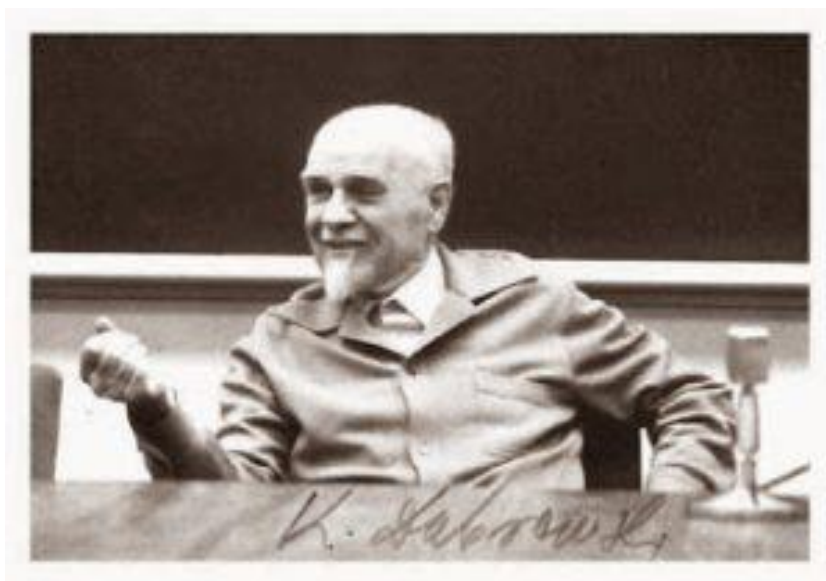


# La hiperexcitabilidad o hipersensibilidad de los niños superdotados de Dąbrowski



(Klarów, 1 de septiembre de 1902 - Varsovia, 26 de noviembre de 1980) fue un psicólogo, psiquiatra y médico polaco. Es mejor conocido por su teoría de la "desintegración positiva" como un mecanismo en el desarrollo de la personalidad. También fue un poeta que usó el seudónimo "Paul Cienin, Paweł Cienin".

El psicólogo polaco [Kazimierz Dąbrowski](#) identificó lo que llamó "sobreexcitabilidades" o "supersensibilidades": psicomotora, sensual, emocional, intelectual e imaginativa. Los niños superdotados tienden a tener más de una de estas intensidades, aunque una es usualmente dominante.

## Psicomotora

El principal signo de esta intensidad es una energía desbordada. La sobreexcitación psicomotriz es una de las supersensibilidades comunes en los niños prodigio, según Dąbrowski. Se caracteriza principalmente por altos niveles de energía. Los niños con esta sobreexcitación están en constante movimiento. Incluso necesitan menos sueño que otros niños y como adultos, son capaces de trabajar muchas horas sin cansarse.

Los niños con esta sobreexcitabilidad psicomotora también pueden ser mal diagnosticados como TDAH. Si bien pueden ser activos, son muy capaces de mantener la concentración enfocada a menos que sean estimulados mentalmente de forma insuficiente. La falta de estimulación mental puede ser un problema para estos niños en la escuela.

- Habla rápida
- Comportamiento impulsivo
- Competitividad
- Habla compulsiva
- Organización compulsiva
- Hábitos nerviosos y tics

- Preferencia por la acción rápida y los deportes
- Expresión física de las emociones
- Insomnio

## **Sensual**

El síntoma primario de esta intensidad es una consciencia elevada de los cinco sentidos: vista, olfato, gusto, tacto y oído. Los niños con sobreexcitabilidad sensual pueden sentirse mal por el olor de ciertos alimentos o siendo bebés detestarán caminar sobre el césped con los pies descalzos. El placer que obtienen de los sabores y texturas de algunos alimentos puede ocasionar que coman demás.

La sobreexcitabilidad sensual es una de las sobresensibilidades de Dąbrowski comunes en niños superdotados. Es reconocida por la respuesta intensificada a los cinco sentidos. También está marcada por la sensualidad intensificada, sexualidad, esteticismo y las ansias de admiración física.

Los niños con esta sobreexcitabilidad pueden tener respuestas positivas o negativas a la estimulación de sus sentidos. Pueden encontrar placer en el olor de la pintura — o puede hacerlos sentir descompuestos. Les puede encantar el tacto de materiales sedosos, pero se distraen cuando sienten la lana. Algunos padres tienen que cortar las etiquetas de la ropa porque la sensación de las mismas les molesta mucho a sus hijos.

