

Programación neurolingüística en el ámbito educativo

Autor: Martín de la Sierra Ruiz de la Hermosa, Susana (Diplomada en magisterio en la especialidad de Educación Infantil y Primaria (ambas especialidades), Maestra de Educación Infantil y Primaria de la escuela pública).

Público: Maestros de educación infantil y primaria, pedagogos, psicólogos, padres. **Materia:** Didáctica, pedagogía y psicología. **Idioma:** Español.

Título: Programación neurolingüística en el ámbito educativo.

Resumen

La programación neurolingüística puede convertirse en una herramienta muy importante para que el profesorado consiga mejor los procesos de enseñanza y aprendizaje que se dan en el aula generando cambios significativos en sí mismos y en sus alumnos. En el presente artículo analizaremos el concepto de programación lingüística y su aplicación en educación a través de la exposición de estrategias de estrategias básicas que podemos aplicar de la misma en el aula de forma sencilla y práctica.

Palabras clave: Programación neurolingüística, educación, innovación educativa.

Title: Neurolinguistic programming in education.

Abstract

Neurolinguistic programming can become a very important tool for teachers to better achieve the teaching and learning processes that occur in the classroom generating significant changes in themselves and their students every day. In the present article we will analyze the concept of linguistic programming and its application in education through the exposition of strategies of basic strategies that we can apply in the classroom in a simple and practical way.

Keywords: Neuro-linguistic programming, education, educational innovation.

Recibido 2018-05-21; Aceptado 2018-05-28; Publicado 2018-06-25; Código PD: 096092

INTRODUCCIÓN

En los últimos años se ha oído mucho de la programación neurolingüística (PNL) en los diferentes estamentos de la sociedad humana: campo laboral, médico, deportivo, etc pero este concepto cada vez está cobrando más fuerza en el ámbito educativo, ya que la Programación Neurolingüística nos puede aportar a los docentes herramientas valiosísimas para dar a los alumnos una educación personalizada y eficiente haciéndoles aprender de forma autónoma y efectiva a través del uso correcto del lenguaje tanto verbal como no verbal y la comprensión del alumno/a de sus propias habilidades metacognitivas.

A lo largo del presente artículo profundizaremos un poco en este concepto, analizando su aplicación en el ámbito educativo a través de la exposición de algunas técnicas de la PNL que puede ser fácilmente aplicadas en nuestro día a día en el aula.

1. ¿QUÉ ES LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA?: CONCEPTO Y DEFINICIÓN.

Hace poco más de dos décadas, dos hombres activos y curiosos, el doctor en informática y en aquel entonces estudiante de psicología, Richard Bandler y el lingüista John Grinder, se preguntaban si sería posible saber qué es lo que hacían aquellas personas que tenían éxito y poder en sus diferentes ámbitos.

En primer lugar, estudiaron a terapeutas significativos de la época como son: Perls, creador de la terapia Gestalt; Satir, creador de la terapia de familia y psicodrama; o Ericsson, que trabajó en el campo de la hipnoterapia.

Lo que pretendían era saber si aquello que hacían esas personas para tener éxito se podría transformar en un modelo o herramienta práctica y universal que pudiera ser aplicada por otras personas para tener éxito en sus diferentes áreas.

Animados por esta idea tan maravillosa formaron un equipo multidisciplinario y se pusieron a trabajar durante varios años, observando, filmando y estudiando a los mejores comunicadores del mundo, a aquellas personas que sobresalían de forma excelente en su profesión en todas las ramas de las ciencias, las artes y los negocios.

Además, estudiaron el trabajo de los lingüistas Korzybski y Chomsky, por lo cual aprendieron los fundamentos de las presuposiciones y los patrones del lenguaje.

El resultado de esta apasionante investigación dio, así como nacimiento a la Programación Neurolingüística (PNL) que básicamente es un modelo de comunicación, que nos explica el comportamiento humano a través de lenguaje verbal como no verbal.

Hasta el año 1977 el término de Programación Neuro Lingüística no es acuñado como tal, de la mano del autor Robert Dilts, colaborador de los dos autores anteriores e impulsores de tal estudio.

