

Agenda:

La adaptación curricular
Izaskun Etxebarria, pedagoga experta en AACC y profesora EHU-UPV. Donostia, febrero 2011.

Intensidad emocional y AACC

La habilidad para aprender es cognitiva, pero la motivación es emocional. Annemarie Roeper

Las altas capacidades tienen un componente emocional, además de intelectual. La complejidad intelectual va de la mano de la profundidad emocional. Del mismo modo que el pensamiento de l@s niñ@s de AACC es más complejo que el de otr@s niñ@s, también sus emociones son más complejas e intensas.

Experimentan un amplio rango de emociones de forma intensa y sus sentimientos pueden llegar a desbordarse por cuestiones como la injusticia, la guerra, la pobreza, la violencia, etc.

La intensidad emocional de estos jóvenes no significa que sientan más que el resto, sino que experimentan el mundo de manera diferente: de un modo vital, complejo y trascendental.

Las características de la intensidad emocional son las siguientes, aunque *esta lista no implica que todos los niños de AACC muestren todas ellas*:

- **Intensidad de sentimientos:** sentimientos positivos, negativos, ambos a la vez, emociones extremas, sentimientos variables e intensos en un corto período de tiempo, identificación con sentimientos ajenos, risa y llanto simultáneos.
- **Somatización de las emociones:** molestias o dolor de estómago, aprensión, dolor de cabeza, náuseas.
- Inhibición, timidez y falta de autoestima.
- **Memoria afectiva:** son capaces de recordar los sentimientos que acompañaron a una vivencia concreta y pueden llegar a revivirlos y re-sentirlos incluso mucho tiempo después.
- **Miedos y ansiedades:** sentimientos de culpabilidad y de descontrol.
- Preocupación por la muerte, estados depresivos.

- Asociación emocional y apego a los demás, empatía y preocupación por los otros, sensibilidad en las relaciones, apego a los animales, dificultad para adaptarse a entornos nuevos, soledad, conflictos en relación a la profundidad de las relaciones.
- Auto-evaluación crítica y juicios internos, sentimientos de inadecuación e inferioridad.

No solemos ser conscientes de que los sentimientos intensos forman parte de las altas capacidades, por lo que generalmente se presta poca atención a la intensidad emocional. Históricamente, la expresión de sentimientos intensos se ha atribuido a la inestabilidad emocional, nunca a la riqueza emocional. Asimismo, tradicionalmente se ha considerado que las emociones y el intelecto eran entidades independientes entre sí. Sin embargo, el vínculo entre emociones e intelecto queda especialmente patente en los jóvenes de AACC.

La intensidad emocional alimenta la alegría de vivir y la pasión por aprender y es el motor impulsor del desarrollo del talento y de la motivación que fomenta el alto rendimiento.

Sentir todo mucho más profundamente que los demás puede llegar a ser doloroso y aterrador. Sentir las emociones intensamente puede provocar que estos jóvenes se sientan *anormales*: Debo de tener algo malo... quizá esté loco, no parece que nadie sienta las cosas como yo .

A menudo son autocríticos y experimentan intensos conflictos internos, ansiedad y sentimientos de inferioridad. Los médicos tienden a ver estos conflictos como síntomas y suelen etiquetar a las personas de alta capacidad de neuróticas. Sin embargo, estos conflictos son una característica intrínseca de la alta capacidad y son precisamente los elementos impulsores del crecimiento personal y del rendimiento de estas personas.

Fanjac-Euskadi

E-MAIL:

infofanjac@gmail.com

¡Estamos en la red!

Visítanos en:

www.fanjaceuskadi.org

Enlaces de interés:

www.fanjac.org

www.adimac.es

www.alcagi.org

<http://aupatuz.blogspot.com/>

<http://www.altas-apacidades.org>

Inteligencia emocional y socialización (UNED)

([http://uned-](http://uned-illesbalears.net/esp/super04.pdf)

[illesbalears.net/esp/super04.pdf](http://uned-illesbalears.net/esp/super04.pdf))

SENG (EEUU)

Asociación para el apoyo a las necesidades emocionales de las personas con AACC

(<http://www.sengifted.org/index.shtml>)

Dr. Sal Mendaglio

Universidad de Calgary

Sensibilidad emocional (inglés)

(<http://people.ucalgary.ca/~gifted/resources/articles/GuidelinesHandlingSM.pdf>)

Dra. Yolanda Benito

Centro Huerta del Rey

Factores emocionales y problemática de adaptación

(<http://www.centrohuertadelrey.com/doc/mendoza.pdf>)

Es fundamental enseñar a l@s niñ@s de AACC que la hipersensibilidad es normal en ell@s. Si no se les aclara esto pueden llegar a pensar que sus intensas vivencias son la evidencia de que no son normales. Puede ocurrir que otros los ridiculicen por reaccionar de forma desmedida ante un hecho aparentemente trivial, incrementando de ese modo su percepción de sentirse raros.

