use para demostrar algo no sea la misma que se use para crearlo. Un sencillo juego de manos bastará a menudo para convencer, pues de todas formas ni uno mismo sabe cómo ni por qué lo ha comprendido o qué es lo que sabe exactamente; entonces, ¿cómo explicarlo?

Sé creativo, pero ahora para dar una explicación plausible y aceptable. Eso funciona, de verdad, y es muy satisfactorio.

La empatía como habilidad

La empatía, la capacidad de percibir las emociones de los demás, es una capacidad que, si bien a veces hace sufrir, también abre las puertas a grandes y hermosas posibilidades.

Primero, en las relaciones. Captar el estado emocional del otro nos permite entrar en sintonía con él. Entonces podemos evaluar el alcance de nuestro discurso, el impacto de nuestra presencia y la influencia de nuestro comportamiento. Y adaptarnos. Cuando no gozamos de la capacidad de empatía, a menudo nos equivocamos «de medio a medio». De una situación, no habremos comprendido más que la cara visible, pero habremos pasado por alto todas las sutilezas. Una personalidad empática es aquella a la que nos gusta confiarnos, aquella que nos comprende sin necesidad de muchas palabras, aquella que vibra al mismo ritmo que nosotros...

Cuando alguien me habla, siempre tengo la impresión de sentir «por debajo» del discurso. Siempre tengo que preguntarme: «¿Respondo a lo que me dicen o a lo que siento?». Sandra refleja claramente el impacto de la empatía en la comunicación. Con sus trampas y sus ventajas...

Ser empático es ser simpático

¿Cuántos superdotados se acaban convirtiendo en confidentes? ¿Cuántos de ellos son aquellos a quienes acudiremos en busca de ayuda, auxilio o consejo para arreglar las mil y una menudencias de la vida? Con frecuencia es al superdotado a quien atañen los «apaños entre amigos». Se puede contar con él. Por lo tanto, puedes contar con esa habilidad emocional, tu empatía, para que los demás te quieran y te aprecien.

Ser empático constituye una capacidad de adaptación envidiable

La empatía es una ventaja a la hora de acomodarse a muchas situaciones y de prever la respuesta más adecuada ante ellas. En el ámbito profesional, supone comprender en seguida que no es el día adecuado para pedir un aumento si percibes la ira o la tristeza de tu jefe; en una negociación, te permitirá modificar tu discurso según la tonalidad emocional de tu interlocutor; en una relación comercial, te hará posible captar las variaciones emocionales de tu cliente potencial, lo cual te permitirá reaccionar con argumentos convincentes... En las parejas, la empatía es el mejor aliado para responder a las expectativas y las necesidades del otro. Incluso cuando no se dice nada. La empatía es la que crea esa complicidad muda, cimiento de una relación con éxito.

¿Es la empatía una cualidad propia de los psicólogos?

Alice Miller, en su imprescindible libro *El drama del niño dotado*, afirma que los niños dotados han hecho a menudo de terapeutas de sus padres. Los niños debían descifrar y comprender las necesidades de sus padres para satisfacerlos con sus propios actos y su propio comportamiento. Al satisfacer las carencias afectivas de sus padres, el niño dotado llega a ser un experto en descifrar los sentimientos de los demás, lo cual le interesa porque eso ha constituido siempre para él una «forma de ser». Luego, de adulto, se hará... ¡psicólogo! Es Alice Miller quien lo dice.

Ser capaz de acercarse al sentido del mundo y al funcionamiento del hombre con semejante capacidad de empatía para poder comprenderlos, ¿no constituye en efecto el perfil ideal de un psicólogo? En mi entorno, conozco a muchos psicólogos ciertamente superdotados, pero que normalmente no quieren reconocerlo. Como si el hecho de ser superdotados les quitase méritos profesionales y personales.

Durante mi práctica clínica, he conocido a bastantes adolescentes superdotados que pensaban en esta profesión. Algunos ya han empezado a ejercerla. Prometí proponerles una colaboración cuando terminasen sus estudios. ¡Cumpliré mi promesa! Serán unos psicólogos extraordinarios... y tal vez les pida que me acepten como paciente. Es cierto. Confío de veras en su capacidad de escucha, de empatía y, sobre todo, de síntesis creadora para permitirme acceder a nuevas vías que aún no he explorado.

La sincronización de las emociones: acompañar el ritmo

La empatía ofrece esta rara oportunidad: acompañar el ritmo. El ritmo emocional. Sentir con esa finura y esa sensibilidad las emociones de los demás permite reaccionar e interaccionar en el momento adecuado. Y la empatía no capta solo las emociones negativas, sino que también percibe todos los matices agradables del espectro emocional. ¿Percibes una animada ligereza en el aire, el placer flota a tu alrededor, las emociones son eufóricas? Alimenta tus reservas, captura esas emociones positivas. Te serán útiles en momentos más difíciles. Estos momentos abastecen tus reservas y tus recursos. Siempre hay que acumular provisiones... Acuérdate de la cigarra y la hormiga.

El ritmo emocional es el que la mayoría de las personas siente al compartir la música o, mejor aún, el baile. Nos sentimos vibrar al mismo ritmo, llevados por la emoción ambiental, conectados a las sensaciones del otro. Nos llevan, nos transportan. Son momentos mágicos. La empatía, bien equilibrada, puede incrementar esos momentos-recurso.

Algunos trucos más para transformar el sueño de tu vida en una vida de ensueño (o casi)

Aprovechar el desfase de las nuevas aptitudes

El tedio nos impulsa a avanzar, a crear, a encontrar ideas. Cuando comprendemos que ese tedio está relacionado con el ritmo, que la vida no es tediosa y que la vida es lo que construimos, el tedio se convierte en un motor.

¿Te aburres? ¡Tanto mejor!

1. Tu cerebro divaga, asocia ideas y crea.
2. Podrás transformar en realización ese deambular del pensamiento.

El tedio nos permite imaginar y optar por una vida en la que nos sintamos bien.

