

SALUD LABORAL

nº 563

El síndrome de Procasto

Intolerancia a la diferencia



La incapacidad para reconocer como válidas ideas de otros, el miedo a ser superado profesional o personalmente, la generalizada envidia... todo ello nos puede llevar a eludir responsabilidades, tomar malas decisiones y frenar las iniciativas, aportaciones e ideas de aquellos que pueden dejarnos en evidencia.

Hablamos del *Síndrome de Procasto*, un nombre de origen mitológico que retrata una figura que resulta nefasta para cualquier organización o sociedad.

¿Dónde nace este mito?

Procasto o Damastes era uno de los hijos del dios Poseidón, según narra la mitología griega. Trabajaba como posadero del Ática en lo alto de las colinas, ofreciendo alojamiento a los viajeros solitarios. Una vez que entraban en su casa, eran invitados a tumbarse en una cama de hierro. Después de atarles y amordazarles, les cortaba las partes del cuerpo que sobresalían de la estructura para que cubrieran la cama si eran de estatura pequeña. Esta historia terrorífica no acabó hasta que Teseo mató a Procasto.

¿Qué tipo de personas lo padecen?

Por lo general, se da en personas con un elevado nivel de frustración y poca sensación de control, teniendo una autoestima baja o lábil. También puede ocurrir el caso contrario, una persona con una autoestima exagerada hasta límites casi narcisistas que vea que otros destacan y son más tenidos en cuenta que ellos mismos. Estas personas se caracterizan por ser grandes manipuladores, aunque no todos son conscientes de ello.

Quien ejerce esta actitud puede llevarla a cabo tanto de manera consciente como inconsciente.

Inconscientes de sus actos

- Les afecta emocionalmente cuando otra persona tiene razón y ellos no.
- Creen que son empáticos, pero en realidad juzgan desde su egocentrismo las reacciones de otros.
- Suelen hablar de trabajo en equipo, escucha, tolerancia, intercambio de idea..., pero siempre como argumentos para ser escuchados, no para escuchar.

Conscientes de sus actos

- Tienen miedo de conocer a personas proactivas, que tienen más conocimientos, capacidades o iniciativas que ellos. Si lo encuentran, les invade una sensación de desconfianza y malestar.
- Enfocan sus energías en limitar las capacidades, creatividad e iniciativa de otros para que no queden en evidencia sus propias carencias.
- Son capaces de modificar su posicionamiento inicial si con ello deslegitiman al otro.
- Suelen buscar la complicidad de otros para, entre todos, acabar con aquel que destaque más que ellos.

De este modo, se establecen actitudes de discriminación e incluso cierto nivel de acoso hacia la persona que sobresale, se ignoran o tergiversan sus ideas y se critican los intentos de proactividad y creatividad.

A menudo el contacto entre ambos sujetos pretende ser correcto, sin manifestarse aparentemente ningún tipo de conflicto de manera directa, si bien las relaciones tienden a deteriorarse con el tiempo.



Ámbitos en los que se observa

El *Síndrome de Procusto* puede observarse en cualquier entorno. Algunos de los ámbitos en los que resulta visible son los siguientes:

Ámbito académico

Quien sobresale es muchas veces mal considerado, tanto por algunos de sus compañeros como por los propios docentes. De hecho, en la infancia muchos superdotados se esfuerzan por obtener calificaciones dentro de la media precisamente para no sentirse menospreciados.

En algunos casos, se ha visto cómo alumnos y docentes han criticado y humillado públicamente a otros debido a que han podido sentirse inferiores en capacidades. Esto puede ocurrir incluso en la relación profesor-alumno cuando el primero tiene una baja autoestima. Se provoca así un ambiente que puede llegar a generar acoso y limitación de las capacidades.

Ámbito laboral

Es el ámbito en el que este síndrome puede resultar más evidente, al existir una gran competitividad y ser posible que otras personas más preparadas o con mejores capacidades resulten más aptas para el propio

puesto. En el ámbito laboral se intenta que la persona que sobresale no lo haga, minusvalorando sus aportaciones o incluso apropiándose de ellas, estableciendo un excesivo nivel de control sobre el sujeto en cuestión; en algunos casos, se extienden rumores respecto a su persona o su trabajo con el fin de desacreditarla.

Para la empresa, el *Síndrome de Procusto* supone un perjuicio evidente, al no permitir la potenciación de las capacidades y de los recursos de la empresa y supone una dificultad añadida a la hora de expandirse y gozar de éxito. Se dificulta el trabajo en equipo, genera tensiones y problemas de salud y bienestar corporativo. Este clima de tensión es claramente perjudicial tanto para las personas implicadas como para la institución a la que representan. Lastra el desarrollo de las capacidades de los empleados más brillantes y desaprovecha los recursos de la empresa.

Ámbito personal

También puede extenderse a lo personal. En estos casos, familia, amigos o parejas son criticados constantemente; los fracasos y el malestar que pueda sentir la persona son vistos como una amenaza y producen cierto nivel de alegría y satisfacción (si bien en ocasiones puede verse empañada por la culpabilidad cuando se hace de forma inconsciente).

Tanto la persona con *Síndrome de Procusto* como la víctima se verán afectadas, causando una relación tóxica si es que esta llega a producirse.

El miedo a verse superado lleva a muchas personas a vivir en una continua mediocridad, donde ellos no avanzan pero tam-

poco permiten que otros lo hagan.

Roban tus sueños y tus energías... Y, ¡cuidado!, todos conocemos a alguien así.

El Síndrome de Procusto se da, normalmente, hacia personas que pueden estar por encima, pero en ocasiones también se rechaza a las que considera tienen menores capacidades que las propias.

Imma Badia Camprubí
Secretaria de Acción Sindical
y Salud Laboral de FEUSO

