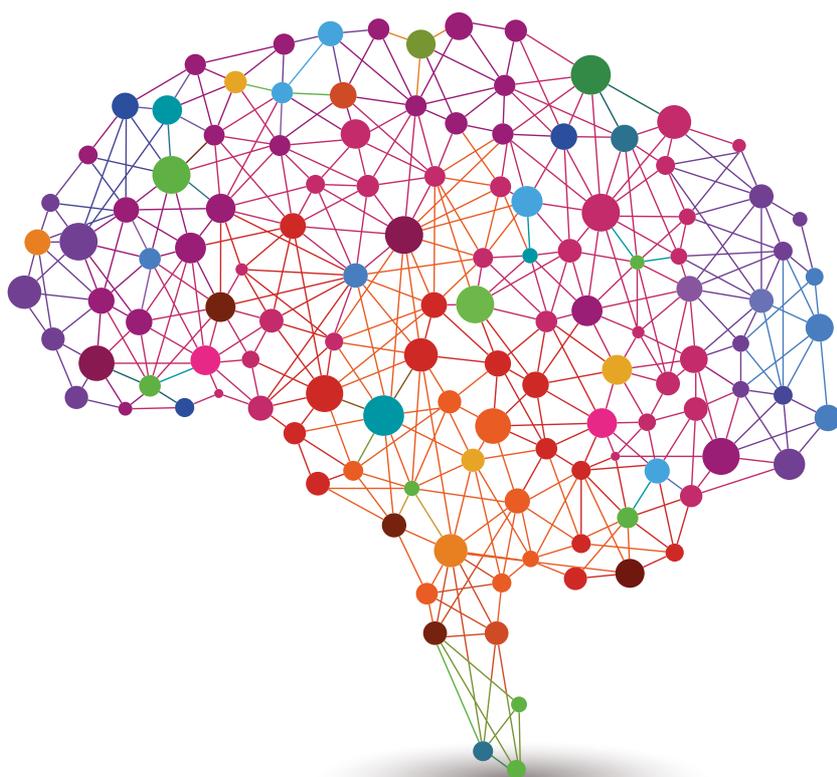


Lic. Mónica Dreyer

PNL

PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA



**Herramientas para
el ámbito educativo**

PNL Herramientas para el ámbito educativo
©2019 Mónica Dreyer

Corrección: M. Fernanda Karageorgiu
Colaboración: Marisa Martínez
Diseño gráfico y editorial: Alejandro Arrojo

2ª edición revisada: Junio de 2019

Producción editorial: Tequisté ediciones
contacto@txtediciones.com.ar
www.tequiste.com

ISBN: 978-987-4935-10-6

Se ha hecho el depósito que marca la ley 11.723

No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático, ni su distribución o transmisión de forma alguna, ya sea electrónica, mecánica, digital, por fotocopia u otros medios, sin el permiso previo por escrito de su autor o el titular de los derechos.

LIBRO DE EDICIÓN ARGENTINA

Dreyer, Mónica

PNL : herramientas para el ámbito educativo / Mónica Dreyer. - 2a ed revisada. - Pilar : Tequisté. TXT, 2019.
Libro digital, PDF

Archivo Digital: descarga y online
ISBN 978-987-4935-10-6

1. Programación Neurolingüística. 2. Guía del Docente. I. Título.
CDD 371.1

Sumario

Prólogo	4
Introducción	7
Capítulo 1. Marco Teórico	15
Capítulo 2. Testimonios de docentes que aplican PNL	18
Capítulo 3. Bases de PNL	28
Capítulo 4. Detectando el mapa mental del interlocutor	50
Capítulo 5. Prototipos comunicacionales	70
Capítulo 6. Comunicación efectiva	97
Capítulo 7. Test VAK. Estadística en los colegios	129
Capítulo 8. Despertar el placer por aprender. Técnicas para el aula	135
Capítulo 9. Proceso mental en el aprendizaje. "Estrategias"	147
Capítulo 10. Entrenamiento para distracciones	164
Capítulo 11. Experiencias	172
Capítulo 12. Resolución de conflictos	189
Capítulo 13. Herramientas lingüísticas fundamentales en resolución de conflictos y mediación. Las preguntas	213
Últimas palabras	238
Referencias Bibliográficas	242
Sobre la autora	244

Prólogo

Este libro nació cuando una editorial me solicitó un curso para docentes. En aquel momento, año 2005, las herramientas de Programación Neurolingüística (PNL) se estaban comenzando a aplicar en Argentina y, en educación, aparecía la necesidad de enseñar con nuevas metodologías. Así surgió este desafío que, además, tenía una connotación especial dado que, en el momento que la editorial me solicitó que lo escribiera, había un límite de tiempo ya que vencía la fecha para su aprobación por el Ministerio de Educación como curso para docentes que otorgaba puntaje.

De esta manera, con gran satisfacción, se presentó en el Ministerio de Educación y el mismo fue aprobado para todas las ramas con un puntaje de 0,54, según resolución 6038/03 con 180 horas cátedra, proy. 360/06 dictamen 7223.