El sentimiento de desafío: una tremenda fuerza para propulsarse

El sentimiento de desafío corresponde al placer que sentimos cuando superamos una dificultad. El sentimiento de desafío está relacionado con las ganas de triunfar, con la necesidad íntima de sentirnos orgullosos de nosotros mismos y de lo que somos, con

sentir también el orgullo en la mirada de los demás. No se trata en modo alguno de prepotencia ni de soberbia, sino de una necesidad imperiosa de avanzar y de superarse. El sentimiento de desafío es un motor muy potente.

Si la trayectoria del superdotado le ha dado la oportunidad de disfrutar del júbilo del éxito, grande o pequeño, si la vida le ha ofrecido posibilidades de satisfacción y de realización, si ha podido conservar la confianza en sí mismo y ha crecido en un entorno agradable, pese a los inevitables desfallecimientos, entonces el sentimiento de desafío del superdotado lo impulsa a realizar grandes cosas para él y para los demás. Alimentado por esa sed de humanidad, de defender grandes causas, el superdotado avanza, como propulsado por una energía propia e incontenible.

El sentimiento de desafío permite superar las dificultades relacionadas con las dificultades vitales.

El sentimiento de desafío confiere una energía excepcional para triunfar en lo que se emprende.

El sentimiento de desafío: triunfar para llegar al fondo de uno mismo.

La energía del desafío: ¿una fuerza sobrenatural?

La energía de la que es capaz de hacer gala un superdotado es impresionante y agotadora para los demás. ¿Todo el mundo está fatigado? Él sigue adelante. Los demás piensan que el combate es imposible, pues él se enfrenta. La salida de una situación parece atascada y él encuentra soluciones. Siempre. Como el niño pequeño, como la pequeña «cebra» inagotable que sigue siendo. No se cansa nunca. Esa energía la encuentra en sí mismo, en su constitución, pero también es consecuencia del hecho de que tiene grandes reservas. A veces está tan absorto en su tarea, tan concentrado, que se olvida de todo: del tiempo que pasa, de sus obligaciones, de los demás, de las limitaciones, incluidas las necesidades fisiológicas como beber, comer, y dormir. Sumergido en su tarea, en su misión, nada puede detenerlo.

Pero seamos prudentes: esa energía casi sobrenatural puede transformarse en su contrario de manera espectacular. Si el adulto superdotado está completamente convencido de que es un inútil y un incompetente, de que lo que hace no sirve para nada, de que nunca alcanzará su objetivo, entonces se produce todo lo contrario. Está inmóvil, paralizado, lento, apático, «muerto». Está tan cansado y agobiado que no se puede mover. Desconfianza: es la misma energía vuelta contra él.

Invierte el movimiento. Volverás a empezar a toda velocidad en sentido contrario. Y mostrarás una energía insospechada con la misma fuerza que la que te paralizó. Acuérdate de las montañas rusas: después del descenso abismal y angustioso, viene la subida acelerada y emocionante. Un *looping*, ¡y listo!

El idealismo: un sufrimiento positivo

Perseguir un ideal puede resultar doloroso, pues las posibles decepciones son numerosas. Pero es posible no tener miedo a ese sufrimiento, sino, por el contrario, aprender a utilizarlo. El idealismo es una fuerza en sí mismo. El idealismo nos obliga a seguir haciendo los esfuerzos necesarios para alcanzar el objetivo deseado. El idealismo crea una finalidad que nos impulsa a avanzar.

El idealismo con respecto a nosotros favorece la realización personal.
El idealismo nos permite superarnos y llevar a cabo grandes proyectos.

Cuando conseguimos parar esa lucha agotadora

El superdotado lucha constantemente por su supervivencia psíquica; también para canalizar sus emociones, para adaptarse a los demás y al mundo, para frenar su pensamiento...

La lucha aprisiona y envenena. En sentido estricto. Vivir en estado de alerta y de estrés permanente hace que el cerebro libere sin cesar hormonas del estrés: el cortisol, que influye en la psique y en el organismo. Un exceso de cortisol puede producir la aparición de múltiples dolencias o enfermedades más graves. Enfermedades tanto psicológicas como fisiológicas.

Es absolutamente necesario evitar esa lucha:

- Para traspasar un «velo» de malestar y de cuestionamiento permanente del sentido de las cosas.
- Para dejar atrás la sensación de traición, aceptándola.
- Para superar esa sensación de estar «fuera» de la vida y sin los demás.
- Para conseguir sentirse bien con los demás respetando su diferencia sin pasar inadvertido, sintiendo sus emociones sin intervenir.

- Para amoldarse a una vida muy distinta de la representación ideal que teníamos de ella, pero «eligiéndola».

Discernimiento

- Podemos reflexionar sobre nuestra vida y ver todos sus límites e imperfecciones. Pero también descubrir sus puntos fuertes, sus potencialidades, sus ventajas y sus placeres.
- Y decirnos: escojo esta vida consciente y deliberadamente. Así pasamos de víctimas impotentes a protagonistas de nuestro destino. Y eso lo cambia todo.
- Aceptar el hecho de elegir, de volver a elegir la vida, es aceptar el hecho de vivir plenamente con y a pesar de todas las carencias. Es una forma de libertad. Podemos concedérselo todo.

Cuando dejamos de luchar contra la vida y empezamos a luchar por ella, liberamos energía para construir cosas, para edificar, para crear, para avanzar...

La esperanza

Cuando todo vuelve a ser posible, cuando volvemos a creer en la vida, cuando encontramos esa parte infantil de nosotros que nos permite entusiasrnos, cuando nos hacemos, por fin, dueños de nuestro destino y de nuestra suerte... En modo alguno por un deseo de poder y de dominio, sino por el inmenso placer de descubrir tierras desconocidas, llenas de promesas y de nuevas aventuras, de nuevos encuentros, de nuevos caminos.

