



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

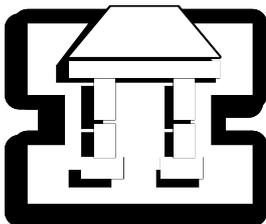
**PROPUESTA PARA EL TRABAJO CON DOCENTES
BASADO EN EL MODELO DE EXCELENCIA DE LA
PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA**

T E S I S A

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A :
ANA IRENE CABRERA GÁLVEZ**

ASESORES:

**DRA. MARÍA ANTONIETA DORANTES GÓMEZ
LIC. JORGE GUERRA GARCÍA.
MTRA. MARGARITA MARTÍNEZ RIVERA**



LOS REYES IZTACALA, EDO. DE MÉXICO

2008



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

Esta tesina ha sido para mi un verdadero logro de gozo y satisfacción, ya que a lo largo de ella me di cuenta de lo maravilloso que es ser profesora, aún cuando no lo soy si pertenezco al mundo de la enseñanza, ya que como psicólogos estamos obligados a formar parte de la enseñanza y lo más interesante es que mi profesión es una herramienta cada día más importante para ayudar a otros y en especial a los profesores. Gracias.

Quiero agradecer profundamente a mis pastores Alfredo Rosas C. y a su amada esposa Angélica de Rosas por ser mis amigos y por animarme a concluir mis estudios, los amo. Gracias a la Iglesia Roca C.A.M. Luci, tus oraciones me infundieron valor y fortaleza, Betsie, gracias por ser mi amiga y enseñarme a escribir en computadora. Un millón y realmente un millón de gracias a ti amiguita Susy R. te amo.

A mi maestra Toñita gracias por tu amor y pasión por los estudiantes universitarios Dios te coloco ahí. Lo logramos.

Estoy muy agradecida con Dios por tu vida Papito, Rodolfo. Y te agradezco por traerme al mundo. A la memoria de mi madre, Lucina. Lo logre. Móni, Karina, Rodolfo y Lorena. Gracias los amo.

Como nunca antes Padre gracias por amarme, eres lo mejor que me pudo haber sucedido en la vida, gracias por tu hijo Jesús y tu maravilloso Espíritu Santo, Eres la única razón de mi adoración, te bendigo Señor y gracias. Te amo con todo el corazón.

INDICE

| | |
|---------------------------|----|
| INTRODUCCION..... | 1 |
| REFLEXION..... | 6 |
| CAPITULO 1 | |
| DEFINICION DE LA PNL..... | 10 |
| CAPITULO 2 | |
| EL TRABAJO DOCENTE..... | 26 |
| CAPITULO 3 | |
| PNL Y EDUCACION..... | 35 |
| CAPITULO 4 | |
| PROPUESTA DE TRABAJO..... | 46 |
| CONCLUSIONES..... | 60 |
| BIBLIOGRAFIA..... | 63 |

RESUMEN

El autoestima, es el conocimiento de sí mismos, es el desarrollar al máximo todas tus herramientas como ser humano en el lugar en donde te encuentras, en lo que haces, y en tus relaciones tanto familiares como laborales cuando haces lo que te agrada de manera agradable y dando lo mejor de ti realizas un trabajo excelente, las relaciones con los adultos esto es primordial en cualquier ámbito por esto es que el objetivo de la presente tesina es realizar una propuesta de trabajo terapéutico para profesores básicamente, mediante las herramientas de la programación neurolingüística (PNL).

En el análisis teórico que se desarrollo en el primer capítulo, se hace una revisión de los fundamentos básicos de la PNL, así como el desarrollo de los alcances de esta. En el segundo capítulo se analizaron las cualidades que el profesor maneja en su profesión y en la relación con sus alumnos, además de su calidad humana. En el tercer capítulo se describen los diferentes alternativas y modelos que ofrece la PNL en el campo educativo con el fin de que los profesores cuenten con más elementos para su labor cotidiana.