Durante esos primeros años, se difundió como curso para docentes de todo el país y otorgaba puntaje. En la actualidad y una vez caducado el contrato, me pareció interesante poder difundir estos conocimientos más allá del ámbito educativo y que puedan llegarle a toda persona interesada en enriquecer sus herramientas en relación con el funcionamiento de la mente, el aprendizaje, la comunicación, la percepción y el conflicto, la negociación, las conversaciones constructivas, obtener herramientas lingüísticas y entrenamiento para las distracciones, entre los diversos temas que abarca este libro y que incluyen diversas líneas conceptuales.

En el contexto del 2005, los pedidos que me llegaban de las instituciones educativas eran con el fin de adquirir nuevas herramientas, tanto para el educando como el educador, y este curso nacía como forma de comprender de manera amplia el proceso mental, el aprendizaje y la necesidad de lograr una comunicación interpersonal que favoreciera los vínculos y los objetivos del proceso de enseñanza aprendizaje. Así es como nace la idea de escribir este libro, aportando, no solo los desarrollos de la Programación Neurolingüística, sino también otras líneas de aplicación como el Coaching Ontológico, los desarrollos comunicacionales de las líneas Constructivistas / Construccinistas y las diversas líneas

de Negociación, entre otros marcos conceptuales.

Hoy en día, estos desarrollos se imbrican de forma sinérgica con las investigaciones que se están dando en las neurociencias, en la psicología y en la pedagogía.

Quiero agradecer los aportes de los docentes que figuran en este libro: María Guadalupe Alonso, Technician en PNL y, en aquel momento, docente de nivel inicial Colegio Grilli Canning, que era y sigue siendo una apasionada de estas técnicas; Valeria Da Silva, quien entonces era docente y ahora se ha ampliado hacia otras disciplinas; Patricia Martínez, quien, en ese tiempo, era docente de nivel inicial; y Alejandra Suárez, que en aquel momento se desempeñaba como Directora de inglés del colegio St. Mary, excelente persona y profesional, quien esparció sus semillas y su encantadora personalidad, partiendo y dejándonos con su legado.

Agradezco el capítulo escrito por Beatriz Schell, docente del Colegio San Albano, quien aplicaba de forma innata y creativa este marco conceptual y a quien le solicité su aporte, ya que me resultaba fascinante su llegada y sus diversas maneras, siendo una profesora con un alto grado de exigencia hacia sus alumnos y que obtenía resultados sorprendentes.

Quiero agradecer al Colegio Grilli, a Chary y Horacio Akselrad, por la confianza y la libertad que siempre me han brindado. Es un gusto pertenecer a una institución que impulsa y ofrece los recursos para la calidad educativa y la innovación, ya que, siendo un colegio abierto a nuevas formas, desde el año 2005 y hasta la actualidad, pude aplicar estos conocimientos y desarrollar metodologías que iré describiendo a lo largo del libro. En el capítulo “Últimas Palabras” relato el recorrido en el Colegio Grilli y efectué una síntesis —hoy, año 2018— de la materia Habilidades del Pensamiento. En la actualidad, el Colegio está enmarcado en la línea de Enseñanza para la Comprensión y Pensamiento Visible del Proyecto Zero de la Universidad de Harvard.

Agradezco también la colaboración en el momento que se escribió este libro en las investigaciones realizadas en los colegios Grilli, St. Albans College, Escuela Privada Ezeiza, Colegio N° 14 de Monte Grande, Escuela CEC 801 de Ezeiza.

Quiero agradecer a mis maestras: Laura Brandariz, que me formó y me guió como profesional y persona; Dora Schnitman, Mariana Chrem y Vivian Loew, quienes me formaron en conocimientos. Todas están presentes en cada acción y decisión.

Quiero agradecer a Marisa, mi asistente incondicional, quien efectuó los gráficos originales y la primera compaginación. Es mi computadora viviente y, con

su capacidad, versatilidad, dedicación y buen humor, me acompaña en todas las diversas actividades desde el comienzo del Instituto. Sin ella, no sé qué sería de mi vida laboral. Y un especial cariño a su mamá, Elena, quien nos cuidó siempre.

A mi familia de origen le debo quien soy. Una familia llena de valores y estímulos. A mi papá, Mario Santiago, quien me mostró que era posible escribir libros. Son de su autoría *Las enfermedades del General Don José de San Martín, San Martín y Belgrano almas paralelas y Belgrano. Semblanza, enfermedades, obra*. A mi mamá Esther. Si bien falleció cuando yo era joven, su huella modeló mi ser tanto que la siento siempre presente y me acompaña como un ángel de la guarda permanentemente. Ella dejó un fuerte sello en mi persona y la tengo siempre conmigo, su cariño y sus palabras. Recuerdo que siempre me decía: «Mónica, tenés que aprender inglés. Cuando seas grande me lo vas a agradecer». Ella fue la primera quien me mostró aquellas cosas que no vemos y con el tiempo sí las podemos apreciar.

A mis hermanos. Cada uno de ellos, con su presencia e intereses, sembró semillas que estimularon la exploración de diferentes ámbitos: Marito influyó en mi inclinación por las organizaciones y su gestión; Alicia, en cómo mirar el mundo y su pasión por la construcción social. Me guió en la vida; y Marily, en el disfrute por la música y el piano.

