

El problema de las Altas Capacidades Intelectuales en adultos sin identificar

Jorge Albaladejo es el autor de "Manual de supervivencia para unicornios", un libro personal, autobiográfico y filosófico para adultos superdotados que no han sido identificados

Actualmente, se estudia y se acepta más la neurodivergencia en niños, que a veces puede ser causada por algún tipo de trastorno, síndrome o discapacidad. En el colegio, la inclusión es un tema cada vez más común, de modo que cada niño o niña pueda desarrollarse de acuerdo a sus necesidades, limitación y situación personal.

Sin embargo, cuando uno de estos niños o niñas alcanza la edad adulta siendo superdotado y sin identificar, ¿cómo puede entender su diferencia? ¿Cómo puede el entorno comprender la riqueza, complejidad y profundidad de su funcionamiento mental? Cuando una persona vive la mayor parte de su vida alienada de sí misma y de su entorno, es común ver aparecer ciertos trastornos psicológicos (ansiedad crónica, depresiones, baja autoestima, inseguridad, desapego, etc.) que se acaban convirtiendo en patologías. Muchos adultos superdotados pasan años en terapia tratando los síntomas de su malestar, sin llegar nunca a la raíz, a las causas: su mente es diferente, funciona diferente. Ser superdotado es una forma completamente diferente de ver, percibir, sentir y estar en el mundo.

¿Qué pasa cuando una persona lleva toda una vida camuflando su verdadera identidad, tratando de ser aceptada sin éxito, simplemente por ser diferente? La sociedad todavía no está preparada para tolerar la neurodivergencia en todas sus facetas.

Jorge Albaladejo acaba de publicar su primer ensayo Manual de supervivencia para unicornios. Él llama unicornios a estas personas superdotadas que han crecido y vivido la mayor parte de sus vidas alienadas de sí mismas en su afán por encajar en una sociedad que no está preparada para ellos. Los unicornios son seres extraños, frágiles y vulnerables a la vez que tienen unas habilidades únicas y en ocasiones asombrosas.

Después de años de búsqueda de sí mismo, dos severas depresiones, décadas de ansiedad crónica y miedos paralizantes, y haber pasado por innumerables terapias de diversas escuelas psicológicas, el autor se lanzó a explorar la última opción que le quedaba en la lista: las Altas Capacidades Intelectuales (comúnmente conocidas como "superdotación"). Así, decidió pasar un test de inteligencia, motivado por la sospecha de que podría explicar su sensación de ser diferente e inadaptado en un entorno en el que nunca sintió que encajara.

“Cuando Lara, mi psicóloga, me dio el resultado de la evaluación de inteligencia, le tuve que preguntar tres veces si no se había equivocado corrigiendo los test”. A sus casi cuarenta años, finalmente ha logrado un diagnóstico que le explique cómo es: “Toda mi historia cobra ahora un sentido que antes me pasaba desapercibido. Cada detalle, alegría, sufrimiento, logro, fracaso, discusión, amistad y

conversación... ahora las piezas encajan, y el puzle toma forma”.

Sin embargo, puntualiza: “Trato de evitar la palabra diagnóstico porque la superdotación no es una patología ni un trastorno, tampoco una enfermedad. No se cura ni ‘mejora’ con el tiempo. Es un funcionamiento cerebral diferente, caracterizado por una mayor densidad de intercambio de información entre las diferentes áreas del encéfalo, que afecta a muchas y diferentes áreas y formas de pensamiento. Prefiero llamarlo ‘identificación”.

Reconocerse como un adulto superdotado

El libro es un ensayo dirigido a aquellos adultos que viven o han vivido un calvario parecido al de l autor. No solo trata de su propio testimonio, sino que recoge otros testimonios para de manera divulgativa exponer los problemas que puede vivir una persona con altas capacidades que no esté diagnosticada. Éstos pueden ser:

Perfeccionismo: son personas demasiado exigentes con los demás y consigo mismos. Eso les puede llevar al rechazo por parte de su entorno.

Velocidad de aprendizaje: aprenden rápido y necesitan saber más. Nunca están del todo satisfechos. Disfrutan aprendiendo.

Luchadores contra las injusticias: reconocen las injusticias personales, humanas y sociales del mundo y suelen posicionarse en contra de las opiniones mayoritarias.

Alta sensibilidad: sus sentidos, su percepción, su intuición, todo está más aguzado, captan sutilezas que a los demás les pasan desapercibidas. A menudo son Personas Altamente Sensibles (PAS).