No hay que olvidar que, en la sabana, las cebras tienen, al fin y al cabo, muy poco de depredadores. A menudo tienen miedo, pero raramente se dejan atacar. Sus rayas constituyen una ventaja única con respecto a otros animales. Su constitución les confiere unas posibilidades de éxito de las que otros animales salvajes carecen.

¿Tú también tienes rayas? Entonces, ¡adelante!

En suma, las ideas son fuerza para sentirse bien

1. Volver a domesticar esa inmensa inteligencia para iniciar proyectos, para acomodarse a la vida, para encontrar el placer de aprender y comprender. La inteligencia es una Cualidad Íntima (¿CI?) de la que debemos adueñarnos para estar orgullosos de nosotros mismos.
2. Utilizar la hipersensibilidad como una forma de estar en el mundo, una forma única, jubilosa y mágica. La hipersensibilidad es una fuente de talento.
3. La creatividad es la eficiencia de los precursores, los innovadores y los líderes. La creatividad del superdotado halla su fuente en la estructura arborescente del pensamiento, de donde se alimenta todo el tiempo.

4. La empatía —la capacidad de percibir las emociones de los demás— confiere una profundidad de campo excepcional a 4. la comunicación y a las relaciones con los demás. La empatía es una extraña dimensión emocional que nos abre íntimamente al mundo y a los demás.
5. El desfase debe convertirse en la ocasión idónea para situarse a una distancia adecuada a fin de observar, analizar y comprender las cosas. Más allá de lo evidente, más allá de las apariencias. El desfase ofrece nuevas perspectivas para acomodarse al mundo y encontrar el lugar apropiado.
6. Ser superdotado son las mil y una riquezas que hay que aprender a descubrir todos los días.

CAPÍTULO

Cuando las cosas dejan de funcionar

En este capítulo abordaremos los aspectos más sombríos. Lo que da lugar a un desfallecimiento, lo que puede arrastrar al superdotado a una espiral de fragilidad, no puede ser más que un inmenso sufrimiento, con diversas formas patológicas. Evocar los aspectos sombríos es indispensable para comprender bien lo que puede suceder y, sobre todo, lo que hay que evitar. Como de costumbre, el principio básico es el siguiente: descubrir los mecanismos que permiten prevenir los problemas.

El desarrollo de la personalidad del superdotado se caracteriza por los singulares componentes de su personalidad tanto en el plano intelectual como en el afectivo. Cuando se comprende que ser superdotado se define como una inteligencia que analiza y abraza todos los componentes del mundo, combinada con una sensibilidad extrema que capta hasta la más pequeña señal emocional, resulta fácil comprender que el trayecto identitario pueda estar debilitado. El equilibrio vital también puede ser difícil de encontrar. La inquietud ante la complejidad de la vida produce desasosiego: ¿soy capaz de hacerle frente?

Una imagen de sí mismo con cimientos frágiles

Desde la primera infancia hasta la adolescencia, la construcción de la propia imagen se enfrenta, en el caso del superdotado, a la divergencia, con sus dos facetas, distintas en la forma pero con consecuencias similares.

- *Primer escenario:* el niño superdotado se percibe a sí mismo como diferente, sin comprender por qué no consigue ser, pensar, comprender y sentir como los demás. Con frecuencia intenta conformarse, adaptarse, acomodarse. Pero eso requiere mucha energía. Su adaptación no es natural, espontánea y evidente. Más que vivir, se ve viviendo. Eso funciona a veces, pues el superdotado se integra, crece junto a los demás a pesar de ese desfase persistente e incomprensible para él. Pero a veces la cosa fracasa y la soledad lo vuelve a atrapar, aún más compacta que sus esfuerzos para ser aceptado como idéntico, como igual. Ya no sabe bien quién es. Oscila entre una imagen de sí mismo tremendamente negativa —no valgo para nada, no soy digno de ser amado, nunca conseguiré nada— y un convencimiento íntimo y persistente de que algo se le escapa, pero ¿qué? Ese desasosiego psicológico, a menudo doloroso, nubla la representación de sí mismo y la posibilidad de estar «consigo mismo» y en la vida.

- *Segundo escenario:* el joven superdotado no ha percibido su diferencia. Se cree un niño, un adolescente, como los demás. No distingue las singularidades de su pensamiento y de su sensibilidad. Piensa que todos funcionan como él. Entonces experimentará ciertas reacciones, ciertos comportamientos y ciertos episodios de la vida como agresivos, injustos y muy hirientes. Y cuanto más intente dar sentido, buscar una explicación a esas manifestaciones vividas por él como hostiles, tanto más se enfrentará a la incompreensión. A la suya y a la de los demás. Perdido, sin comprender lo que le sucede ni por qué, sin poder compartir esa desazón oculta, tiene la sensación de perder pie y entonces duda de sí mismo: si todo el mundo parece pensar que lo que soy no es adecuado, entonces es que no valgo gran cosa. ¿Cómo construir, en ese contexto, una imagen de sí mismo sólida?

A las puertas de la edad adulta, las perturbaciones que rodean la imagen de uno mismo no llegan a calmarse. Con frecuencia la incertidumbre acerca de su identidad conduce al joven adulto superdotado a tomar decisiones usando el método de «ensayo-error». Cuando no sabemos bien lo que somos, aquello de lo que somos capaces, aquello en lo que somos hábiles; cuando llegamos a no saber siquiera lo que nos gusta y lo que nos produce placer; cuando tenemos tantísimo miedo a decepcionarnos a nosotros mismos o a que nos decepcionen los demás y la vida, entonces no podemos planificar ni vislumbrar los contornos de la vida. Buscamos a tientas, probamos, nos equivocamos, volvemos a empezar. A veces encontramos el «lugar adecuado», aunque no nos convenza del todo. Un superdotado no puede inhibir el cambio de perspectiva constante. La duda sigue estando presente. Sufrirá las consecuencias en forma de insatisfacción crónica y persistente, y de cierta inestabilidad vital. Cambiar de pareja, de profesión, idear nuevos proyectos o cambiar de dirección en la vida son elementos habituales en la trayectoria vital de ese ser en busca incesante de lo absoluto y de la verdad. El superdotado persigue la conquista identitaria a lo largo de toda su vida. Sin descanso.