Quiero agradecer especialmente a mi familia. A mis hijos, Agustín y Constanza, que me apoyan en cada emprendimiento y son dos personas de las que más no le puedo pedir a la vida, con innumerables virtudes, cada uno con sus pasiones y siempre tan cariñosos; son un orgullo muy grande para mi marido y para mí. La vida fue muy generosa al darme los hijos que tenemos y estoy muy agradecida. Y también, quiero dedicarle especialmente este libro a Carlos, mi marido, quien me orienta, aconseja y estimula permanentemente en cada proyecto, me cuida y nutre con su ser, su cariño, sus chistes. Es a quien le dedico este libro con todo mi amor.

Las herramientas de PNL me sirvieron muchísimo para lograr este objetivo. Recuerdo una noche en que la computadora de aquella época todavía no guardaba automáticamente y ¡se cortó la luz! Tuve que apelar a todos los anclajes (técnica de PNL) para recuperar de mi mente los conceptos que se fueron con el corte de luz y también especialmente la serenidad... Ahora mi pasión es transmitírselas a toda persona que quiera desarrollar su potencial.

Introducción

1. Destinatarios

Está destinado a los docentes de todas las ramas, estudiantes de las carreras docentes, docentes en actividad de todos los niveles y ramas de la enseñanza que se desempeñen en establecimientos de gestión pública y/o privada.

2. Fundamentos generales de la Programación Neurolingüística (P.N.L)

La PNL es una técnica práctica orientada al cambio y la transformación, tanto en el área personal como en el ámbito laboral. Sus objetivos y áreas de aplicación son amplias. Por un lado, ha estudiado la comunicación para crear vínculos satisfactorios y, por otro, ofrece herramientas que permiten a las personas descubrir y dinamizar sus recursos, efectivizando su accionar y favoreciendo así el crecimiento personal y profesional.

Áreas de Aplicación

La PNL se aplica en:

Ámbito organizacional, empresas, instituciones (se está trabajando en una publicación al respecto):

- La PNL ha desarrollado una amplia y poderosa gama de herramientas para desarrollar el liderazgo.
- Propicia los estados de excelencia para lograr objetivos en ventas, presentaciones efectivas y toda actividad que requiera elevar la performance.
- Aumenta la motivación en diferentes áreas.
- Permite conocer a las personas según sus “metaprogramas” o “estilos de trabajo”, tema muy rico y de suma utilidad para armar equipos de trabajo, negociar de acuerdo al estilo del cliente, motivar según el estilo del colaborador, dinamizar y efectivizar el propio “metaprograma” según la actividad que necesitemos desarrollar.
- Provee de herramientas poderosas de comunicación para negociar de acuerdo al interlocutor.

Ámbito de la salud:

- Las herramientas son fabulosas en cuanto a cómo un ejercicio de unos segundos puede trabajar en:

- a. Amortiguar experiencias negativas y temores.
- b. Modificar hábitos negativos y trabajar en una identidad que se vaya construyendo en saludable, con herramientas que modifican los “surcos neuronales” como una forma de expresión... aumentando la motivación para hacer ejercicio, comer de forma saludable y tener una vida más plena.

Ámbito deportivo:

- Toda la batería de herramientas se aplica a aumentar la performance de los deportistas, desde el trabajo con creencias limitantes o disfuncionales a creencias funcionales y posibilitadoras.
- Las técnicas de dominio de la mente y logro de objetivos han sido ampliamente aplicadas a equipos y deportistas con excelentes resultados.

Ámbito educativo:

- Este punto será el objetivo del presente libro.

3. Fundamentos específicos. Aplicación de la PNL al ámbito educativo

Brinda herramientas específicas que facilitan y enriquecen el proceso de enseñanza – aprendizaje.

Algunos de los desarrollos son:

Estrategia:

Uno de los puntos que ha investigado la PNL es el concepto de estrategia, o sea, el proceso por medio del cual la persona aprende, memoriza, se motiva, decide, crea, entre otros.

A través de sus herramientas, la PNL permite descubrir cómo se desarrollan los pasos de una estrategia, cómo se conforma una estrategia efectiva de aprendizaje y qué sucede cuando ocurren bloqueos o interferencias.

Modelado:

El modelado ofrece técnicas por las cuales se descubren y adquieren habilidades de otras personas que se desempeñan con eficiencia en determinadas actividades. La PNL ha analizado a comunicadores, educadores, creadores exitosos, con el

fin de descubrir los patrones que tienen en común. Esto significa que se pueden aprender estas estrategias para mejorar nuestro rendimiento.

A través de sus herramientas, una persona puede aprender de otra una estrategia efectiva de aprendizaje, memoria, decisión, creatividad, e incrementar recursos para estudiar, lograr mejores exposiciones o aumentar el rendimiento en las áreas que la persona necesite elevar su performance.

Canales sensoriales y filtros perceptuales:

La PNL ha estudiado cómo las personas privilegian determinados canales sensoriales (visual, auditivo, kinestésico, gustativo, olfativo) para percibir la realidad. (Ver capítulo comunicación).

Esto significa que a una persona cuyo canal preponderante es visual le resultará más fácil memorizar con cuadros o figuras visuales.

