



Asociación Española de **Hipnosis**

Los **J**ueves de la **H**ipnosis

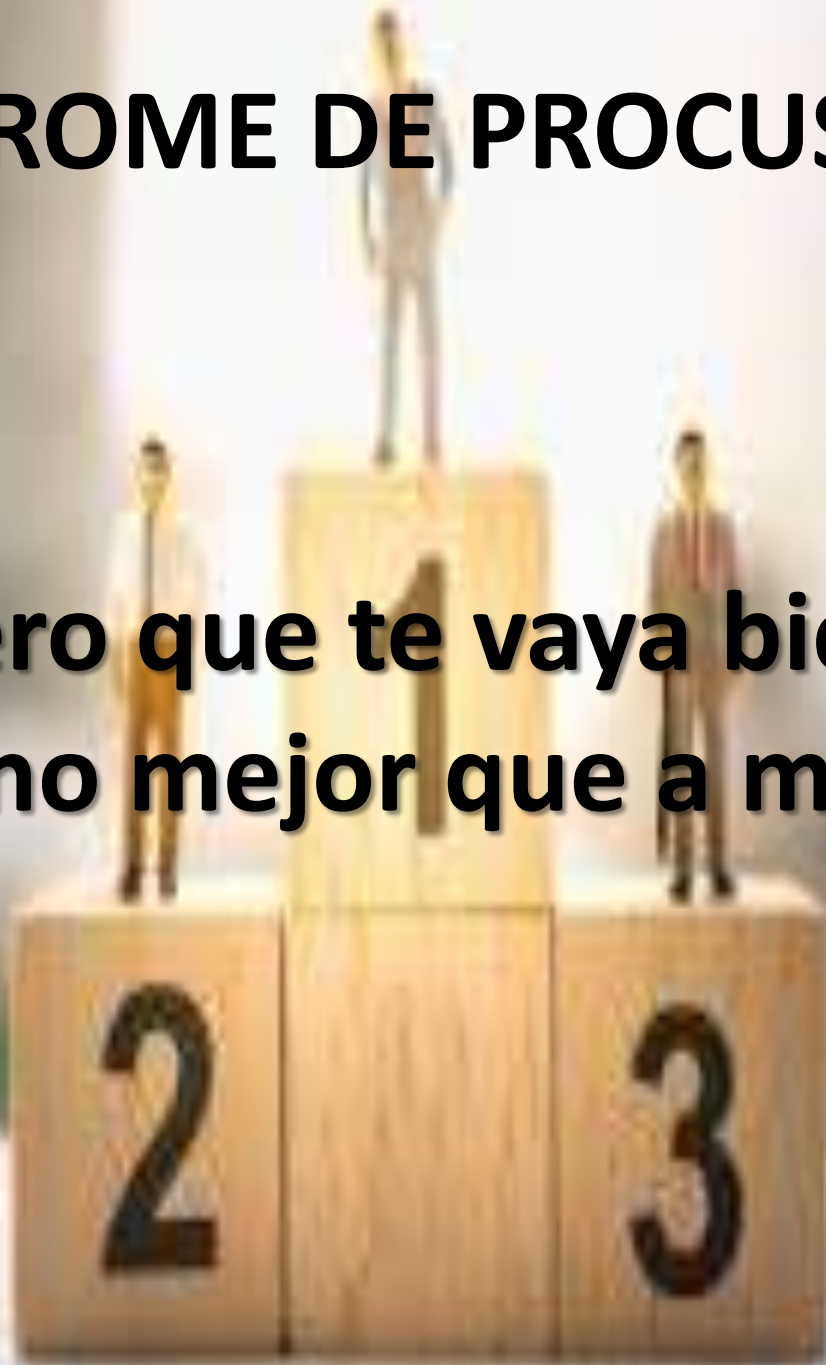
Hipnosis y


Síndrome de Procusto

Dra. M^a Luisa Monfort

SINDROME DE PROCUSTO

**"Quiero que te vaya bien
pero no mejor que a mí"**





a menudo se desprecia al que sobresale en algún talento o habilidad.

Se trata del

síndrome de Procasto,

-¿Qué es el síndrome de Procusto?

- Condición psicológica que posee una persona cuando sufre miedo
- **se establecen actitudes de discriminación e incluso cierto nivel de acoso**
- **las relaciones tienden a deteriorarse con el tiempo**



Origen del nombre: el mito griego de Procasto

- Del griego antiguo,

Procastes (estirador),
Procoptas (controlador)
Damastes, (avasallador) y
Polipemon (muchos daños)

Este mito refleja la presión a la
uniformidad
así como la actitud inicialmente afectuosa
y acogedora





Origen del nombre: el mito griego de Procasto

"El que funda" Un semidiós, hijo milagroso de Poseidón





CAMA DE PROCUSTO

@Anti.Fragil

la «cama procrustea»

o

"Hacerle la cama a alguien"





Ámbitos en lo que se observa



Académico

quien sobresale es muchas veces mal considerado, debido a que han podido sentirse inferiores en capacidades

Laboral

existir una gran competitividad en el mercado
minusvalorando sus aportaciones o apropiándose de ellas
Se dificulta el trabajo en equipo

Personal

familia, amigos o parejas van a ser criticados constantemente
evitarán posibles parejas más atractivas o inteligentes que ellas



Aplicación del término en el campo de las Ciencias.

