



Técnicas de P.N.L. aplicadas a la tarea docente Programación Neuro Lingüística (P.N.L.)

Laura Abadi y Paola Churva

Es una escuela de pensamiento pragmática que provee, al docente y al alumno, herramientas para el desarrollo de estados de excelencia en comunicación y cambio. Optimiza los procesos mentales que rige la calidad en las comunicaciones entre docentes y alumnos.

Es el estudio de la estructura de la experiencia subjetiva humana. Promueve la flexibilidad del comportamiento, el pensamiento estratégico y la comprensión de los procesos mentales tanto en docentes como en alumnos. Es un método de enseñanza -aprendizaje para comunicarse con eficacia. Es un conjunto de modelos, habilidades y técnicas para pensar y actuar de forma efectiva en el mundo; aplicando los cambios necesarios para conseguir, de este modo, los objetivos planteados.

Propuesta de la PNL al docente

¿Cuál es el propósito de la Educación? ¿Alguna vez se lo preguntó. ¿Con qué objetivo fuimos a la escuela, por qué aprendimos diferentes materias, por qué tuvimos exámenes, por qué competimos unos con otros para lograr mejores calificaciones...? ¿Qué función tiene la Educación y qué implica?

La Educación no es meramente aprobar algunos exámenes ni tiene como fin único la obtención de un empleo. La Educación tiene como objetivo prepararnos para comprender el proceso total de la vida. El proceso de enseñanza - aprendizaje está determinado por la Comunicación.

Mejorar la Comunicación con nosotros mismos y con los alumnos es condición necesaria para comprender la responsabilidad que, como adultos y docentes, nos cabe en la formación de las representaciones mentales del mundo con que las nuevas generaciones contarán para vivir en el tercer milenio.

Aportes de la PNL a la Educación

La PNL se propone:

- Crear contextos adecuados para que los alumnos, en un ámbito de respeto por las diferencias, accedan a estados e interacciones facilitadores del aprendizaje.
- Conocer los Modelos Mentales que organizan la realidad propia y ajena, explorar, contrastar, comparar, distinguir y relacionar conceptos y vivencias.
- Conocer los Filtros de la percepción, su relación con los Mapas Mentales y la construcción subjetiva del Modelo del Mundo.



- Conocer las modalidades de pensamiento en imágenes, sonidos y sensaciones, reconociendo en ellas estilos de aprendizaje.
- Presentar hechos, conceptos, interacciones y secuencias de modos diferentes para que el alumno pueda aprender con eficiencia y desarrolle diferentes procesos de pensamiento.

Mapas Mentales y Filtros

La piedra angular de la PNL es el principio de que "El mapa no es el territorio". Inicialmente formulado por Alfred Korzibski, el fundador de la Semántica Generativa, este principio reconoce la distinción fundamental entre nuestros mapas del mundo y el mundo en sí. Una creencia esencial de la PNL es que si una persona puede enriquecer o ampliar su mapa, percibirá más opciones disponibles dadas la misma realidad. Como resultado actuará de manera más efectiva.

La misión primaria de la PNL es crear Herramientas que ayuden a los docentes y alumnos a ampliar y enriquecer sus representaciones (sus mapas) de la realidad.

Desde que nacemos, incorporamos en nuestra mente experiencias de vida, entre ellas las de la escuela, que se acumulan en forma de imágenes, sonidos y sensaciones.

Nuestra mente junta lo verdadero y lo ficticio: lo que vivimos, lo que nos contaron, lo que supusimos, conformando así nuestro Modelo o Mapa Mental.

Nuestro Mapa Mental condiciona nuestros pensamientos, sentimientos y acciones. Interpretando de una situación particular una Oportunidad o una Situación Conflictiva.

Tal vez las principales limitaciones de nuestros Mapas sean nuestros Filtros, que influyen nuestras percepciones, nuestros Modelos del Mundo y nuestras acciones. Los Filtros son factores que determinan qué información recibimos del mundo. Son una forma de descifrar y clasificar al mundo. Los Filtros también determinan qué hacemos con la información una vez que la hemos recibido.