A las personas auditivas les resultará más sencillo escuchar la clase.

A las personas con preponderancia kinestésica les resultará más fácil el aprendizaje si toman nota, hacen apuntes o resúmenes, realizan trabajos prácticos, ejercicios, moviéndose, manipulando elementos, entre otras formas.

Este aspecto tiene una incidencia muy importante en el aprendizaje dado que las personas aprenderán mejor si se les enseña tomando en cuenta el canal sensorial privilegiado por el educando. La práctica indica que sencillas modificaciones por parte del docente al conocer las herramientas de la PNL implican cambios en la forma de aprender del educando.

Programas mentales (software mental) o metaprogramas:

En relación con el punto anterior, las personas al percibir la realidad filtran la misma no solo por la preponderancia de alguno sobre otro de los canales sensoriales sino también porque su mente se encuentra organizada en sólidos patrones de comportamiento (metaprogramas o programas mentales) que marcan su accionar.

Los metaprogramas son filtros por medio de los cuales una persona puede percibir o no algo de la realidad, luego organiza esa información de acuerdo a su "software" y, dependiendo del mismo, privilegiará la ejecución de determinadas acciones. Por eso, los programas mentales orientan la forma de actuar, y de ser en el mundo, inciden en cómo las personas deciden, son fuentes de motivación, o sea, qué aspectos les interesan más a las personas y como motivarlas.

Una de las dificultades que se le presenta al docente hoy en día es cómo motivar al educando. Por lo tanto, conocer y detectar estos patrones o metaprogramas

permite no solo enseñar de acuerdo a los mismos, favoreciendo el proceso, sino también conocer la forma de motivar al alumno.

El conocimiento de los metaprogramas es muy útil en la formación de los equipos de trabajo. Saber utilizarlos sirve para articular y efectivizar el accionar de los equipos docentes, directivos, de estudio y de trabajo en general.

Comunicación:

La PNL estudia cómo utilizamos el lenguaje para comunicarnos, influir y motivar. A través de sus herramientas podemos mejorar la comunicación.

También ha estudiado la interrelación de la comunicación entre maestros y alumnos y cómo ésta influye en el proceso interno del que aprende. Brinda conocimientos acerca del interlocutor, cómo organiza sus representaciones mentales, su estilo de comunicación y por lo tanto aporta herramientas para adecuarse a las características del educando, siendo este un punto fundamental para facilitar el aprendizaje del mismo.

Otras aplicaciones en comunicación son los elementos del lenguaje que intervienen en la mediación y resolución de conflictos, así como situaciones cotidianas de manejo de conflictos. A través de un conjunto sólido de herramientas comunicacionales provee a las personas la habilidad para desarmarlos y llevarlos hacia un enriquecimiento de la situación.

Técnicas generativas de estados de excelencia:

En general la PNL posee un cuerpo de técnicas para intervenir sobre la experiencia subjetiva, modificando hábitos limitantes y negativos, dinamizando los recursos y potenciales. Con su práctica se pueden transformar las situaciones problemáticas, permitiendo mejorar la salud, el desempeño y calidad de vida.

En el campo docente sus técnicas permiten descubrir recursos y desarrollar potenciales de excelencia tanto del educando como del educador en actividades como presentaciones, exámenes, discursos.

Técnicas de aprendizaje

La PNL ha implementado nuevos métodos de aprendizaje, haciendo que este además de placentero sea más rápido y mejore los resultados. Las técnicas de aprendizaje dinámico fueron desarrolladas utilizando sus métodos y se trabajan estrategias de memoria, creatividad, aprendizaje entre otras.

Interrelación entre la Teoría de las inteligencias múltiples y la PNL

La PNL tiene una metodología que contribuye a la activación del trabajo con las inteligencias múltiples, permitiendo el mejoramiento en cada una de las mismas.

Creencias:

La pregunta que la PNL responde y trabaja es:

¿Cuáles son las creencias que conducen al éxito y cuáles las que inmovilizan o llevan al fracaso?

Ofrece técnicas para descubrir y cambiar creencias. Este cambio permite que el educando disuelva bloqueos en el aprendizaje y tanto este como el educador dinamicen sus recursos para un rendimiento efectivo.

4. Objetivos del curso de Programación Neurolingüística aplicada al ámbito educativo.

- Recibir los aportes de la Programación Neurolingüística al proceso de enseñanza - aprendizaje, la comunicación, las relaciones interpersonales y la resolución de conflictos.
- Incorporar técnicas de la PNL para descubrir y desarrollar recursos internos que mejoren el rendimiento en el aprendizaje, la memoria y la creatividad, así como el rendimiento en los exámenes, exposiciones, entrevistas y toda actividad que requiera excelencia en el desempeño.
- Aprender a entrar en estados de aprendizaje optimizado.
- Explorar nuevas técnicas y metodologías de aprendizaje.
- Descubrir cómo funciona la mente y la forma de aumentar su potencial.
- Lograr desactivar estados negativos, generando respuestas beneficiosas para el logro de objetivos.
- Incrementar la autoestima y descubrir cómo trabajar la autoestima del educando.