Por otro lado, la sensibilidad de los niños emocionalmente intensos hacia las injusticias y la hipocresía de la sociedad puede generar en muchos de ellos desesperanza y cinismo a edades muy tempranas.

Lo mejor que podemos hacer para ayudarlos es aceptar sus emociones, porque necesitan sentirse comprendidos y apoyados. Hay que explicarles que los sentimientos intensos son normales en los niños que son como ellos. Asimismo, hay que ayudarles a usar su propio intelecto para desarrollar su auto-conocimiento y auto-aceptación.

Los padres tienen que tener en cuenta que estos niños necesitan la disciplina adecuada, ya que ésta les ayudará a sentirse seguros y a desarrollar la autodisciplina y el sentimiento de competencia emocional. La *disciplina adecuada* es la aplicación consistente de valores, reglas y comportamientos que son importantes para la familia de la que el niño es miembro. Hay que explicarle el porqué de las normas y cuáles son las consecuencias del no cumplimiento de las mismas, y los padres deben ser consecuentes con lo dicho.

Es conveniente conversar abiertamente sobre los sentimientos, tanto de los positivos como de los negativos. Podría resultar útil usar un termómetro emocional para iniciar la conversación. Por ejemplo: En una escala del 1-10, hoy yo me siento ¿y tú?

Tomarse el tiempo suficiente para escuchar las ideas, opiniones y sentimientos del niño, sin moralizar, emitir juicios o dar consejos que no nos haya pedido, sin interrumpir ni distraer. Apreciar su sensibilidad, su intensidad y sus pasiones. No hay que intentar minimizar sus emociones porque su dolor nos haga sentirnos incómodos. No les ayudaremos si respondemos a lo que nos cuenta diciendo: eres demasiado sensible, no pienses en eso o ya verás como todo se arregla. Cuando tengan miedo hay que tranquilizarlos y ayudarles a encontrar la manera de expresar sus emociones a través de historias, poemas, música, diarios o actividades físicas o artísticas.

Se pueden frustrar si su capacidad física no se corresponde a su capacidad intelectual, por lo que hay que ayudarles a comprender la situación. Se deben enfatizar sus virtudes y no hacer hincapié en sus defectos.

Hay que destacar que sensibilidad no es sinónimo de debilidad. L@s niñ@s y jóvenes de AACC no son seres débiles. Hay que darles la responsabilidad adecuada para su edad y no sobreprotegerlos del mundo y de las consecuencias de sus acciones. Son niñ@s de AACC, pero no pequeños adultos. Juegos, diversión y ocio son actividades esenciales para su desarrollo emocional. Debemos aceptar nuestras propias experiencias emocionales para que seamos un modelo positivo para ellos. Si la intensidad emocional es vista por padres y profesores de forma positiva, el niño entenderá y valorará sus sentimientos y alentaremos su autoestima y la confianza en sí mismo.

Adaptación del texto: **Emotional Intensity in Gifted Children** de Lesley Key Sword, *Gifted and Creative Services*, 2001 Australia (http://www.sengifted.org/articles_social/Sword_EmotionalIntensityInGiftedChildren.shtml)

II Jornadas de Alcagi de atención a las AACC

Alcagi, la asociación de AACC de Gipuzkoa ligada al colegio San Luis-La Salle de Donostia ha organizado las **II Jornadas sobre atención escolar a niñ@s de altas capacidades**.

Los ponentes y temas serán los siguientes: **Identificación de los niños y niñas de altas capacidades: un tema pendiente en el sistema educativo**, Javier Tourón Figueroa; **La vertiente emocional en los niños y niñas de altas capacidades**, Izaskun Etxebarria; **Evaluación y tratamiento de la creatividad en los centros educativos**, Cristina López Escribano y Vicente Montes Álvarez y **Los niños divergentes de altas capacidades**, Francisco Gaita Homar.

Estas II Jornadas están dirigidas a profesionales de la educación, profesores y orientadores de centros educativos. Se llevarán a cabo el jueves 13 y el viernes 14 de enero, de 9:30 a 13:30 de la mañana, en el barrio Bidebieta de Donostia, en Kutxazabal, Caserío Moneda, calle Serapio Mugika 10, junto al polideportivo.

El precio de las jornadas es de 20 euros y se puede realizar la preinscripción a través del siguiente correo electrónico: actividades.alcagi@gmail.com. Más información en www.alcagi.com.