Desde la infancia hasta la edad adulta, los problemas relativos a la propia imagen acechan el desarrollo y la experiencia del superdotado

Desde la fragilidad en la construcción de una imagen de uno mismo sólida —la cual permite crecer con seguridad— hasta la falta de confianza en sí mismo —que genera una ansiedad difusa—, llegamos, a lo largo de ese *continuum*, al doloroso ataque a la autoestima, verdadera pérdida del sentimiento de valor personal. Los efectos depresivos y, en el extremo patológico, la verdadera depresión muestran el callejón sin salida en el que a veces puede meterse el superdotado.

Hay varias constantes que se mantienen en las distintas etapas, constantes que participan de la compleja alquimia que roe las bases de la identidad del superdotado y favorece el riesgo de trastornos más graves.

¿Cuáles son esas constantes?

- Los ataques externos e internos: sentirse agredido por los demás, pero también criticarse continuamente.
- El desfase como una sensación de extrañeza.
- La hiperreceptividad sensorial como un cerco ante continuos malestares emocionales o de heridas punzantes.
- La inteligencia aguzada, que difunde sin cesar dudas interiores, preguntas e incertidumbres.

El modo de funcionamiento del superdotado es su peor enemigo.

Protegerse para crecer, defenderse para llegar a vivir

En su trayecto identitario, el superdotado pondrá en marcha mecanismos de defensa para protegerse de las tormentas emocionales, que se alimentan de esta doble fuente: la inteligencia aguzada y la sensibilidad desmedida.

En psicología, estos mecanismos protectores se denominan mecanismos de defensa. ¿Cuál es su finalidad? Preservar la integridad del yo y aliviar el sufrimiento. Esos mecanismos, cuando son flexibles, garantizan con eficacia su función protectora. Son aliados de cada uno de nosotros. Pero, a menudo, esos mecanismos se agarrotan porque la carga emocional es demasiado pesada, porque la amenaza de sufrimiento es demasiado grande. Entonces su utilización puede volverse una trampa: se convierten en los pilares en torno a los cuales se construye la personalidad. De protectores, pasan a ser destructores.

Los mecanismos de defensa del superdotado

Son mecanismos que hay que conocer, comprender e incorporar. Mecanismos que contribuyen a estampar su sello en la regulación psicopatológica de los superdotados, y que es imprescindible considerar como la señal de un cuadro clínico singular.

Observemos un primer plano de la dinámica de los mecanismos de defensa del superdotado, con su organización, sus funciones y sus límites.

1. *Objetivos originales*: no verse invadido por el alud de emociones, la receptividad con respecto a los demás y el análisis constante del mundo.
2. *Resultado esperado*: llegar a sentirse bien con todo y pese a todo.
3. *Estrategia defensiva*: el distanciamiento emocional.
4. *Los medios*:

• *La perfección es el control.* Para sentirse tranquilo, para detener ese pensamiento que está siempre en marcha, para anular la influencia de las emociones, para no verse asaltado sin cesar por la duda y el miedo, el superdotado intenta dominarlo todo y tener el control. Dedicará la mayor parte de su energía a esta misión que a veces lo sobrepasa: sobre todo, no hay que dejarse desbordar, hay que preverlo todo y no dejar cabos sueltos. Estos mecanismos de control podrán adoptar diversas formas: las discusiones sin fin, la negativa a aceptar una orden o una consigna sin haber diseccionado su sentido, la verificación permanente para no dejar elementos al azar, la búsqueda agotadora de la precisión imposible, los rituales obsesivos, el cuestionamiento de todo a cada momento. Pero la lista es tan larga...

• *La defensa por medio del conocimiento.* Pasar por la intelectualización excesiva la más mínima emoción, analizar con frialdad y distancia la más pequeña expresión de afecto es un mecanismo robusto y rígido que el superdotado usa, y del que abusa.

«Mi intelecto hurga en todo lo que sale de mis emociones», explica claramente Vincent, de 32 años.

• *La anestesia afectiva.* Resulta espectacular cuando este mecanismo de defensa alcanza su paroxismo. Relata Nicolas:

A fuerza de haber asfixiado mis emociones, hoy ya no sé cuáles se han adaptado en función de las situaciones. Ya no sé siquiera cómo se expresan las emociones, si con palabras, con gestos o con actitudes. Eso me confunde, porque parezco todo el tiempo extraño y ajeno a lo que sucede. Con mi novia, es un desastre. Entonces observo lo que hacen los demás e imito sus reacciones emocionales. Es la única solución que he encontrado. Yo, que era tan sensible, ahora ya no siento nada. Y no sé cómo dar marcha atrás.

• *El humor.* Transformar las cosas de la vida en una burla permanente, considerar las situaciones desde un punto de vista risible, convertir una palabra hiriente en una ocurrencia... el superdotado maneja con destreza todos los ardidés del humor. ¿Cuáles son las ventajas de esto? Una hábil manipulación de las emociones, que se pueden así transmitir bajo un aspecto cognitivamente correcto y apreciado. Un distanciamiento hábilmente sobrellevado. Una transformación de la amenaza emocional es un as en la manga. ¡Bien jugado! Pero con dos condiciones: el humor debe usarse con moderación. Recurrir abusivamente a él anula cualquier relación auténtica. El encanto seductor se convierte entonces en un veneno para las relaciones. Segunda condición: que el humor no se use solo porque el superdotado, experto en la materia, lleva muy mal el humor del que es objeto. Como si de repente ya no comprendiese sus mecanismos. Porque si no sus reacciones pueden ser de una violencia sorprendente, muy inesperada. Una violencia que enmascara, una vez más, la intensidad de la descarga emocional que ha sentido. Desconfianza, pues.

