

Estudio sobre la Alta Sensibilidad en niños de Altas Capacidades

La Alta Sensibilidad es un rasgo que posee en torno a un 20% de la población. Es decir, hablamos de 2 de cada diez personas escogidas al azar. Se trata de una facilidad para recibir información del exterior, es decir, las personas altamente sensibles (PAS), niños y adultos, son capaces de darse cuenta de detalles de alrededor que otras muchas personas no perciben. Según Elaine Aron, la primera investigadora que desarrolló trabajos sobre la Alta Sensibilidad, este rasgo se caracteriza por cuatro factores:

1. Profundidad de procesamiento, caracterizado por una capacidad superior para reflexionar y razonar la información que recibimos. Hablaríamos de la persona que piensa mucho acerca de tomar una decisión antes de pasar a la acción.
2. Reactividad emocionalidad y empatía, lo que hace que se reaccione de una manera emocionalmente intensa ante los diferentes eventos de nuestra vida, tanto positivos como negativos. El niño que llora porque se han metido con su mejor amigo.
3. Sobreestimulación, en la medida que la facilidad para percibir y procesar muchos estímulos de alrededor genera una especie de sobrecarga (el caso del niño que se sobresalta con los ruidos fuertes, o la persona que escapa de los lugares muy concurridos).
4. Sensibilidad de las sutilezas, que es la capacidad de apreciar pequeños detalles del ambiente que pasan desapercibidos para otras personas, como ligeros olores, detalles visuales, entender el estado de ánimo de una persona que lo está tratando de ocultar, etc.

Ante todo, la Alta Sensibilidad no es un trastorno psicológico, ni un fallo del sistema nervioso que evita que se adecúe bien la información recibida. Es un rasgo, que forma parte de la persona, y que lo hará durante toda su vida. Entraña aspectos positivos y también negativos, sin embargo, suelen ser estos segundos los que más suele tener en cuenta la persona de Alta Sensibilidad. Por ello, el acompañamiento psicológico es necesario para aprender a conocer este rasgo, apreciar las oportunidades que supone y ofrece, y dotar a la persona de herramientas para superar los retos que se puede encontrar en cada uno de estos cuatro niveles que componen el rasgo.

¿Se relaciona la Alta Sensibilidad con las Altas Capacidades?

Altas Capacidades y Alta Sensibilidad no significan lo mismo, ni van siempre de la mano. La proporción de los primeros en la población es del 2%, y de los segundos del 20%, aproximadamente. Por tanto, no todas las personas de Alta Sensibilidad son de Altas Capacidades, y muy importante, no todos los niños y adultos de Altas Capacidades tienen que

ser altamente sensibles. Se puede confundir la mayor capacidad de procesamiento, así como la sensibilidad a las sutilezas con una mayor inteligencia, pero no son el mismo aspecto.

Aun así, en Centro Ayalga nos encontramos con muchos casos de Alta Sensibilidad cuando elaboramos un diagnóstico de Altas Capacidades. Esto nos ha motivado para llevar a cabo un estudio donde conociéramos de manera más concreta cómo se da ese perfil de niños altamente sensibles en los casos de Alta Capacidad.

Método

Muestra y procedimiento

La muestra está compuesta de XX niños (51 niños y 27 niñas) de Altas Capacidades de Asturias y Cantabria. Las edades están comprendidas entre los 3 y los 14 años (media de 7.68; DT=2.419). La forma de responder ha sido por medio de las familias, administrando a los padres o cuidadores de los niños dos cuestionarios, uno el Test de Alta Sensibilidad de Elaine Aron, y el OEQ-II (Cuestionario de Sobre-excitabilidades para niños Superdotados).

Materiales

Cuestionario de Alta Sensibilidad de Elaine Aron

El cuestionario de Alta Sensibilidad de Elaine Aron mide diferentes indicadores de la alta sensibilidad en un total de 23 ítems con formato de respuesta dicotómico (Verdadero o Falso). El test para niños está diseñado para ser respondido por los padres o adultos a cargo del niño, según su percepción del mismo.

Cuestionario OEQ-II

El cuestionario OEQ-II, Over Excitabilities Questionnaire (Falk, Miller, Silverman y Piechowski, 1999), traducido al castellano y validado para la población española por Pardo (2002), mide los cinco tipos de sobre-excitabilidades psíquicas de las personas de Altas Capacidades, siguiendo la teoría de Dabrowski (1967). Estas serían cinco: intelectual, psicomotora, emocional, sensitiva e imaginativa. La escala está formada por 50 ítems con formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos. Es decir, a cada una de las 50 preguntas planteadas, la persona puede responder desde 0 (No) hasta 4 (Mucho). Para este estudio, se ha escogido la subescala de sobre-excitabilidades emocionales, comprendida por los siguientes 10 ítems, los cuales se han adaptado para ser respondidos por los padres o cuidadores de los niños:

