



Enredas o te llevan enredado?

Por: Teddy Alonso Rodríguez, Psicólogo

INSPIRA Mental Health Management Inc.

Cuidado con los “Mr. Magoo” de la Vida

No es la primera vez que recuerdo aquel personaje de la televisión animada que tanto disfrute en mi niñez: “**Mr. Magoo**”. Ese personaje miope que andaba por los sitios mas peligrosos, estropeaba todo lo que encontraba en su camino y siempre resultaba airoso.



Lo recuerdo cada vez que trato de ayudar a personas afectadas por seres queridos, compañeros/as de trabajo o desconocidos. Cada vez que escucho la frase “no fue mi intención”, “no se porque se enojó conmigo” o “no se como me puede hacer daño y seguir como si nada hubiese pasado”. Eso es lo que ahora llamo el síndrome de “**Mr. Magoo**”. Cuando una persona se afecta o afecta a otros por tener una ceguera con respecto a su actitud o comportamiento. Los “**Mr. Magoo**” de la vida son aquellos que atraviesan el camino de otros, se los llevan enredados y continúan andando como si no hubiese pasado nada.

¿Has sido víctima en alguna ocasión de este tipo de persona?

Muchas veces, esa conducta de acciones ciegas e inconscientes se presentan de manera automática e irreconocible por aquel o aquella que las lleva a cabo. Pero también, quien ha sido víctima de este efecto, podría estar aportando a la continuación del mismo si no lo comunica efectivamente.

¿Como surge este Síndrome?

Es muy sencillo, nuestro entorno lo propicia. Socialmente hemos desarrollado una actitud de sobrevivencia ante un ambiente de competencia, manipulación y maltrato emocional. Las presiones que enfrentamos diariamente en los diversos ambientes que nos movemos podrían llevarnos inconcientemente a una lucha sin justa causa, desarrollando un estilo de negación ante nuestras faltas y justificación de nuestros actos.

¿Que puedes hacer para erradicar este síndrome de tu vida?

En primer lugar; debes aceptar que tu también puedes ser un “**Mr. Magoo**” en la vida de otros. Reflexiona a través de un ejercicio de consciencia (auto evaluación), para que puedas comenzar tu proceso de eliminación de conducta.

En segundo lugar; trata de encontrarte con las manos en la masa, es decir, reconocer inmediatamente que realices la conducta, que estás actuando ciegamente. No olvides que el mejor indicador para reconocerlo, es la empatía. Los indios norteamericanos, nos dicen... *“No juzgues a nadie hasta que no te metas en sus mocasines y camines al menos tres lunas con ellos.”* Si sientes algo incomodo en tu persona y especialmente en tus emociones, ese debe ser el termómetro a usar para reconocer la conducta inadecuada. Este principio relacionado con la empatía, nos permite crear conciencia para caer en tiempo y hacer un alto.

En tercer lugar; debes añadir un nuevo paradigma a tu vida conocido como la regla de oro...

“Así que, todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos.” (Mt 7:12)

Esta regla de oro funciona de maravilla, no solamente con el manejo de los “**Mr. Magoos**”, sino con otros eventos de solidaridad que debemos promover en nuestra sociedad. Eventos donde se presentan ciertos niveles de violencia, que en ocasiones los provocan algunos “**Mr. Magoos**”, que no han tenido la oportunidad de autoevaluarse; reconocer que necesitan la dirección y el apoyo para el cambio; y aceptar un compromiso de obtener nuevos lentes para la vida.

Adopta sólo lo positivo e incorpora su lema: Sobrevivir a los desastres con una sonrisa y siempre con buena onda.

Llámanos, queremos servirte... 1-800-284-9515

<http://www.inspirapr.com>