5. Los riesgos:

- *La construcción de una personalidad dividida.* Se corre el riesgo de dejar de estar conectado a las emociones. Solo está activo el frente de la inteligencia racional. De ahí puede resultar frialdad, dificultad para sentir y para vivir las emociones. Y al precio de una energía inmensa que agota los recursos psíquicos. Es la lucha contra uno mismo. Contra lo que se es en esencia. Ese dique que nos esforzamos en levantar entre nosotros y el mundo, ese caparazón que salvaguardamos para no ser alcanzados emocionalmente, ese desapego ostentoso, requieren una vigilancia constante y agotadora. Y, cuando el mecanismo, bajo el peso de una emoción violenta, no pueda sostener la pesada carga, el abatimiento y la desesperación absorberán al superdotado. Sin ninguna posibilidad de protección. Se encontrará a cara descubierta ante el sufrimiento que lo anega.

- *Una corriente lo arrastra hacia trastornos psicológicos más graves que entorpecerán su peligroso recorrido.*

¿Se puede hablar de una patología específica del superdotado?

No se trata de eso. En primer lugar, ya lo hemos dicho, ser superdotado no es una patología. En cambio, el sufrimiento del superdotado, aunque pueda revestir formas clásicas de los trastornos psicológicos, no puede abordarse de la misma manera. La diferencia está ahí: no en la forma del trastorno, de apariencia clásica, sino en su contenido.

Hay algunos sufrimientos que se presentan de manera característica en el adulto superdotado.

En consecuencia, aunque esos cuadros clínicos no estén inventariados en las clasificaciones internacionales de trastornos psicológicos, su frecuencia de aparición, siempre con las mismas particularidades, debe ser conocida por los especialistas clínicos.

El sentido de la vida empantanado en cuestionamientos infinitos: el dolor de vivir

El dolor de vivir

Las ganas de vivir permanecen intactas, lo cual es muy distinto del estado suicida. Pero la dificultad para vivir resulta insalvable. «Simplemente, no es posible», resume una paciente de 42 años, quien dice que todas las mañanas se pregunta cómo va a superar ese día. «Durante los primeros cinco minutos tengo ganas de suicidarme porque pienso en todas las cosas a la vez. ¡Es espantoso!»

No porque no se sienta capaz, como sucede en los estados depresivos que la medicina denomina apatía o abulia, sino a causa de la energía que habrá que movilizar para:

1. Protegerse.
2. Interesarse por las cosas.
3. No considerarlo todo inútil.
4. Dar sentido a la propia existencia.
5. Disimular ante los demás, lo que se convierte en un suplicio insoportable e intensamente doloroso.

En una sesión de terapia, decidimos hacer un juego de rol. Nathan, de 9 años, es el psicólogo. Me pregunta: «¿Cuál es la pasión de tu vida?». ¡Ya lo tenemos!

Lo que demuestra hasta qué punto esta pregunta sobre la vida, sobre su sentido, sobre el sentido de las cosas, sobre el interés en vivir, es una constante en la mente del superdotado. Por momentos, cuando la vida es más emocionante, cuando el superdotado está metido en un remolino que lo satisface y lo apacigua, la pregunta se difumina y se aleja hacia el fondo de la cabeza. Pero, en cuanto el curso de la vida se hace más plano, más soso, en cuanto una decepción o un fracaso obstaculizan el camino, la cuestión resurge con fuerza y se sitúa, implacable, entre él y el mundo. Entonces se vuelve inevitable y mortífera.

La dificultad: ¿cómo vencerla? Porque cualquier intento de racionalización, cualquier estrategia para abrirse a nuevas formas de pensar, de representarse las cosas y la vida, cualquier medio empleado para aliviar el sufrimiento, tropieza con esa pregunta fatal, incansablemente modificada por el análisis penetrante del superdotado: ¿cómo vivir así esta vida?

La inhibición social: retirarse del mundo

«No es por casualidad que me haya encerrado en un taller para protegerme del mundo.» Dominique se ha hecho tapicera. Lo decidió el día en que, una vez más, se sintió agredida por los otros, en que la sensación, ya antigua, de desfase, de extrañeza y de diferencia la convenció definitivamente de que siempre la rechazarían, de que nunca llegaría a sentirse bien con los demás, de que eso le exigía demasiados esfuerzos.

La inhibición social acecha al superdotado bajo una forma más o menos severa. De algunos diremos que se trata de su carácter, que son «salvajes» o «asociales», pero seguirán formando parte, por lo menos, de un tejido social. Para otros, la retirada los aísla completamente del mundo. Replegados, aislados, solitarios, solo mantienen con el exterior relaciones vitales, a veces profesionales, pero pueden hundirse en estados más críticos de depresión crónica con un pronóstico más sombrío. Han construido un

caparazón muy sólido. Resulta muy difícil llegar a ellos e incluso ayudarlos. Su miedo al mundo y a sus peligros ¡es tan grande! ¿Qué interés tiene salir de su «madriguera»? ¿Para sufrir aún más? No, gracias.

Las desviaciones adictivas para no pensar

De la maría al alcohol, de los videojuegos al trabajo, de la tele a Internet... Todas las adicciones son posibles.

«La única fuerza vital que no se puede detener es el pensamiento.» Raphaël, 8 años y medio.