Matemáticas

Un lecho (o cama) de Procusto es una norma arbitraria// falacia pseudocientífica matemática, el análisis de Procusto y la transformación euclidiana

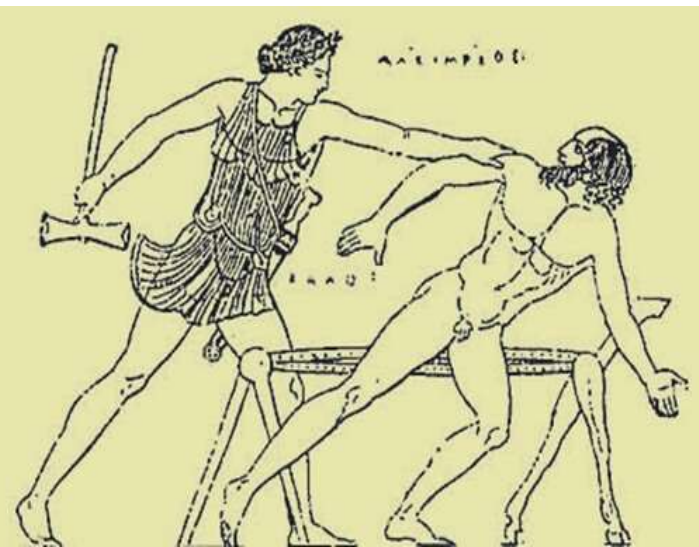
Informática

Una **cadena procustea**

El término se hizo popular el manual de usuario del Sinclair ZX81

Arquitectura

se denomina **procústeo** a aquello opuesto a lo ergonómico



la persona quien debe adaptarse a los objetos y no al revés



Incorporación a un nuevo trabajo

"Hablar mal de mí, no te hace mejor a ti"



- Intolerancia a la diferencia.
- Fundidores de sueños
- En contra de la innovación.
- Carecen de flexibilidad.
- Cambio percibido como amenaza.
- Distorsión de la realidad.
- miedo a verse superados
- Buscarán aliados para ponerlos en tu contra .
- **Suelen generar ambiente tóxico**



Quienes lo manifiestan

- poca sensación de control, teniendo una autoestima baja o lábil.
- con una autoestima exagerada hasta límites casi narcisistas

INCONSCIENTES DE SUS ACTOS

-
- Se afectan 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.
- Tienen a pensar que su punto de vista es el correcto y que son los demás quienes deben adaptarse a ellos. Presentan el llamado "imán social" ya que un narcisista o similar, puede resultar atractivo.
-

CONSCIENTES DE SUS ACTOS

- Tratan de producir directamente un perjuicio a la persona sobresaliente al verse amenazados, a través de la disonancia cognitiva y el autoengaño
- Tienen miedo de conocer personas a las que les va bien, son proactivas, tienen más conocimientos, capacidades o iniciativas que ellos. Si los 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, no porque cambien de opinión.
- Suelen buscar la complicidad de otros para, entre todos, acabar con aquel que destaque más que ellos.



TRATAMIENTO- LA HIPNOSIS

**Cabeza de Bronce de Hypnos –
Museo Británico**



Las sesiones de Hipnosis



Las sesiones de hipnosis se orientarán con estos fines:

A los propios procustos.

- Encontrar el origen de su tendencia: Alteraciones en la autoestima, inseguridad, malos tratos, abusos, sobre todo en la infancia.
- Modificar su comportamiento. Puede llevar mucho tiempo y esfuerzo.
- Tratar a la familia, si está indicado.

A las personas sometidas o expuestas a un Procusto

- Aliviar la ansiedad y angustia por mobbing, acoso, sevicias...
- Favorecer la asertividad y la resiliencia para no caer en respuestas equivocadas cuando aparece una persona de perfil Procusto...
- Anular una posible tendencia al sometimiento o la dependencia.

Hay que mencionar a los psicólogos de empresa.

- Estar alerta sobre estas posibilidades.
- Proponer tratamiento o prevención con hipnosis.



Asociación Española de **Hipnosis**

Los **J**ueves de la **H**ipnosis

Hipnosis y

Síndrome de Procusto

Dra. M^a Luisa Monfort