- Desarrollar habilidades para favorecer los vínculos y actuar con eficacia en el escenario laboral y comunitario.
- Aprender cuáles son los elementos que dan información acerca de cómo las personas piensan para lograr una comunicación que favorezca el proceso de enseñanza.
- Asimilar cómo descubrir y aplicar una estrategia efectiva de aprendizaje.
- Descifrar la incidencia de las creencias en los bloqueos o el buen rendimiento.
- Descubrir cómo motivar de acuerdo al estilo del educando.
- Incorporar formas de enseñar adecuadas a las características del mismo.

A su vez les permitirá a los docentes reconocer la multidimensionalidad del ser humano, ampliando su modelo del mundo y desarrollando más opciones y flexibilidad para comunicarse y actuar en su realidad cotidiana.



Capítulo

1

Marco teórico

Fundamentos de la Programación Neurolingüística (PNL)

¿Qué es la PNL?

Es una técnica que tiene por objetivo estudiar la comunicación para crear vínculos satisfactorios y además desarrollar herramientas para el cambio y la transformación tanto en el ámbito personal como laboral.

La PNL se originó en Santa Cruz, California, en 1976 y sus creadores fueron John Grinder, quien era profesor ayudante de lingüística en la Universidad de California Santa Cruz, y Richard Bandler, estudiante de psicología en la misma universidad.

El interés de ambos era estudiar cómo hacían los comunicadores exitosos para comunicarse con efectividad. Para ello, estudiaron a tres psiquiatras muy reconocidos por su efectividad. El propósito de Bandler y Grinder no era iniciar una nueva escuela de terapia sino identificar los patrones utilizados por estos terapeutas. Si bien los tres presentaban personalidades diferentes, empleaban patrones similares en lo fundamental.

Los creadores depuraron estos patrones y construyeron un modelo de comunicación efectiva, cambio personal, aprendizaje entre otros desarrollos, para que las personas puedan implementar estas mismas técnicas con el fin de mejorar y enriquecer su conducta habitual.

La PNL es una ciencia porque hay un método y un proceso para descubrir los modelos empleados por individuos sobresalientes. Este proceso se llama modelado. Se modela a aquellas personas que lo hacen con efectividad en diversos campos que van desde la comunicación, la educación, hasta los negocios, empresas, el arte, entre otros.

La PNL tiene técnicas para descubrir cómo es el proceso mental o estrategia por la cual una persona se comunica, aprende, crea, negocia, decide con efectividad, entre otros, y así incorporarlo, permitiendo mejorar la propia estrategia. Es una forma de descubrir los propios recursos y los de otras personas.

La PNL trata de la estructura de la experiencia subjetiva. ¿Cómo pensamos? ¿Cómo aprendemos? ¿Cómo nos motivamos? ¿Cómo nos estresamos? ¿Cómo creamos? ¿Cómo comunicamos?

Estudia cómo construimos nuestro modelo del mundo, nuestra experiencia de quiénes somos, qué hacemos y cómo experimentamos a los demás. Cómo revisamos y filtramos el mundo exterior mediante nuestros sentidos.

Ha profundizado en diversos ámbitos y su campo de aplicación es muy amplio. En el área institucional, desarrolla recursos y habilidades necesarias para el liderazgo, la conducción de equipos, el logro de objetivos, la motivación, la productividad, cómo mejorar la comunicación interpersonal y fomentar una cultura

alineada con los objetivos de la institución.

¿Cómo utilizamos el lenguaje para comunicarnos, influir y motivar? Cualquier actividad que se relacione con los demás implica PNL. A través de sus herramientas podemos intensificar los vínculos en general.

¿Cómo es el “software” mental que nos permite ser efectivos y cuál el que conviene ser actualizado para obtener mejores resultados? ¿Cuáles son las creencias que conducen al éxito y cuáles las que llevan al fracaso?

Éstas son algunas de las preguntas que responde con éxito la PNL. Su práctica brinda la posibilidad de lograr lo mejor de uno mismo.

Capítulo

2

Testimonios de docentes que aplican PNL

Valeria Paola da Silva

Profesora de Inglés

En mi caso personal, abrirme al mundo de PNL significó un gran crecimiento tanto en el aspecto personal como en el laboral. En lo que a la docencia concierne, PNL resultó ser una herramienta valiosísima que me permite como docente comprender de qué manera el cerebro asimila naturalmente la información nueva y, consecuentemente, aprende.

Uno de los aspectos trabajados en Programación que me resultó muy útil fue el estudio de los sistemas representacionales, ya que comprendí que no todos representamos el mundo de la misma manera, sino que básicamente hay tres maneras de percibir la realidad: auditivamente, visualmente o kinestésicamente. Teniendo en cuenta esto pude experimentar distintas actividades apelando a los tres sistemas para poder llegar a cada uno de mis alumnos, buscando de esta manera una motivación natural por la cual poder transferir el conocimiento. En una clase de inglés, para introducir el tema de las preposiciones, apelé a imágenes visuales, donde los chicos veían un conejito en distintas ubicaciones (arriba, abajo, detrás, adelante, etc.) respecto de una cama. Luego los expuse a la forma escrita de la palabra (ON, UNDER, BEHIND, IN FRONT OF) y su debida pronunciación. Finalmente, pusimos este nuevo contenido en práctica jugando al famoso “Simon says...”. En este juego los chicos jugaron con sus cuerpos, siguiendo las instrucciones de la docente para ubicar sus cartucheras arriba de la cabeza, entre las piernas, debajo de la cola, etc., mientras repetían las palabras que estaban como ayuda de referencia visual en el pizarrón. Por supuesto que haber aprendido a observar la dirección de los ojos entre otras cosas, me facilitó la tarea para reconocer qué sistema de representación tenía cada nene.