Así pues, cuando uno ya no puede pensar más, cuando el torbellino es insoportable, cuando se tiene la impresión de que la cabeza va a estallar y de que todas esas ideas, todos esos pensamientos, acarrearán cuestionamientos infinitos y tristezas opacas, el embrutecimiento con una actividad que puede absorber totalmente el pensamiento y aniquilar la infernal agitación del cerebro pasa a ser la única solución... ¡vital! Pero la desviación adictiva es artera: tranquilizadora durante cierto tiempo, se vuelve ella misma angustiada... A veces tengo que tranquilizar a algunos padres preocupados por su hijo adolescente pegado a la pantalla. Les explico el alivio que puede representar para él, después de una jornada escolar, evadirse adentrándose en un mundo donde puede ser el héroe. Encontrar la omnipotencia es tan agradable... En cierto modo es un ansiolítico que el adolescente utiliza de manera espontánea para aliviar su angustia. Un poco está bien y es útil. Un exceso, naturalmente, se convertirá en una trampa. Pero ¿sabes que el trabajo puede tener las mismas virtudes y comportar los mismos riesgos? Dedicar lo mejor de la vida a la actividad profesional es una lucha contra la ansiedad. ¿El peligro? Cuando uno se detiene, la angustia resurge brutalmente.

Los trastornos del sueño

En el momento de acostarse, es difícil interrumpir el flujo del pensamiento e incluso reducir su intensidad. La dificultad para conciliar el sueño es habitual y recurrente. Pero observamos también una manifestación opuesta, la hipersomnia como potente elemento sedativo para el pensamiento: cuanto más duermo, tanto menos pienso.

La inhibición intelectual como estrategia de adaptación

Ser un auténtico capullo es un buen remedio para mi enfermedad. Necesito un tratamiento radical: ser un capullo será como una quimioterapia para mi inteligencia. Es un riesgo al que debo exponerme sin dudarlo. Pero si, al cabo de seis meses, ves

que te desarrollas demasiado... no seas gilipollas, haz algo. Mi objetivo no es volverme estúpido y codicioso, sino dejar que circulen las moléculas de mi organismo para purgar mi dolorida mente. Pero haz algo antes de seis meses. [...] También es un riesgo: del mismo modo que ser estúpido aporta mucho más placer que vivir bajo el yugo de la inteligencia. Ciertamente, se es más feliz. No debería preservar el sentido de la estupidez, sino los elementos beneficiosos que flotan en ella como oligoelementos: la felicidad, cierto distanciamiento, la capacidad de no sufrir a causa de mi empatía, la ligereza de la vida y del espíritu. ¡De la desidia! [...] Por último, al volverme estúpido, podría, por una vez, hacer gala de una asombrosa inteligencia. ¿Te parezco pérfido?¹

Inhibirse para sobrevivir...

La inhibición es una poderosa estrategia cuyos efectos son en ocasiones irreversibles. Cuando desplegamos una energía considerable para asfixiar o destruir toda una parte de nosotros mismos, sucede que los efectos buscados sobrepasan el objetivo inicial. Si se trataba de aliviar un sufrimiento insidioso, se llega a un empobrecimiento de sí mismo y a un verdadero desierto interior. Ello da lugar a personalidades opacas y extraviadas en una existencia sin significación y con frecuencia aisladas socialmente. El objetivo de «volverse estúpidas» las ha hecho indiferentes a sí mismas y transparentes ante los ojos de los demás.

Humor cambiante sin razón aparente

Tengo la impresión de tener cambios bruscos de temperamento: de repente estoy contentísima, y al cabo de un rato me siento triste. Laura, 25 años.

Ligado a la rapidez de activación de los vínculos arborescentes, el encadenamiento de ideas activa con un tempo más rápido representaciones, pensamientos, emociones y recuerdos de coloración tanto positiva como negativa, ansiógenos o agradables. Esta labilidad del carácter puede confundirse con cuadros clínicos clásicos de depresión o de trastorno bipolar. Se trata solo del funcionamiento cognitivo que arrastra en su expansión incesante toda la gama de las emociones.

Para el superdotado es una experiencia a veces difícil de sobrellevar porque ya no tiene acceso a las raíces de esos cambios rápidos de humor. No sabe por qué está triste ni por qué se siente bien. En cierto modo, es la víctima impotente de un funcionamiento cerebral que lo domina y lo sobrepasa. Ya no tiene acceso a sí mismo, lo que puede constituir también una fuente de angustia y de malestar. Pasa a ser inaccesible a una comprensión clásica y al hecho de hacerse cargo de las cosas.

El peligro: los errores de diagnóstico

La expresión del sufrimiento del superdotado, a veces próxima, en la forma, a patologías clásicas, puede conducir a frecuentes errores de diagnóstico. Los profesionales poco informados y mal formados acerca de esta configuración específica de la personalidad se arriesgan a exponer al paciente a respuestas terapéuticas poco adecuadas, a riesgo de no llegar nunca a solucionar los problemas.

Las desviaciones diagnósticas más habituales

- El pensamiento divergente, la rapidez de asociación de ideas, los encadenamientos lógicos a veces poco tenidos en cuenta por la velocidad de arborescencia... pueden evocar un diagnóstico de esquizofrenia. La frialdad y el distanciamiento emocionales reforzarán esta hipótesis diagnóstica.

- La labilidad del humor, los momentos de excitación que contrastan con momentos de profundo pesimismo, la exaltación del humor son signos que sugieren un cuadro de trastorno bipolar (antes llamado psicosis maníaco-depresiva).

- La sensibilidad, la receptividad emocional exagerada, los momentos de regresión, la adaptación social fluctuante, son otros tantos indicios que dejan entrever una patología *borderline*.

- La depresión, el trastorno de ansiedad, la fobia... se distinguirán bien. Pero no estarán incluidas en su organización singular. Desconfianza...

El superdotado, víctima a su pesar de estas equivocaciones diagnósticas, tan deseoso de encontrar una salida a sus sufrimientos, comenzará un largo peregrinaje, de psicólogo en psicólogo, de diagnóstico en diagnóstico... Al principio se lo cree, pero luego, poco a poco, se sofoca. Y aparece una nueva trampa: ahora ya no confía en nadie y menos aún en aquellos que pretenden comprenderlo y cuidarlo. El desacierto en el diagnóstico ha bloqueado el acceso a la ayuda que buscaba y reclamaba a voz en grito, sin saber cómo pedirla. Es para sí mismo un enigma...

