

INTRO PSICOLOGIA



¡NO QUIERO SER Invisible!

En las empresas, en las familias, en los grupos... hay personas que parece que no existan. Otras desaparecen deliberadamente. ¿Qué podemos hacer para no ignorarlas?
Por **Ferran Ramon-Cortés**. Ilustración de **Miluca Sanz**

Un consejero de un Gobierno autonómico fue a una inauguración y, como suele ocurrir en estos casos, a su llegada se encontró con un grupo de empresarios que le esperaban. Tras salir de su automóvil, los fue saludando uno por uno, al tiempo que cada uno de ellos se presentaba indicando su nombre y el nombre de la empresa a la que representaba.

Al llegar a la última persona del grupo, el consejero le dio la mano y con semblante interrogativo esperó a que se presentase. Visiblemente turbada, la persona en cuestión le dijo: "Consejero, soy su asistente de prensa. Lo acompaño a los actos este fin de semana".

La anécdota no tendría mayor trascendencia si no fuera por el hecho de

que el asistente de prensa no era nuevo: llevaba casi dos años trabajando para el consejero.

Todos tenemos a nuestro alrededor gente invisible: son personas que están allí, que existen, pero que nos pasan totalmente inadvertidas o simplemente ignoramos su presencia.

Son personas con las que no hablamos, con las que no contamos, que no sabríamos decir si estaban o no estaban en un determinado evento, o que nos olvidamos de citar cuando rememoramos un proyecto, una cena o un encuentro.

Nos ocurre con personas del trabajo, pero también con amigos, o incluso con la propia familia. Son nuestros *invisibles*.

Todos tenemos nuestra particular lista, que podríamos fácilmente confeccio-

nar si nos paramos a pensar en ello. Y deberíamos hacerlo, tomar conciencia de que la tenemos, por las implicaciones que tiene para las personas que figuran en ella. Tenemos en esta lista y en primer lugar las personas a las que nosotros hemos hecho invisibles. Son personas a las que, muy a su pesar, no prestamos ninguna atención. Pasamos por su lado sin saludarlas, no contamos con ellas para nuestros proyectos, no sabemos con exactitud lo que hacen y mucho menos quiénes son.

CONVERTIDOS EN 'INVISIBLES'
"El peor pecado contra el prójimo no consiste en odiarle, sino en mirarle con indiferencia"
(George Bernard Shaw)

Ellas no han elegido ser invisibles, pero nuestro comportamiento las hace sentir como tales, y es importante saber que tiene sus consecuencias tanto para la persona como para nuestra relación con ella. En el plano personal, la persona invisible puede ver gravemente afectada su autoestima (los invisibles, especialmente en los grupos escolares, lo pasan muy mal). Y a nivel relacional, ignorar a alguien es un mensaje muy claro: no nos importa. Como reza el dicho, la peor ofensa es la ignorancia.

Es cierto que la mayoría de las veces hacemos a la gente invisible sin darnos cuenta, a menudo simplemente porque obviemos aquella comunicación de cortesía que tiene como misión reconocer la presencia de los otros; así, no saludar por la mañana, o no decir adiós cuando marchamos por la tarde, contribuye a generar la invisibilidad de la gente que nos rodea. La comunicación de cortesía está en horas bajas, y nos la saltamos a menudo, justificándolo con las prisas o con la concentración en nuestros asuntos, pero el hecho real es que estamos ignorando a personas que tenemos a nuestro alrededor.

También es cierto que hay personas que se hacen más invisibles que otras a los ojos de los demás, porque son discretas, porque no les gusta llamar la atención ni aparecer en la foto. Puede ser una actitud absolutamente consciente y de-



“Hay que recuperar y multiplicar aquella comunicación que reconoce la presencia de los otros: saludar, sonreír, mirar a los ojos...”

seada, pero puede también esconder una cierta inseguridad personal o baja autoestima. Si este es el caso, ayudarlas a estar presentes será fundamental. Dirigirse a ellas directamente haciéndoles ver que han captado nuestra atención les ayudará. Pasar inadvertido a los ojos de los demás puede vivirse mal. Al fin y al cabo, como afirmaba Mae West, “es mejor ser examinado que ignorado”.