Otro aspecto importantísimo que incorporé con PNL fue el modo de cómo llegar a establecer una comunicación eficaz con mis alumnos por medio de la “sintonía” y el “rapport”, las preguntas, etc. Teniendo en cuenta principalmente que el significado de la comunicación está dado por las respuestas y que éstas son el producto de un estado interno que se puede modificar, el docente debe intentar trabajar creando una atmósfera cálida y favorable dentro del aula donde el alumno no se sienta expuesto o en peligro, sino cómodo, seguro y alentado en su aprendizaje para reducir el nivel de estrés. De esta manera, el cerebro puede poner toda su energía en aprender algo nuevo y no en usarla para intentar protegerse de una situación que representa una amenaza dentro de su experiencia. En otras palabras, mejorar la comunicación me permitió mejorar el vínculo con mis alumnos. Pude ver que es completamente natural para un niño kinestésico sentarse “desparramado” en su silla o moviéndose de un lado a otro... y que mi respuesta frente a esta conducta no debe ser un grito o llamado

de atención para que se siente correctamente, sino que debo intentar motivarlo e incorporarlo haciéndolo participar de otra manera, probablemente invitándolo a pasar al frente para que ejemplifique alguna actividad o para que escriba algo en el pizarrón. Asimismo, comprendí que no hay que “enloquecerse” y perder la paciencia cuando luego de explicar las cosas cien veces hay alumnos que aún no entienden. Lo más probable es que estemos cambiando solo el orden de las palabras y no estemos buscando una nueva manera de abrir otro camino para llegar a la mente del chico. Es importante que un docente domine esto a la perfección porque de ello dependerá la atmósfera que se cree en el aula y el éxito de una clase. Esto se ve claramente dentro de una clase de inglés. Cuando enseñamos una lengua extranjera, hay mucha exposición por parte de los alumnos (ya sea por el miedo a errar una estructura o pronunciar una palabra mal) y no propiciar un clima agradable, de confianza y, sobre todo, de seguridad puede ser el gran enemigo de cualquier docente. Si logramos que los alumnos se sientan comprendidos, acompañados y seguros en la clase, disminuirémos el riesgo de exposición, amenaza o peligro y, entonces, podrán aplicar toda su energía en el aprendizaje.

Para que el cerebro aprenda es fundamental apelar a las emociones, ya que la memoria emocional es la que tiene mayor precedencia sobre el resto de “las memorias” del cerebro. Esto se debe a que, cuando el aprendizaje se produce bajo el efecto de emociones fuertes, el cerebro libera adrenalina y la adrenalina, se ha comprobado, es un fijador a largo plazo.

Siguiendo en esta línea respecto del efecto emocional para facilitar el aprendizaje, el siguiente es un ejemplo de cómo un profesor de historia puede recurrir a la generación de emociones para realizar anclajes en el aprendizaje: un profesor de historia iba a desarrollar el tema McCarthismo, por lo tanto, decidió crear una situación análoga de este terror al Comunismo que tuvo lugar en América del Norte durante la Guerra Fría.

Cada alumno recibió un papelito que podía estar en BLANCO —significando que no pertenecía al partido comunista— o marcado con un PUNTO en el centro —significando que pertenecía al partido comunista—, lo cual implicaba que debía mantener su identidad en secreto. El profesor, entonces, alienta a sus alumnos a recorrer el aula y formar el grupo más grande que no incluyese PUNTOS. Tratando de determinar quién es un punto y quién no lo es, los alumnos deben investigar y proceder con preguntas y sospechas. De esta forma los “sospechosos” son echados del grupo.

Con esta actividad surgen —y los alumnos también experimentan— todos los sentimientos de la época donde la sospecha, la traición, las acusaciones infundadas, la culpabilidad por asociación, etc. eran moneda corriente.

(Esta actividad la hicimos en un congreso y fue increíble la forma en que las personas se involucraron, sobre todo las que eran “BLANCO”, pero las acusaban de PUNTO y eran dejadas fuera de los grupos... también la gente que tenía que mentir para conseguir ser aceptada).

Una vez analizados los sentimientos de cada una de las partes, el profesor introdujo el tema histórico realizando un anclaje en los sentimientos experimentados por los alumnos.

Respecto de la manera de dar una clase, si tomamos en cuenta los Metaprogramas de los alumnos, para los alumnos que tienen metaprograma PROCEDIMIENTO puede resultar útil realizar un detalle en el pizarrón de los pasos y los conceptos de la clase. Esta manera puede ser ventajosa tanto para un metaprograma Procedimiento —porque necesita una estructura— como para un alumno que no es tan ordenado y justamente ordenar los conocimientos le ayudaría a fijarlos.