La PNL en España no comenzó a desarrollarse hasta la década de los 80, con la traducción del primer libro elaborado sobre el tema que llevaba por título: “La estructura de la Magia”, que impulsó a autores españoles a interesarse por tal modelo de cambio humano.

Las siglas PNL responden a los siguientes aspectos:

Programación: porque desde pequeños vamos registrando todas nuestras experiencias dentro de nuestro cerebro programándonos de forma distinta al resto de las personas, esto hará que cada individuo entienda la vida y actúe de forma diferente al resto de seres humanos.

La programación es un conjunto sistemático de operaciones que persiguen un objetivo.

Un programa consistirá en una serie de pasos que guiarán a la consecución de los resultados deseados.

Esta es la parte de la PNL que se dedica a la creación de modelos.

Para la programación neurolingüística va a ser muy importante: el modelado, lo podemos definir como el proceso de aprendizaje, mediante observación, en el que la conducta de una persona o grupo se convierte en modelo para otra persona u otro grupo, por lo que actúa como un estímulo para los pensamientos, actitudes o conductas de los observantes.

El ejemplo más claro de imitación de las conductas son los niños. (aprendizaje por observación o vicario de Albert Bandura).

Neuro: Nuestra experiencia y nuestras percepciones del mundo conforman nuestro sistema neurológico que a su vez da lugar a nuestro comportamiento. Todo comportamiento es el resultado de procesos neurológicos.

Lingüística: Porque todos los procesos neurológicos de los que hemos hablado antes son expresados mediante un lenguaje verbal y corporal. El lenguaje verbal o no verbal nos permite comunicarnos con los demás y transmitir nuestras experiencias.

Así pues, la PNL es:

Una herramienta consistente en técnicas para analizar, codificar y modificar conductas por medio del estudio del lenguaje, ya sea verbal o no verbal.

La PNL por lo tanto es útil y práctica, y se transforma en un arte cuando somos capaces de integrarla en nuestra vida cotidiana, conociendo como funciona nuestro pensamiento y de qué manera nos comunicamos con nosotros mismos y con los demás, es de esta manera es cómo podemos llegar a conseguir con ella grandes cambios en nuestra vida cotidiana.

2- LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA Y EL APRENDIZAJE:

Richard Bandler afirmaba: “Creo que es muy apropiado describir la PNL como un proceso educativo. Básicamente desarrollamos maneras de enseñar a la gente a usar su propia cabeza.” Y esto es lo que deberíamos hacer con nuestros alumnos/as en el colegio.

Desde que nacemos, aprendemos sin que nadie nos diga cómo hacerlo, a través de nuestras experiencias y percepciones.

Las percepciones unidas a las experiencias son la base del conocimiento que tenemos de la realidad.

Y es así como a lo largo de nuestra vida estamos constantemente aprendiendo y desaprendiendo de manera consciente e inconsciente.

Esta capacidad de aprendizaje continuo hace que la mayoría de las personas solamos preocuparnos más sobre *qué* aprendemos que en *cómo* lo hacemos. Sería extremadamente útil que los docentes estuviéramos totalmente formados en estos aspectos para también poderlos transmitir a nuestros alumnos/as en el aula dependiendo de su desarrollo madurativo, esto sería lo que comúnmente se llama: “meta cognición”:

La falta de comprensión que tenemos sobre nuestra forma de aprender nos hace caer, al menos en dos problemas fundamentales:

Primer problema: no centramos la atención en el hecho de que hay muchas áreas de nuestra vida en las que desarrollamos resistencias al aprendizaje y continuamos así realizando acciones ineficaces que no nos llevan a ningún sitio. Esto pasa, muchas veces en el aula, cuando detectamos que nuestros alumnos/as siempre les cuesta aprender ciertas cosas y muchas veces no sabemos analizar el por qué.

Segundo problema: dejamos de apreciar el hecho que, aunque aprendemos, siempre lo podríamos haber hecho mejor. Y esto es lo que deberíamos transmitir a nuestros alumnos/as en clase, siempre se puede aprender más, está claro.

¿Cómo podemos aprender mejor?

Es importante partir del hecho de que el aprendizaje no es un producto exclusivo de la capacidad intelectual, el estado emocional juega aquí un papel preponderante.