Estos niños pueden también evitar sonidos fuertes, por ejemplo, poniendo sus manos sobre sus orejas en el cine. También se rehúsan a comer ciertos alimentos por su textura, o les pueden encantar otros por la misma razón. Además pueden ser increíblemente sensibles a diferencias mínimas en la composición química de los alimentos, pudiendo distinguir incluso pequeños cambios en una receta.

Los niños con sobreexcitabilidad sensual pueden emocionarse hasta las lágrimas por la belleza de una puesta de sol o de un poema, una canción o una pieza de arte. También pueden desear ser el centro de atención.

- Apreciación de la belleza, ya sea en la literatura, música, arte o naturaleza. Incluye el amor por objetos como joyas
- Sensible a los olores, sabores o texturas de los alimentos
- Sensible a la contaminación
- Sensibilidad táctil (Se disgustan por la sensación de algunos materiales en la piel, etiquetas de la ropa)
- Búsqueda del placer
- Necesidad o deseo de comodidad

## **Intelectual**

Esta intensidad es una de las más reconocidas en los niños superdotados. Se caracteriza por actividades mentales, del pensamiento y pensar sobre el pensamiento. Los niños que presentan esta intensidad parecen estar pensando todo el tiempo y desean respuestas a pensamientos profundos. Algunas veces su necesidad por respuestas los meterá en problemas en la escuela cuando sus preguntas al profesor pueden parecer poco respetuosas o desafiantes.

Aunque esta sobreexcitación se caracteriza por una actividad mental intensa y acelerada, no tiene que ver con el rendimiento académico. En cambio, tiene que ver con el amor a la verdad y la búsqueda de la comprensión.

Los signos de esta sobreexcitación son un alto nivel de curiosidad, concentración profunda, capacidad de esfuerzo intelectual sostenido, y una amplia variedad de intereses. Los niños con esta sobreexcitación tienden a ser ávidos lectores en su búsqueda de conocimiento. También son excelentes solucionadores de problemas y aman las estrategias.

Estos niños también hacen preguntas profundas y de sondeo, preguntas acerca de Dios, la muerte y el significado de la vida, por ejemplo. Son teóricos e introspectivos y pueden estar preocupados por ciertos problemas, a menudo los que planteen cuestiones morales.

La gente suele creer que la sobreexcitación intelectual es lo mismo que una gran inteligencia, pero no lo es. Los niños con una sobreexcitación intelectual tienden a estar interesados en eventos culturales, asuntos sociales, y el aprendizaje de nuevas teorías. Los niños sin esta sobreexcitación o con un menor grado de la misma, tienden a no tener tales intereses y en su lugar pueden sobresalir en la inteligencia práctica.

- Profunda curiosidad
- Amor al conocimiento y al aprendizaje
- Amor por resolver problemas
- Avidez por la lectura
- Formulación de preguntas agudas
- Pensamiento teórico
- Pensamiento analítico
- Pensamiento independiente
- Concentración, capacidad de mantener el esfuerzo intelectual

### **Imaginativa**

El indicador primario de esta intensidad es una imaginación sin restricciones. Sus imaginaciones pueden causarles visualizar la peor posibilidad de cualquier situación. Puede ahuyentarlos de correr riesgos o involucrarse en situaciones nuevas.

Se caracteriza por una imaginación rica, vívida y activa. Los niños que tienen esta sobreexcitabilidad tienen capacidades de visualización inusuales. Pueden tener sueños elaborados, a menudo en colores. Su imaginación puede conducir con frecuencia a vivir, en primera persona, las pesadillas .

Los niños con sobreexcitabilidad imaginativa pueden presentar dificultad para expresar sus pensamientos verbalmente porque a menudo piensan en imágenes, y cuando expresan sus pensamientos, lo hacen con tanto detalle que la idea central se pierde. De hecho, podría parecer que no tienen una idea central, sino que simplemente están describiendo lo que ven y piensan por el mero hecho de describirlo. Estos niños disfrutan de la poesía y del drama, no sólo leerla y observarlo, sino también escribirlos y participar en ellos.

Los niños pequeños exhiben esta sobreexcitabilidad a través de la invención de compañeros imaginarios. Los niños dotados son más propensos que otros niños a tener compañeros de juegos imaginarios y suelen tener más de uno. En lugar de un compañero, pueden crear familias enteras de personas imaginarias.