6. Comprendo lo que sienten los demás

- 9. Me preocupo mucho por todo
- 11. Ver una persona apartada en un grupo me entristece
- 17. Puedo sentirme tan feliz que quiero reír y llorar al mismo tiempo
- 26. Tengo fuertes sentimientos de alegría, enfado, emoción y desesperación
- 31. Me preocupo profundamente por los demás
- 35. Cuando siento fuertes emociones lloro
- 41. Puedo sentir una mezcla de emociones distintas al mismo tiempo
- 44. Soy una persona fría (que casi no demuestra sus sentimientos)
- 49. Todo lo que me sucede me afecta mucho, las cosas buenas y las malas

Análisis de datos

Se ha llevado a cabo un análisis descriptivo de la escala de Alta Sensibilidad de Elaine Aron y de la escala OEQ-II. Para ello, se han calculado el mínimo, máximo, media y desviación típicas de cada escala. También se ha hecho un análisis de las respuestas a los ítems para conocer cuáles son los que mayores respuestas positivas, en el caso de la escala AS, como de puntuación máxima, en el caso de la OEQ-II que se han obtenido.

A continuación, se han realizado análisis univariados y multivariados con las puntuaciones en las escalas. Se ha calculado el coeficiente de correlación de Pearson entre ambas pruebas, para conocer si las respuestas a ambas son convergentes, y una diferencia de medias para los niños y las niñas, con el fin de determinar si hay diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos.

Resultados

Estadísticos descriptivos

En el test de Elaine Aron obtenemos una puntuación media de 17.65, con una desviación típica de 2.95. Según la autora, obtener una puntuación de 13, es decir, contestar 13 preguntas con la opción “Verdadero”, indica que hay muchas probabilidades de que el niño o niña sea de Alta Sensibilidad. En la muestra, tan solo 4 respuestas son de menos de 13 puntos. La moda, al igual que la media, se sitúa en 17.

En cuanto a la prueba OEQ-II, cada ítem puntúa entre 0 y 4. Obteniendo la suma de todos los ítems para cada sujeto, el mínimo obtenido es de 18 y el máximo 36, con una media de 27.94 y una desviación típica de 4.76.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar	Varianza
Test de Elaine Aron	78	10	23	17,65	2,958	8,749
OEQ-II	78	18,00	36,00	27,9487	4,76703	22,725

Análisis de las respuestas a los ítems

¿Qué ítems son los que han obtenido un mayor número de respuestas “Verdadero” entre los niños que han participado en el estudio? La Tabla 2 recoge estas frecuencias, y la Tabla 3, el total de ítems del OEQ-II en donde se ha obtenido una puntuación máxima, es decir, un 4.

Tabla 2. Ítems con mayor número de respuestas Verdadero en Test de Elaine Aron

Ítem	N
23. Lo siente todo profundamente	73
6. Utiliza palabras que no se corresponden a su edad	71
13. Hace montones de preguntas	71
4. Aprende mejor a través de un correctivo suave que mediante un fuerte castigo	71
17. Hace preguntas profundas y sugerentes	70
8. Tiene un ingenioso sentido del humor	68
1. Se sobresalta con facilidad	66
20. Se percata de cosas muy sutiles (que algo haya cambiado de lugar, un cambio de aspecto en una persona, etc.)	66

Tabla 3. Ítems con mayor número de respuesta 4 en OEQ-II

Ítem	N
26. Tengo fuertes sentimientos de alegría, enfado, emoción y desesperación	55
49. Todo lo que me sucede me afecta mucho, las cosas buenas y las malas	43
35. Cuando siento fuertes emociones lloro	36
9. Me preocupo mucho por todo	35

Análisis multivariados

Como se puede observar en la Tabla 4, la escala de Elaine Aron y la prueba OEQ-II presentan un coeficiente de correlación de .39, siendo esta estadísticamente significativa ($p < .01$). Por lo tanto, una persona que puntúa alto en el test de Elaine Aron, tiende a puntuar alto también en el OEQ-II. Con este valor, se considera que la correlación entre ambas escalas es moderada.

Tabla 4. Correlación entre las dos escalas

	Test de Elaine Aron	OEQ-II
Test de Elaine Aron	1	,390**
OEQ-II	,390**	1

Nota: ** $p < .01$

Con respecto a las diferencias entre niños y niñas, los resultados de la prueba T de diferencia de medias se pueden observar en la Tabla 5. Aunque la puntuación media de niños y de niñas es muy similar para ambas escalas (ver Tabla 5), se considera que las diferencias en cada una son estadísticamente significativas ($t = -2.275$; $p < .05$ para OEQ-II y $t = -2.170$; $p < .05$ para Test de Elaine Aron, Tabla 6). La prueba t tiene en cuenta tanto el valor de la media como la varianza intragrupo de cada sexo.

Tabla 5. Medias y DT en el total de las escalas

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Test de Elaine Aron	Varón	51	17,14	2,779	,389
	Mujer	27	18,63	3,090	,595
OEQ-II	Varón	51	27,08	4,707	,659

Mujer 27 29,59 4,517 ,869

Tabla 6. Prueba T de diferencia de medias para muestras independientes

	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias			
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias
Test de Elaine Aron	,322	,572	-2,170*	76	,033	-1,492
OEQ-II	1,119	,294	-2,275*	76	,026	-2,514

Nota: *Se asumen varianzas iguales

Discusión y conclusiones

Con los resultados obtenidos en las diferentes pruebas, se concluye que los niños y niñas de Altas Capacidades puntúan, por lo general, alto en las dos escalas que miden Alta Sensibilidad.