Para aprender tenemos que estar sumergidos en un estado adecuado y nuestros alumnos/as en el aula también.

¿Qué es el estado?

Podemos definir estado como la suma total de la experiencia humana en una situación determinada. Comprende así procesos intelectuales, emocionales y físicos que se producen en esa situación.

Si nosotros/as como docentes somos capaces de crear en el aula un estado adecuado en nuestros alumnos/as, mejoraremos sin duda su predisposición para el aprendizaje

¿Cómo podemos aprender a aprender?

Para aprender cualquier habilidad, en cualquier área de nuestra vida, hay cuatro requisitos básicos que, si los cumplimos, nos facilitaran enormemente el aprendizaje:

Primero: Reconocer que no sabemos y tenemos todavía mucho que aprender, asumir la ignorancia es ponerse en el umbral del aprendizaje

Segundo: Encontrar a alguien o algo del que podamos aprender, que nos pueda enseñar

Tercero: Mantener un estado emocional adecuado del aprendizaje.

Cuarto: Practicar constantemente las habilidades que queremos aprender, sin práctica no hay aprendizaje.

Poniendo estos requisitos en práctica en el aula, podremos enseñar sin duda, a nuestros alumnos/as a aprender de forma autónoma.

A continuación, describiré algunas de las aplicaciones más prácticas de la PNL en educación:

3. APLICACIONES DE LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA EN EDUCACIÓN:

La primera aplicación más grande de la PNL en educación es la existencia de tres canales o formas de comunicación en el ser humano: Los tres canales más usuales que emplean las personas para comunicarse y percibir la realidad según la PNL son:

Percepción Visual: Las personas que perciben el mundo de forma visual, son aquellas que necesitan ver y ser mirados. La visión para estas personas es el sentido más desarrollado. Este tipo de personas se expresan de forma muy rápidas hasta incluso pueden omitir palabras por la rapidez en la que piensan. Generalmente tienen el volumen de la voz más alto y su pensamiento se traduce mentalmente mayormente con imágenes

Percepción auditiva: Las personas que perciben la realidad a través del sentido del oído fundamentalmente, son sensibles y están atentos a todo tipo de sonidos.

Estas personas hablan con ritmo intermedio, hacen normalmente pequeñas pausas al hablar, necesitan saber que el otro está entendiendo o que les está escuchando en todo momento.

Cuando Piensan una cosa, su pensamiento va paralelo a lo que escuchan o hablan. Suelen ser personas más profundas que los visuales, también suelen ser conversadores que no siempre miran al interlocutor ya que dan preferencia al campo auditivo.

Percepción Kinestésica: Hay personas que necesitan mayor contacto físico, perciben la realidad a través del sentido del tacto fundamentalmente.

Son más sensibles que los dos anteriores, cuando se expresan siempre lo hacen intensamente buscando proximidad física con su interlocutor.

Es importante analizar qué tipo de canales predominantes existen en nuestros alumnos/as para así transmitir la información a ellos desde el canal más acorde con su forma de comunicarse.

A la hora de dar clase cuantos más canales utilicemos para comunicarnos con nuestros alumnos/as, más efectiva será la comunicación.

Otra aplicación muy grande de la PNL sería la necesidad de utilizar un lenguaje adecuado, ya que a través del lenguaje enseñamos contenidos curriculares y, además, nuestros valores, nuestras creencias, una filosofía de vida. Mostramos nuestro propio: "mapa mental" que es nuestra visión de la realidad.

Esta visión de la realidad de cada persona es diferente y única, pero no tiene nada que ver con : "el territorio" que es la realidad misma tal cuál es.

Nuestro lenguaje verbal y no verbal es fundamental en nuestras clases, a través de ese lenguaje transmitimos a nuestros alumnos/as una compleja y valiosísima información.

Si somos capaces de transmitir caricias emocionales y muestras positivas de cariño a nuestros alumnos/as, conseguiremos hacerles sentir mejor, más respetados, más motivados... estaremos poniendo ya unos cimientos muy sólidos a su aprendizaje.

¿Realmente sirven de algo las recriminaciones, las ironías, humillaciones, segundas intenciones en el aula?