- Sueños vívidos
- Miedo a lo desconocido
- Buen sentido del humor
- Pensamiento mágico
- Amor por la poesía, música y arte dramático
- Amor por la fantasía
- Ensoñación
- Amigos imaginarios
- Visualización detallada

### **Emocional**

El síntoma primario de esta intensidad es una sensibilidad emocional excepcional. Los niños con una fuerte sobreexcitabilidad emocional a veces son diagnosticados erróneamente con trastorno bipolar u otros problemas y trastornos emocionales. A menudo son niños sobre los cuales la gente comentará: *«Es demasiado sensible para su propio bien»*.

La excitabilidad emocional es probablemente la más importante de las cinco sobreexcitaciones. Es más fácil de reconocer por los padres de los niños superdotados, porque estos niños muestran emociones exaltadas e intensas y respuestas emocionales a los acontecimientos y experiencias.

Los niños con esta sobreexcitabilidad emocional tienen la capacidad de emocionarse profundamente. Desarrollan fuertes vínculos con personas, lugares y cosas. Debido a su intensidad emocional, a menudo son acusados de exagerar o ser melodramáticos. Sin embargo, las emociones que sienten son reales. Para ellos, un grano de arena es realmente una montaña.

La sobreexcitabilidad emocional también se manifiesta en una profunda preocupación por los demás, así como en autocrítica y ansiedad. Incluso los niños pequeños dotados de alta sobreexcitabilidad emocional pueden mostrar su preocupación por el llanto de un bebé o la angustia de un compañero pequeño que ha sido herido o se molestó. Así de comprensivos como lo son para otros, parecen incapaces de sentir simpatía por ellos mismos. Por el contrario, tienden a ser muy autocríticos. También pueden sentir un profundo sentido de responsabilidad, lo cual puede llevar a sentimientos de fracaso y culpa.

No sólo estos niños empatizan con otros, sino que también sienten una conexión con los animales. Estos niños pueden convertirse en vegetarianos a una edad temprana, ya que no puede soportar comer lo que antes era una criatura viviente.

Mientras que su compasión y sentido de la responsabilidad pueden llevar a aquellos con una sobreexcitación emocional a ayudar a los demás, también pueden crearles problemas. Los niveles de ansiedad que experimentan pueden interferir con las tareas

simples, como las tareas domésticas o incluso terminar las tareas escolares. También pueden desarrollar síntomas psicósomáticos como dolores de estómago o sufrir de depresión.

La depresión que aquellos con sobreexcitabilidad emocional a menudo experimentan es la depresión existencial, lo que significa que se deprimen por cuestiones relativas a las cuestiones básicas de la vida: la muerte, la pobreza, la guerra y la enfermedad, por ejemplo. Episodios de depresión existencial pueden ser ocasionados por alguna experiencia específica, pero son igual de probables que surjan espontáneamente.

Los niños con sobreexcitabilidad emocional también tienen dificultades para adaptarse a los cambios y pueden experimentar altos niveles de ansiedad cuando se exponen a situaciones nuevas o ambientes desconocidos. También pueden ser tímidos y lentos para participar en actividades sociales.

Los niños no crecen fuera de esta sensibilidad. Un niño con intensos sentimientos emocionales experimentará la misma profundidad de emoción que un adulto.

- Emociones extremas
- Ansiedad
- Sentimientos de culpa y responsabilidad
- Sentimientos de incompetencia e inferioridad
- Timidez
- Soledad
- Preocupación por otros
- Alto sentido del bien y el mal, de la injusticia e hipocresía
- Poderosa memoria para los sentimientos
- Problemas para ajustarse al cambio
- Depresión
- Necesidad de seguridad
- Respuesta física a las emociones (dolores de estómago ocasionados por ansiedad, por ejemplo)

Los padres pueden tener una mejor comprensión de su hijo superdotado al comparar el comportamiento de su hijo con las características de cada una de estas intensidades. Decirle a un niño emocionalmente intenso que ignore burlas o no permitir que las burlas lo molesten es un consejo imposible de seguir por el niño. Entender lo que yace detrás del comportamiento del niño ayudará a los padres a responder mejor a ese comportamiento.

<http://altascapacidadesjaen.blogspot.com.es/2013/10/la-hiperexcitabilidad-o.html>

#### **Enlaces relacionados:**

<https://cristinasilvente.wordpress.com/2013/04/25/sobreexcitabilidad-y-superdotados/>

<http://padres-tag.blogspot.com.es/2015/07/hipersensibilidad-en-los-ninos-de-altas.html>

<https://aacclarebeliondeltalento.com/2015/11/29/las-personas-altamente-sensibles-una-condicion-poco-comprendida/>