Espíritu crítico: su velocidad de aprendizaje y sus ansias de saber más les permiten convertirse en expertos rápidamente y encontrar soluciones creativas a problemas complejos que sus compañeros tendrán dificultades para entender. A menudo cuestionan el orden establecido y la autoridad, lo cual puede resultar conflictivo.

Fracaso escolar: paradójicamente, muchos de estos superdotados acaban sufriendo fracaso escolare. A veces por aburrimiento y falta de estimulación, ya que el temario les resulta básico y el ritmo de estudio lento. A veces para camuflarse en el entorno, tratando de adaptarse a un entorno social que ve el desempeño académico con envidia. A menudo, los niños superdotados no desarrollan método ni

hábito de estudio (porque no lo necesitan), y fracasan cuando llegan a la universidad, donde el nivel es más exigente.

Vida profesional conflictiva: en determinados sectores muy competitivos, el hecho de ser más inteligente que los compañeros, de querer progresar tan rápido, y esa mirada crítica con todo, pueden desencadenar una gran variedad de problemas de adaptación.

Inseguridad: cuando una persona crece en un entorno que le repite constantemente que es diferente y que sus opiniones son incorrectas (a menudo porque nadie más que el superdotado las entiende), esta alienación acaba dañando su autoestima. Muchos adultos superdotados sin identificar son nerviosos e inseguros, algo neuróticos, incapaces de valorar y reconocer sus propias ideas e intuición. Han sido anulados y ninguneados durante décadas por no encajar, a pesar de tener pensamientos divergentes, ideas creativas y enfoques en ocasiones innovadores.

Síndrome del impostor: la persona superdotada aprende muy rápido y adquiere nuevos conceptos con facilidad. Su mente está preparada para conectar ideas alejadas y entender ideas abstractas y reconocer patrones complejos. En ocasiones, simplemente “ve” la solución, aunque le cueste explicarla con palabras. Igualmente, si el superdotado no ha sido identificado, asumirá que cualquiera puede ver lo mismo que él y alcanzar las mismas conclusiones fácilmente. Al carecer de títulos y experiencia en el área en que se desempeña, con frecuencia se sentirá como un impostor en comparación con otras autoridades en la materia.

Vulnerabilidad: tras una vida marcada por el aislamiento social y por una profunda soledad personal, emocional, espiritual y existencial, el adulto superdotado anhela conectar con otras personas a un nivel profundo y real. Esto puede llevarle a bajar las defensas y convertirse en el blanco perfecto para algunas personas tóxicas: narcisistas, maltratadores, manipuladores, vampiros emocionales, etc.

Una guía para adultos con Altas Capacidades Intelectuales, desde la experiencia personal
Este libro está dividido en tres partes:

Introducción: la parte más divulgativa donde el autor explica cómo se mide el cociente intelectual o cuáles son los rasgos que tienen los unicornios, estos adultos superdotados. Un capítulo ideal para que uno mismo pueda reconocerse como tal o para hacerlo en alguien del entorno próximo.

Historia de un unicornio: la parte más autobiográfica en la que el autor habla sobre sus problemas de adaptación, cómo ha vivido su sensación de inadecuación que le ha inducido a la alienación y posteriormente a distintos episodios de ansiedad crónica, depresiones y crisis existenciales.

Manual de supervivencia: una serie de reflexiones personales sobre conflictos y dificultades cotidianas, disertaciones basadas en la perspectiva y experiencia vital del autor.

Con este Manual de supervivencia para unicornios, Jorge Albaladejo habla de su búsqueda de sí mismo y de cómo descubrir su superdotación intelectual le ha llevado a una profunda transformación personal. Es un libro que puede resultar de ayuda a muchos adultos que puedan sentirse identificados, bien porque sospechan que son superdotados no identificados, o acaban de descubrirlo, bien porque conocen a alguien en su entorno que lo es. Según una estimación del autor podría haber cientos de miles de adultos superdotados no identificados, unicornios, en España. "Si se estima que el 2% de la población es superdotada, esto son 900.000 personas sólo en España; en las principales asociaciones de superdotados apenas hay unos pocos miles, ¿dónde están los cientos de miles que faltan? Probablemente viven camuflados, o todavía no han descubierto esta característica de sí mismos".

Más información sobre el libro en la web <https://www.manualdesupervivenciaparaunicornios.es> y en Amazon <https://amzn.to/3AFMIEo>.

Datos de contacto:

Jorge Albaladejo Pomares
658035136

Nota de prensa publicada en: [Elche / Elx](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Educación](#) [Literatura](#) [Sociedad](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>