Yo creo que no, ya que a lo largo de mi trayectoria tanto personal como profesional he podido confirmar que el lenguaje que usamos si es positivo y constructivo, favorece una buena interacción con los otros. Porque esa interacción estará basada en el respeto y el cariño.

Además, se consiguen mucho mejor los objetivos utilizando un lenguaje positivo que con el lenguaje negativo.

Porque así además favorecemos, por tanto, el desarrollo personal, la autoestima y la confianza de nuestros alumnos/as en sí mismos.

El mapa no es el territorio es otro de los principios de la programación neurolingüística. Por eso es importante ofrecer a nuestros alumnos/as una perspectiva amplia de la realidad, evitando las generalizaciones, las alucinaciones, las distorsiones... Por ello, evitaremos llamar, por ejemplo: "vagos" a los niños /as que realmente están desmotivados o que poseen dificultades específicas para aprender.

También es importante evitar llamar: "malos" a aquellos niños/as que no suelen comportarse adecuadamente en ciertas ocasiones, ya que realmente lo que hay detrás de ese mal comportamiento es algún problema afectivo y emocional.

Lo que está claro es que a través de la comunicación nos formamos como personas y formamos a nuestros alumnos/as día a día en el aula.

Y no podemos olvidar que los niños/as, necesitan expresarse en relación a sus acciones y también en relación a sus emociones.

Es necesario por ello, que los niños/as aprendan a expresar sus sentimientos, sus emociones de forma ajustada y positiva.

Desde Educación Infantil, los docentes podemos facilitar y mediar para que los niños/as desarrollen habilidades emocionales importantes para lograr una autoestima positiva y ajustada.

Teneos que intentar darnos cuenta de que los niños/as esperan nuestro apoyo cuando se sienten mal o cuando están rabiosos, y no nuestras recriminaciones.

Como docente, me ha resultado muy efectiva la PNL aplicada a la educación, porque me ha ayudado a aprender a comunicarme de forma activa y positiva con mis alumnos/as. Para ello algunas técnicas de la PNL que suelo usar son:

La técnica del “acompañamiento”, a través de la cuál siempre intento mostrarles mi predisposición constante a escucharles en todo momento, dedicándoles toda mi atención física y verbal, donde es vital, incluir una postura corporal adecuada de escucha y una mirada de acompañamiento total.

Por otro lado, también resulta muy interesante aplicar el: “metamodelo educativo”, para ello tenemos que partir del hecho de que los niños/as desean contar sus impresiones, sus vivencias, su propia percepción de las circunstancias... por eso es necesario dejarles hablar libremente, dejarles que se comuniquen, que transmitan sus inquietudes.

Y en base a esas inquietudes, intereses, creencias y valores que hemos detectado escuchándoles, nosotros podremos después iniciar el proceso de apoyo y asesoramiento que más les hace falta.

También es muy útil :”parafrasear”, esto consiste en repetir las mismas frases o palabras que acaba de decir el niño/a, esa será otra señal de que mostros/as estamos escuchando activamente y estamos además centrados en la comunicación.

Y finalmente gracias a la PNL podemos aprender a usar un lenguaje correcto que llegue a cada niño/a de forma efectiva, si aprendemos a saber usar todos los sistemas representacionales que existen con términos visuales, auditivos y sensoriales.

Podemos así utilizara frases tales como “lo ven claro” (visual) “quiero decir esto bien alto y claro” (auditivo), “siento lo que me quieres decir” (sensorial).

Otra herramienta básica de la PNL que podemos utilizar será el conocer el poder de las emociones en el aprendizaje de nuestros alumnos/as: Según la PNL éstas son algunas de las emociones que pueden facilitarnos al aprendizaje: ^[1]_{SEP}

Curiosidad: «quiero saber más, o algo, sobre este tema».

Apertura: «esta es una oportunidad para desarrollarme o enriquecerme».

Asombro: aquí podemos ver lo nuevo como una expansión de lo que será posible en el futuro. Es como decir: «esto es nuevo y me gusta es maravilloso”

Estas tres emociones o condiciones para el aprendizaje las cumple cualquier niño/a, cuanto más pequeño sea más las tendrá, pero nosotros en el aula tenemos que intentar poner en juego todos nuestros recursos disponibles para conseguir generar estas emociones en nuestros alumnos/as.