Pero en nuestra lista de *invisibles* tendremos también una serie de personas que tienen una habilidad especial para desaparecer en el momento oportuno, para hacerse ellas deliberadamente invisibles. Son esas personas que cuando hay un problema, cuando hay que arriar el hombro, desaparecen del mapa sin que quede rastro de ellas.

Lo hacen para ahorrarse trabajo o disgustos, desarrollando una habilidad especial para escabullirse de los problemas. Mi generación aprendió la técnica en la *mili*, donde lo mejor que podía pasarte es que no existieras a los ojos de nadie, especialmente de los mandos.

Son personas capaces de ocupar un lugar de trabajo sin que nadie sepa a ciencia cierta qué es lo que hacen, y lo que es todavía más sorprendente: sin que nadie se lo pregunte. Son maestros en el arte de fingir estar ocupados y de eludir las responsabilidades. En todos estos casos, nuestra actuación consistirá en no hacerles el juego, en no ponerles las cosas fáciles y, por tanto, en resaltar su presencia siempre que sea posible.

Y finalmente hay también puestos de trabajo tendentes a la invisibilidad. En este caso no son las personas que los ocupan las que se hacen invisibles, sino que por la naturaleza de su tarea tendemos a hacerlas invisibles entre todos. Sugiero al lector que realice una prueba: que vaya a un edificio de oficinas a la hora de entrada o de salida, que se siente en algún rincón en el que tenga el conserje a la vista y que observe qué porcentaje de los atareados oficinistas que entran o salen y que pasan a un palmo de él le dirigen un saludo o simplemente le hacen un mínimo gesto que confirme que han percibido su presencia.

También es destacable cómo se llega a sorprender aquella persona a la que saludamos de forma ostensible y hace horas que nadie lo hace o está acostumbrada a que nadie lo haga normalmente. Pruebe a saludar a un guarda de seguridad de unos grandes almacenes: tardará en reaccionar por su sorpresa.

ACORTANDO LA LISTA “Nadie es lo suficientemente pequeño para ser ignorado” (Henry Miller)

Nadie merece, ni por accidente, nuestra ignorancia, así que será bueno revisar de vez en cuando la lista e intentar acortarla, que tienda a cero. Porque la gente a la que hacemos invisible lo pasa mal. Y de la que se hace la invisible debemos evitar ser cómplices.

¿Cómo lo podemos hacer? En primer lugar, recuperando y multiplicando aquella comunicación que reconoce la presencia de los otros. No hacen falta grandes conversaciones ni mucho tiempo: sencillamente saludar, sonreír, mirar a los ojos... y no andar por el mundo ajeno a las personas que nos rodean. Si nos cruzamos por la mañana, saludémonos siempre y hagámoslo de forma sincera. Prestemos atención a los seres humanos que tenemos a nuestro alrededor. Es sin duda cierto que es más fácil responder a un saludo que hacerlo, así que este es nuestro reto: llevar la iniciativa.

En este sentido no ayudan los iPods, los móviles o andar por los pasillos leyendo correos. La tecnología, que tanto nos conecta aparentemente, en este aspecto nos está aislando.

Hemos de reservarnos el tiempo y la capacidad de atención para dar a los demás el mensaje “sé que existes”. Hagamos del extendido comportamiento de ignorar a los otros porque tenemos prisa o porque estamos concentrados en lo nuestro la excepción, no la norma. ●

PARA LEER O PARA VER

1. LA PELÍCULA

– ‘Hijos de un dios menor’, protagonizada por William Hurt y Marlee Matlin, nos muestra la dolorosa situación de una persona sordomuda que vive en el aislamiento propio y la invisibilidad ajena.

2. LIBROS

– En la memorable novela de John Irwin ‘Príncipes de Maine, reyes de Nueva Inglaterra’, llevada a la gran pantalla como ‘Las normas de la casa de la sidra’, tenemos un impactante ejemplo de la lucha de un colectivo (niños huérfanos) por hacerse visibles a los ojos de los potenciales padres.

– En la novela de Kazuo Ishiguro ‘Los restos del día’, el autor nos presenta la gran virtud del oficio de mayordomo: resultar invisible en su delicada tarea.



Profesiones ‘invisibles’

1. Guardas de seguridad.
2. Profesionales de la limpieza.
3. Personal de mantenimiento.
4. Quiosqueros.
5. Porteros.
6. Reponedores de supermercado.
7. Conductores de autobús.
8. Camareros.