Si queremos cambiar nuestra realidad y obtener mejores resultados en la escuela, trabajar con los Filtros es de máxima importancia.

Muchas veces limitamos, estrechamos, condicionamos y cristalizamos los Mapas Mentales del niño. Tanto Directivos, docentes y padres tenemos la responsabilidad de ampliarlos.

Sistema Representacionales "Herramientas para tender el puente con el alumno"

Para entrar en contacto con la realidad disponemos de los sentidos, ellos son los que nos van a proveer de una "realidad" del mundo, por ellos codificamos la información, la llevamos a nuestro cerebro, y traducimos una respuesta de acuerdo a todas las experiencias. Cada persona lo realiza en forma diferente.

Vivimos en un mundo en el que existen infinidad de estímulos que se dirigen a nuestros sentidos, sin embargo, damos preferencia a uno de ellos, es decir, utilizamos preferentemente uno de los sentidos para representar la realidad.



La PNL define tres sistemas principales de representación sensorial:

- El Sistema Visual,
- El Sistema Auditivo,
- El Sistema Kinestésico

Todos tenemos un Sistema Representacional dominante o preferido. "El grado de entendimiento que el docente establezca con un alumno, está determinado por su capacidad para seguirle el ritmo y el tiempo. Eso significa que debe hacerlo en tantos niveles como sea posible: debe entrar en la corriente y fluir con ella en lo referente a la manera en que el alumno piensa, actúa y procesa los datos"

¿Cómo reconocer el Sistema Representacional predominante del alumno? Los registramos a través de:

- Palabras utilizadas
- Proceso de pensamiento
- Ritmo
- Fisiología
- Distancia óptima
- Accesos oculares

Proceso de Pensamiento y Ritmo Sistema Representacional Visual:

- Piensan en imágenes que representan ideas.
- Pueden pensar en varias cosas diferentes al mismo tiempo.
- Hablan y escriben muy rápidamente porque tienen la percepción de que el tiempo no les alcanza para decir y/o escribir todo lo que está en su pensamiento.
- El poder pensar en varias cosas a la vez les permite hacer varias cosas al mismo tiempo.
- Necesitan mirar y ser mirados, mantener el contacto visual.

Sistema Representacional Auditivo:

- El proceso de pensamiento es ordenado, secuencial y profundo.
- Piensan una idea, luego "la mueven" para darle lugar a la siguiente.
- Comparado con el visual, hablan más lento.
- Hacen una cosa por vez.
- Para expresarse eligen las palabras que representen sus ideas y emociones con mayor exactitud
- Buscan las palabras precisas que reflejan lo que están pensando.
- Necesitan escuchar y ser escuchados y recibir feedback oral.

Sistema Representacional Kinestésico:

- Piensan a través de lo que sienten. Primero sienten y luego piensan.
- Se involucran en aquello que hacen, aún en medio de las distracciones del entorno.



- Se motivan participando con sus acciones y opiniones, formando parte del acontecer. Son intuitivos.
- Perciben con mucha facilidad sus estados internos, las sensaciones y las emociones.
- Su proxemia es cercana.

Conocer y detectar el Sistema Representacional que está utilizando el alumno en un determinado contexto y momento, saber cuáles son sus códigos, facilitará al docente la posibilidad de llegar a él de diferentes modos, para así lograr el entendimiento y la comprensión de los contenidos explicados.

Es una escuela de pensamiento pragmática que provee, al docente y al alumno, herramientas para el desarrollo de estados de excelencia en comunicación y cambio. Optimiza los procesos mentales que rige la calidad en las comunicaciones entre docentes y alumnos.

Es el estudio de la estructura de la experiencia subjetiva humana. Promueve la flexibilidad del comportamiento, el pensamiento estratégico y la comprensión de los procesos mentales tanto en docentes como en alumnos. Es un método de enseñanza -aprendizaje para comunicarse con eficacia. Es un conjunto de modelos, habilidades y técnicas para pensar y actuar de forma efectiva en el mundo; aplicando los cambios necesarios para conseguir, de este modo, los objetivos planteados.