Y finalmente, dentro de las aplicaciones prácticas de la PNL en educación destaco: las cuatro etapas del aprendizaje: Éstas son las etapas por las que pasamos en cualquier proceso del aprendizaje:

Primera fase: incompetencia inconsciente: Cuando alguien «no sabe que no sabe». Esta suele ser la primera fase de cualquier aprendizaje, cuando vamos a aprender algo que es totalmente nuevo no sabemos al principio lo poco que sabemos sobre ese aprendizaje hasta que no nos enfrentamos a él.

Segunda fase: incompetencia consciente.: Cuando «reconocemos que no sabemos». Aquí el juicio de que no sabemos lo hacemos nosotros mismos y esto nos sitúa en el umbral del aprendizaje. Esta etapa surge en el primer momento que nos enfrentamos a aprender algo nuevo y comenzamos a ver dificultades.

Ésta es una etapa difícil, porque descubrimos las limitaciones producidas por nuestros antiguos hábitos (físicos, intelectuales y emocionales). Requiere mucha práctica, atención y perseverancia para no abandonar el aprendizaje. Tenemos que vigilar mucho esta etapa en el aula porque a menudo suele ser fuente de desmotivación total.

Tercera fase: competencia consciente: Cuando «comenzamos a ser mínimamente competentes» en lo que estamos aprendiendo. Nos movemos con gran atención sobre cada una de las acciones que realizamos. Se ha aprendido una habilidad y comprendido sus reglas. Pero todavía no se la domina totalmente. Esta fase también hay que mimarla mucho

en el aula porque si no la trabajamos adecuadamente el resultado será aprendizajes mecánicos que se olvidan rápidamente por parte de nuestros alumnos/as.

Cuarta fase: Competencia inconsciente :Esta es la finalidad del aprendizaje, cuando todos esos patrones que hemos aprendido de forma tan concienzuda se armonizan en una suave unidad de conducta. Se actúa con un grado pequeño de reflexión, en un flujo de acciones. Solo las situaciones inesperadas obligan a interrumpir ese flujo. La parte consciente fija el objetivo y deja que el inconsciente lo lleve a cabo, liberando tu atención para otras cosas.

Es cuando ya sabemos hacer algo sin pensar, sin prestar atención, suele verse muy claro en aprendizajes como escribir al ordenador, saber conducir... ya lo hacemos sin pensar.

A esta fase es a la que deberían de llegar todos los procesos de aprendizaje que llevemos a cabo en el aula para que sean significativos, constructivos y funcionales.

CONCLUSIONES:

No cabe duda que el proceso de enseñanza y aprendizaje exige en la actualidad la puesta en práctica constante de nuevas estrategias que nos permitan generar aprendizajes enriquecedores, motivantes y útiles en nuestros alumnos/s, sobre todo que conviertan cualquier escenario de enseñanza y aprendizaje, en un territorio fértil para sembrar en los alumnos esperanzas y anhelos de superación, que los estimulen hacia una formación integral en y para la vida.

Por estos motivos la PNL puede convertirse en una herramienta poderosísima para el profesorado que le ayude a enriquecer el acto educativo a través de unas técnicas valiosísimas que puede aplicar diariamente en el aula.

Contribuyendo a el enriquecimiento personal y de sus alumnos/as a través de cambios significativos que pueden experimentarse de forma conjunta.

La PNL es educación puede entenderse, así como una gran aventura de transformación sorprendente. Se puede convertir en una nueva perspectiva sobre la que ver la realidad educativa, proporcionándonos un marco que consolida el vínculo maestro/a-alumno /a como un bucle interactivo.

Bibliografía

- Bandler, R. y Grinder, J. (1982). De Sapos a Príncipes. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Bandler, R. y Grinder, J. (1980). La Estructura de la Magia. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Robert Dilts (1999). El Poder de la Palabra. Ediciones Urano.
- Pérez, M. (2012). Aportaciones de la PNL a la educación emocional. Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España, 16, 2-18.
- Robert, B. y Todd, A. (1995). Aprendizaje dinámico con PNL. Barcelona: Urano.