Las trampas del apoyo

«Probablemente te parezca estúpido, pero cuando estoy con un psicólogo, en seguida tengo el convencimiento de que no se entera de nada, de que no entiende la naturaleza de mi problema ni de mis dificultades. En tanto que yo sí. Mejor que él. En ocasiones tengo incluso la impresión de que soy yo el que está obligado a hacerlo entrar en vereda, de que soy yo quien lo ayuda, por así decir, a ayudarme. Pero, en el fondo, creo que nadie puede ayudarme. Solo yo puedo hacer algo.» Eso me confía, con una mezcla de vergüenza y humildad, este paciente de 38 años, desencantado, agotado también por estas dos jóvenes «cebras»...

El apoyo tropieza frecuentemente con esta ambivalencia: la necesidad infinita de encontrar a alguien que pueda comprendernos, a alguien que nos permita por fin sentirnos llevados, y la necesidad de dominar y controlar que bloquea la posibilidad de ceder un sitio al otro.

Cuidado con el concepto moderno de «relajarse»

No es bueno para el funcionamiento del superdotado. Es un escollo frecuente, inspirado en las corrientes psicológicas actuales. Se pretende que se relajen las tensiones interiores para volver a conectarse a sí mismo y llenarse de una calma bienhechora, fuente de curación. Pero, para un superdotado, es precisamente en esos momentos de relajación cuando los pensamientos se despliegan porque tienen espacio libre y, si consigue, aunque sea un poco, detener el pensamiento, es de todas formas la angustia, difusa, la que crece. Para calmar el pensamiento, es mejor proponerle al superdotado que se sumerja totalmente en otra cosa, muy distinta de sus ocupaciones habituales y que lo absorba por completo. Cuanto más se aleje de su día a día y de su estilo de vida habitual, tanto mejor. Lo que cuenta es poder dedicarse a esa actividad, a ese pasatiempo, con plenitud. ¡Una «purga» para el pensamiento!

Recapitulación

- Ser superdotado es un componente de la personalidad, no una patología.
- Ser superdotado confiere una coloración específica a la expresión del sufrimiento que hay que saber reconocer y tener en cuenta para ayudar y servir de compañía eficazmente en un proceso terapéutico adecuado.
- Ignorar las especificidades de la estructura psicodinámica de la personalidad del superdotado implica correr el riesgo de cometer errores de diagnóstico que pueden producir en él sufrimientos inextricables y desviaciones en su vida.
- La atención al superdotado comprende una serie de teoremas terapéuticos que hay que conocer y saber utilizar. En concreto, podemos apoyarnos en el yo cognitivo, a menudo intacto pero reprimido. El hecho de pensar está en el origen del sufrimiento, pero podemos ayudar al superdotado a domesticar de nuevo su pensamiento para ganarse un aliado en su proceso de rehabilitación. Como si restaurásemos un edificio viejo: todo está agrietado, la techumbre se desploma, pero los cimientos resisten, por lo que podemos apoyarnos en ellos y reforzarlos para reconstruir una base sólida y protectora. Pero también hay que dejarlo abierto para dejar entrar a los demás: la vida sin miedo de que nos ataquen. Ya no es una casa para repeler ataques de enemigos imaginarios, sino una casa concebida para estar bien y sentirse bien con los demás, lo cual es muy distinto.

Bondades de la mucha inteligencia, atestiguadas por algunos

estudios recientes. ¡Para subir la moral!

Las personas inteligentes tienen menos riesgos de sufrir enfermedades mentales, demuestra un estudio de la Universidad de Cambridge.

Un CI elevado puede disminuir la gravedad de ciertos problemas psicológicos, como la depresión y la esquizofrenia.

Los investigadores han demostrado que los síntomas son menos graves y que la posibilidad de adaptación es mayor en el caso de personas con un CI elevado.

La inteligencia es también un factor que protege de las patologías.

A modo de conclusión

Durante la escritura de este libro, tuve con frecuencia la tentación de parar, en mi mente o con el ordenador, y de preguntarme: ¿y si todo esto fuese una simple quimera? ¿Y si los superdotados no fuesen lo que describo? ¿Y si todos esos detractores ignorantes tuviesen al fin y al cabo la razón y fuese inútil preocuparse por esos seres colmados por la naturaleza?

Os aseguro que más de una vez me asaltaron esas dudas insidiosas. Y luego, un poco más tarde, me encuentro frente a un niño, un adolescente, una familia, un adulto, y en sus historias, en la naturaleza de su desesperación, de su vagar, de sus palabras y actitudes, la fulguración de la certidumbre reaparece con una fuerza inusitada. Pero ¿cómo pude haber pensado por un instante que la increíble singularidad de esas personalidades no revelaba una realidad clínica demostrada? Así pues, ante la evidencia, secundada por todo lo que ha dicho, descrito, probado y confirmado hoy la ciencia, volvía a la escritura con un ahínco y una voluntad aún más intensos de transmitir mis conocimientos. Vosotros existís, estoy segura, pues os he encontrado.

Ojalá este libro os ayude a mostraros con todo el esplendor de que sois merecedores, con esa inteligencia aguda y esa sensibilidad excepcional que os convierten en personalidades de una fuerza tan frágil. Tomad conciencia —íntima y definitivamente— de cada uno de los espacios que os forman y que hacen de vosotros unos seres singulares con múltiples virtudes pese a las numerosas trampas que debéis esquivar.

Aprovechaos de ello e iluminad a quienes os rodean. El mundo lo necesita. Vuestro éxito en la vida es también el de todos.