Un ejemplo de una manera de llevarlo a la práctica en una clase de inglés sería:

1. Juego: para repasar lo visto la clase anterior, recurrir al conocimiento previo y motivarlos/involucrarlos ya desde el comienzo.
2. Parte de una película: para introducir un tema nuevo.
3. Ejercitación oral.
4. RECREO.
5. Ejercitación escrita.
6. SORPRESA: este elemento es clave para motivarlos a seguir todos los pasos hasta llegar al final de la clase. Puede ser otro juego con algún premio, una canción, etc... La idea es que los alumnos tengan que resolver nuevamente alguna actividad relacionada con lo que se estuvo trabajando durante la clase y que se vayan con una sonrisa y un buen recuerdo. Y con ganas de volver ¡POR SUPUESTO!

Hoy en día, con la ayuda de la ciencia, se ha comprobado que la escuela tradicional frecuentemente inhibe el aprendizaje, ya que no tiene en cuenta los modos naturales en que aprende el cerebro. Claramente esta escuela siempre se ha dedicado a desarrollar solo un hemisferio del cerebro: el izquierdo. La escuela de hoy debe emprender el desafío de darle lugar al desarrollo del hemisferio derecho por igual. Por este motivo, es importante que los docentes incorporen a sus clases nuevas tecnologías para cubrir y relacionar la totalidad del cerebro. En inglés esto se puede llevar a cabo a través de películas, videos de YouTube, o series de interés general dentro del círculo de adultos. De esta manera se es-

timula a los alumnos que tienen sistemas de representación visual y auditivo. La música de fondo para realizar ciertas actividades es otro recurso muy útil, ya que conecta ambos hemisferios, reduce el estrés y despierta la imaginación.

De acuerdo a lo planteado por PNL sobre los sistemas representacionales y teniendo en cuenta las inteligencias múltiples, el docente debería innovar también en el tema de la evaluación, permitiendo a cada alumno expresarse mediante sus habilidades. Por ejemplo, en Literatura, para evaluar la lectura de un libro se les puede pedir a los alumnos que elijan UNA opción de la siguiente lista:

- Escribir una sinopsis de la historia agregando una apreciación personal (para los alumnos que tienen facilidad para la escritura: Inteligencia lingüística).
- Diseñar una historieta donde estén representadas las partes más importantes de la historia (para los alumnos que tengan facilidad para el dibujo, la expresión artística).
- Componer una canción: elegir una melodía y escribir la letra contando esta historia (para los alumnos con prototipo auditivo: Inteligencia musical/rítmica).
- Representar teatralmente (en forma breve) la historia. Tener en cuenta la coreografía, el vestuario, etc.
- Buscar un objeto, imagen que represente sus emociones respecto de la historia. Establecer la relación y explicar los mismos.

De esta manera, cada alumno trabajaría motivado y cómodo en una actividad distinta sobre el mismo tema, y la puesta en común sería grandiosa ya que cada alumno se enriquecería con las producciones ajenas, viendo distintos modos de abordar la historia y, por sobre todas las cosas, divirtiéndose.

Martínez Patricia

Docente de Nivel Inicial

Ante la necesidad de resolver situaciones que se me presentan cotidianamente en el mundo en que estamos inmersos, decidí realizar el curso de PNL de la cual hasta el momento no poseía conocimiento concreto. Entre otras cosas, por preguntarme, ¿cómo actuar en distintas situaciones? Tratando de no olvidar y entender que cada ser es único e irrepetible y posee experiencias y vivencias ya adquiridas. ¿Cómo llegar a ellos? ¿Cómo ellos pueden comprender al otro? ¿Cómo poder tener mejores alternativas ante nuevas experiencias para optimizar la comunicación y relaciones en lo profesional? ¿De qué manera llevarlo a cabo sin

interferencias de por medio? Éstas son algunas preguntas que me cuestionaba. Comprendiendo la PNL como herramienta, teniendo hasta el momento conocimiento del módulo de comunicación, programas mentales, la mente, pude lograr ir modificando situaciones en el quehacer cotidiano, desbloqueando aquello que me afectaba.

Tomar conocimiento del marco teórico y realizar los ejercicios dados en el curso, me brindaron la posibilidad de saber a qué persona tenía delante de mí. Por ejemplo: a través de reconocer sus metaprogramas, sus movimientos oculares, postura tomada, entonación, etc., pude descubrir cómo llevar a cabo una continua comunicación, observando en el otro que siente que hay alguien que comprende sus situaciones y experiencias. De ésta manera, se eliminan interferencias durante la comunicación y mejoran los resultados.

Seguir trabajando con la PNL me permite provocar acciones en el otro y en mi persona e incrementar mejores herramientas para desarrollar más potencial y activar conductas que incrementan un buen estado personal y profesional.

Creo que es necesaria la implementación de la PNL en todo ámbito social para abordar una mejor comunicación, rendimiento y bienestar en general.

Lenguaje en acción

Alejandra Suárez

Directora de Inglés

“Saber distinguir los diferentes aspectos que conlleva el intercambio de información entre las personas y aplicar este conocimiento significa tener más poder para convencer a otra persona y ejercer influencia”.