Tal y como indica Elaine Aron con respecto a su test, con 13 o más preguntas respondidas como Verdadero, estamos ante una alta probabilidad de que el niño o niña sea de Alta Sensibilidad (Aron, 2002). Sin embargo, no hay ninguna prueba psicológica que detecte este rasgo de manera precisa, pues a veces ocurre que puntúan alto en pocos ítems, pero la situación descrita en ellos se de una manera muy intensa, y en ese caso también se debería valorar la posibilidad de que la persona sea de Alta Sensibilidad. Lo mismo pasa con la prueba para adultos, creado por la misma autora.

Como decíamos al inicio, Alta Capacidad y Alta Sensibilidad no van necesariamente de la mano. Los perfiles de Alta Capacidad son muy diversos, y cada niño, adolescente o adulto son distintos. Sin embargo, sí que se observa una presencia de elevada magnitud de la Alta Sensibilidad entre los niños y niñas de Altas Capacidades. En la muestra estudiada, tan solo un 5% no puntuó 13 en las preguntas del test de Elaine Aron.

Con respecto a las diferencias entre niños y niñas, las investigaciones de Aron concluyen que este rasgo está presente en la misma proporción entre niños y niñas. Sin embargo, ¿se da de la misma manera en ambos sexos? En este estudio se observa una puntuación media significativamente más alta en niñas, si atendemos a criterios estadísticos. ¿Quiere decir esto que las niñas son de manera innata y natural más sensibles que los niños? En realidad, no se encontraría la respuesta en términos biológicos, sino que habría que acudir a una causa cultural, bastante más consistente con los resultados. En la socialización de las niñas, estas aprenden mejor a aceptar y expresar sus emociones, tanto por observación de otras mujeres, lo que se conoce como aprendizaje vicario, como por lo que se refuerza este tipo de conductas. Sin embargo, los niños aprenden que sus emociones deben ser, en cierta manera, reprimidas y no compartidas. De ahí se observan mayores niveles de Inteligencia Emocional en mujeres (Sánchez Núñez et al., 2008) y un mayor uso de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, como es la expresión emocional o el uso de apoyo social, por parte de las mujeres (Matud, 2004). De esta manera, también las niñas pueden mostrar una mayor consciencia de la experimentación de sus emociones. Pero todo eso no quiere decir que los niños no las sientan, sino que este panorama de socialización puede dificultar su percepción de las mismas.

En cuanto a los ítems que más veces han sido respondidos con la opción Verdadero en el test de Elaine Aron, vemos que se encuentran aquellos rasgos más propios de niños de Altas Capacidades, como el hacer muchas preguntas, que estas sean profundas o el uso de un vocabulario elevado para su edad.

En cuanto al OEQ-II, encontramos niños y niñas que se preocupan en profundidad por las diferentes situaciones a las que se enfrentan en su vida. Los ítems con mayor frecuencia de respuestas máximas responden también a una vivencia muy intensa de las emociones, llegando a provocar expresiones externas de las mismas, como el llanto.

Pero, como expresa la doctora Aron en sus publicaciones, así como se observa en la práctica clínica con niños y adultos de Alta Sensibilidad, este rasgo debe ser correctamente identificado y gestionado. Es decir, el ambiente en el que nos desenvolvemos a diario no es muy favorable para las personas altamente sensibles. Un ejemplo claro es cuando se trata de niños que se sienten muy abrumados en presencia de grandes grupos de personas o con un alto nivel de ruido alrededor. Esto les supone malestar en ciertas situaciones concretas, por ejemplo, en casa no les ocurrirá, pero en la escuela tienen que pasar varias horas seguidas en aulas con otros

veinte niños que generalmente causan cierto alboroto. Otro ejemplo, y volviendo al tema de los varones, llorar en público siendo un niño nos conllevará, en muchas ocasiones, burlas por parte de los compañeros. ¿Son estos dos posibles aspectos de la sensibilidad negativos por sí mismos? No. ¿Generan alteraciones en la vida de los niños? Muchas veces, sí.

Por otro lado, la preocupación intensa por las vivencias que experimentan ellos mismos o las personas de su alrededor, les genera un malestar considerable. Es por eso que se recomienda contar con ayuda psicológica profesional para ayudar al niño o niña, y también en los adultos, a conocer su rasgo y ayudarle a valorarlo y enseñarle a gestionar las situaciones de conflicto interno y externo que puedan estar generando sufrimiento en la persona. Así mismo, la identificación de un niño o niña como persona altamente sensible supone, en muchos casos, una ayuda indirecta a la familia, donde se suele descubrir que padre, madre, abuelos o hermanos también son de Alta Sensibilidad.