Y recordad esto tan sencillo: se puede haber sido un niño normal y corriente, y haberse convertido en un adulto extraordinario. Nunca hay nada decidido definitivamente mientras se está con vida. En cada etapa de la vida se puede tomar un camino nuevo. Todo es siempre posible. Cambiar de rumbo, cambiar la forma de verse y de ver a los demás es una aventura maravillosa. Tal vez dé miedo, seguramente, pero ¡cuántos nuevos placeres hay a nuestro alcance!

Y sobre todo, ante todo, guarda bajo llave tu alma de niño, tu ingenuidad refrescante, tu creatividad invasora, tu curiosidad siempre alerta, tu inteligencia tumultuosa. Guarda todos esos tesoros que te hacen un adulto distinto. Un adulto que no se convierta nunca en un «gran persona».

Notas

1. Maurice Blanchot, *El libro por venir*, Madrid, Trotta, 2005.

2. Término introducido en 1970 por el psiquiatra J. de Ajuriaguera para traducir la expresión inglesa *highly gifted* y que se popularizó en Francia gracias a Rémy Chauvin y su libro fundamental *Les Surdoués* (Stock, 1975).

3. *Zèbre*, en francés coloquial, significa persona rara, extraña, en el sentido, claro está, de ‘genio’ o ‘prodigio’.
(*N. del t.*)

4. Cogito'Z fue el primer centro francés de diagnóstico y tratamiento de los problemas de aprendizaje escolar; fue creado en 2003 por Jeanne Siaud-Facchin en Marsella. Hoy en día hay otros dos Cogito'Z en Aviñón y en París.

5. António C. R. Damásio, *El error de Descartes*, Barcelona, Crítica, 2006.

6. Martin Page, *Cómo me convertí en un estúpido*, Barcelona, Tusquets, 2002.

7. Marika Bergès-Boune y Sandrine Calmettes-Jean, *La Culture des sur doués*, Toulouse, Érès, 2006.

8. Tesis de Caroline Goldman, bajo la dirección de Catherine Chabert, Universidad París-V, 2006.

1. Jeanne Siaud-Facchin, *L'Enfant surdoué, l'aider à grandir, l'aider à réussir*, Odile, Jacob, 2002.

2. Ibidem.

1. Martin Page, *Cómo me convertí en un estúpido*, Barcelona, Tusquets, 2002.

2. Jonathan Safran Foer, *Tan fuerte, tan cerca*, Barcelona, Debolsillo, 2012.

3. Philippe Jeammet, *L'Adolescence*, J'ai lu, 2004.

4. André Comte-Sponville, *La vida humana*, Barcelona, Paidós, 2007.

1. Y en particular el notable trabajo de John Exner.

2. Atención: en la nueva versión del test WISC —la escala de inteligencia de los 6 a los 16 años—, los valores de CI verbal y CI de rendimiento ya no existen. Solo los cuatro indicios —comprensión verbal, organización perceptiva, memoria de trabajo y velocidad de tratamiento— permiten analizar el test y conforman el CI total.

1. Martin Page, *Cómo me convertí en un estúpido*, Barcelona, Tusquets, 2002.

2. Expresión de Marine Ambrosioni, psicóloga de Cogito'Z.

1. Serge Lebovici, «L'avenir psychopathologique de l'enfant surdoué», *Revue de neuropsychiatrie infantile*, 1960, 8, 5-6, págs. 214-216.

2. Martin Page, *Cómo me convertí en un estúpido*, Barcelona, Tusquets, 2002.

3. Jonathan Safran Foer, *Tan fuerte, tan cerca*, Barcelona, Debolsillo, 2012.

4. Martin Page, *Cómo me convertí en un estúpido*, *op. cit.*

5. Martin Page, *Cómo me convertí en un estúpido*, *op. cit.*

6. Muriel Barbery, *La elegancia del erizo*, Barcelona, Seix Barral, 2011.

7. Ibidem.

8. Antoine de Saint-Exupéry, *El Principito*, Barcelona, Salamandra, 2012.

1. Pascal Mallet, *Ontogenèse et organisation des relations entre enfants et adolescents*, Universidad René-Descartes, 1998.

2. Tonino Benaquista, *Tout à l'Ego*, Gallimard, 1999.

3. Annick Bessou, «Satisfaction de vie de 28 surdoués parvenus à 65 ans et plus», *La Presse médicale*, Masson, 10 de mayo de 2003, 32, n.o 16, págs. 721-768.

1. Técnica terapéutica que he introducido yo personalmente, y a la que he denominado así.

1. Martin Page, *Cómo me convertí en un estúpido*, Barcelona, Tusquets, 2002.

¿Demasiado inteligente para ser feliz?

Jeanne Siaud-Facchin

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra.

Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

Título original: *Trop intelligent pour être heureux?*

Publicado originalmente en francés por Odile Jacob

© del diseño de la portada, Judit G. Barcina, 2014

© Odile Jacob, mars 2008

© de la traducción, Fernando Borrajo, 2014

© de todas las ediciones en castellano

Espasa Libros, S. L. U., 2014

Paidós es un sello editorial de Espasa Libros, S. L. U.

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): enero 2014

ISBN: 978-84-493-2990-6 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S.L.L.

www.newcomlab.com

Índice

A modo de introducción. Carta a los lectores	4
1. ¿Qué quiere decir «ser superdotado»?	7
2. ¿Por qué es esencial interesarse por el adulto superdotado?	34
3. De la infancia a la edad adulta: la difícil construcción de uno mismo	45
4. Descubrir que se es superdotado	69
5. Una personalidad con facetas inesperadas	90
6. La dificultad de ser un adulto superdotado	106
7. Las mujeres	142
8. Las parejas: ¿Dios los cría y ellos se juntan?	149
9. ¿Y a los que les va bien?	154
10. ¿Qué hacer para estar bien?	170
11. Cuando las cosas dejan de funcionar	192
A modo de conclusión	204
Notas	206
Créditos	238