Considero que este aspecto es fundamental para desarrollar habilidades de comunicación tanto a nivel personal como laboral.

Me desempeño como directora de Nivel Inicial por lo tanto diariamente tengo entrevistas con padres. Muchas son difíciles por los planteos que hacen, pero advierto que a partir de la Capacitación en Programación Neurolingüística me voy armando de estrategias para poder enfrentar exitosamente este tipo de situación.

En una oportunidad, los padres de un alumno que había sido sancionado llegaron a la Dirección muy enojados y, a pesar de que no habían solicitado entrevista previa, los recibí en forma inmediata. En primer lugar, intenté asegurar una buena conexión con ellos utilizando un tono de voz amable, creando así una atmósfera distendida y cordial. Esto instantáneamente hizo que ambos se relajaran y cambiaran su actitud.

Los escuché muy atentamente sin hacer interrupciones. Mi intención era descubrir el proceso mental de ellos para poder de este modo establecer “rapport”*. Y lo logré.

En el discurso de la mamá detecté que muchas de sus afirmaciones tenían que ver con su manera de pensar y de ver la realidad. Lejos de contradecirla recordé que “el mapa no es el territorio” y que en consecuencia la gente experimenta el mundo de manera diferente.

Mi estrategia fue ponerme “en lugar del otro”, ofrecer soluciones y comprometerme a resolver la situación a corto plazo. Se despidieron cordialmente y agradeciendo mi intervención.

**Rapport: se da cuando dos o más personas sienten que están en “sintonía”. Se establece una relación donde hay armonía, confort, acuerdo, confianza, afinidad. Es imprescindible para que el diálogo tenga éxito.*

La palabra deriva del antiguo verbo francés rapporter que literalmente significa llevar algo a cambio (Manser/Webser) y, en el sentido de cómo las personas se relacionan entre sí, significa que lo que una persona envía la otra lo devuelve.

PNL en el aula

Docente: María Guadalupe Alonso

Practitioner en PNL

Trabajo presentado en el Ateneo educativo realizado en el Colegio Grilli de Canning.

A partir del proyecto áulico “El Planeta azul”, pude aplicar mis conocimientos de PNL en niños de seis años. Uno de mis objetivos como docente en el proyecto era que los niños pudieran adquirir los contenidos que se desprendían de este a partir del canal de comunicación predominante del niño (visual-auditivo-kinestésico). Para poner en marcha este proyecto tuve que realizar el agrupamiento de mis alumnos, teniendo en cuenta sus sistemas representacionales. Para ello, en forma individual, les leí veinte palabras claves (lista facilitada por la Lic. Mónica Dreyer en el curso) y ellos eligieron aquellas que por alguna razón les impresionaban más. La lista original poseía algunas palabras de difícil interpretación para niños de esa edad por lo que fueron reemplazados por otras equivalentes. Este trabajo fue acompañado por diálogos (individuales y grupales) en los cuales los “predicados” y movimientos oculares eran de gran ayuda y complemento para el trabajo de las veinte palabras.

Para poner en marcha el trabajo, dividí las actividades del proyecto en tres, para visuales, auditivos y kinestésicos.

Actividades:

Grupo visual:

Ellos idearon un panel que consistía en un paisaje con el ciclo del agua y la acción del hombre en el mismo. A partir del gráfico y de conceptos que ellos leyeron del libro, explicaron los contenidos trabajados.

También diseñaron y leyeron filminas explicativas.

Grupo Auditivo:

A ellos les conté un cuento sobre el ciclo del agua, curiosidades sobre el agua en la naturaleza y los subsistemas terrestres, los cuales luego fueron contados con sus palabras.

Grupo kinestésico:

Ellos realizaron experiencias con agua sobre solubilidad, concentración y PH y fabricaron su propio revelador de PH con repollo colorado.

Al facilitarle los contenidos a partir de su sistema representacional predominante, pude observar (a diferencia de otras oportunidades) que los nenes se apropiaban de los contenidos propuestos con más rapidez y con mejor predisposición. Escuchaba comentarios como... "Esto es re-divertido", "...y además podemos hacer...". Todo esto me llevó a la conclusión de que, si el niño puede aprender desde su sistema representacional más desarrollado, lo hará con mejor predisposición y alegría, su capacidad de aprender y creatividad se verán más desarrolladas como así también cumplidas mis expectativas como docente, que mis alumnos adquieran los conocimientos de la forma más natural y amena posible.

Si bien es sumamente importante conocer el sistema representacional de los niños con los que se está trabajando en el aula, **me parece fundamental conocer el propio**. En mi caso particular, al ser kinestésica, enfocaba mis clases desde la experiencia, que, si bien es muy importante, mis alumnos visuales y auditivos aprendían, pero no con el entusiasmo, interés y placer que podían hacerlo.

A partir de mi primera y segunda clase del curso, comencé a incorporar a mis prácticas áulicas, láminas, cd, plastilinas, carteles y todo aquello que favoreciera el aprendizaje de todos mis queridos alumnos.

Mis conocimientos en PNL me ayudaron a mejorar mi comunicación, realizar proyectos más creativos y participativos, prevenir y resolver conflictos en el aula de una forma más natural y efectiva.