El trabajo se finaliza presentando una propuesta de trabajo terapéutico para profesores, que esta diseñado de tal forma que se puede trabajar con cualquier persona en un sin fin de situaciones. Lo cual es de suma importancia para los profesores que requieran de un espacio propio en donde por ellos mismos descubran la importancia de mantener un autoestima adecuada para el tipo de labor que ellos realizan, lo cual les apoyara durante todas las etapas de su vida. La propuesta se realiza desde la perspectiva de la PNL, ya que en este enfoque se retoma la excelencia que cada persona puede desarrollar en todo lo que hace.

INTRODUCCIÓN

En el contexto de la integración educativa, el Psicólogo forma parte del proceso que aporta información útil principalmente para los profesores de grupo de educación regular quienes podrán orientar sus acciones para satisfacer las necesidades educativas de sus alumnos. Por lo que no se puede prescindir de una respuesta psicopedagógica. Se pretende que la detección de los alumnos con necesidades educativas especiales no dependa únicamente de el maestro de grupo, sino que se realice un trabajo colaborativo con el personal especializado que se encuentra inmerso en las primarias a través de educación especial con la modalidad de las U.S.A.E.R. (Unidades de Apoyo a la Escuela Regular), ya que estas cuentan con maestros especialistas, trabajadores sociales, maestro de lenguaje y el psicólogo. (Lo menciono en masculino, pero es bien sabido que la mayoría de este gremio esta constituido por mujeres).

Si bien el rol del psicólogo es poco claro, su labor abarca desde la detección, determinación y atención a alumnos con necesidades educativas especiales así como orientación a los padres de familia. Las expectativas de los profesores respecto al trabajo del psicólogo se centran en concebirlo como alguien que resuelve los problemas de los alumnos, probablemente porque aun les resulte difícil definir cuando es necesario el apoyo del psicólogo por el hecho de desconocer los alcances y limitaciones que la actividad de estos profesionales pueden tener en esta escuela.

El hecho de necesitar la intervención del psicólogo no significa que el profesor deje de lado su responsabilidad sobre sus alumnos. El psicólogo interviene de manera orientadora hacia el profesor ya que gran parte de las necesidades educativas se dan en el contexto del aula y es ahí donde se debe dar una respuesta por lo que este trabajo propone una forma de trabajo colaborativo entre el docente y el psicólogo a partir de los principios de la programación neurolingüística.

Otro de los puntos de partida de la SEP, al ingresar al psicólogo dentro de las escuelas es básicamente en el trabajo directo o indirectamente (por medio del profesor), a los alumnos que lo requieran, solo que se ha olvidado un punto muy importante en esta inserción del psicólogo; debido a su preparación el también puede fungir como terapeuta del mismo profesor; aunque cabe mencionar que está detenida la labor terapéutica con los alumnos, se trabaja con ellos desde la perspectiva de desarrollar los procesos de los niños. Considero que se está ocupando muy limitadamente la labor del psicólogo dentro de la educación.

Ya que en la escuela se da por hecho que, el que va a aprender es el alumno y esto es poco cierto, ya que todo ser humano, incluyendo a los profesores tenemos, hasta el último momento de nuestra vida, un reto constante, el aprender; por tanto quien diga que ya aprendió todo y no le resta por asimilar nada, habría que prepararle su funeral para hoy mismo; el gran compromiso de nosotros será aprender hasta el último respiro de nuestra existencia (Ibarra, 1999). Y es aquí dónde puede entrar el psicólogo, como orientador e incluso terapeuta de profesores. Sin embargo observemos más detenidamente la que hasta ahora es su labor.

Dar un servicio de calidad en la atención a la diversidad de alumnos con el fin de favorecer sus aprendizajes, es uno de los propósitos educativos en todo lo que aprenden en la escuela les servirá para su vida cotidiana, por lo que el enfoque educativo reside en la base de la construcción del conocimiento, y el psicólogo es visto por los padres de familia y autoridades educativas como el acompañante de los alumnos, para desarrollar en ellos sus habilidades, y sean competentes en su vida.

El aprendizaje debe disfrutarse, con mente creadora y con nuestro cuerpo de una manera integral (Gómez, 2002).

Los alumnos aprenderán a leer leyendo, a escribir escribiendo y aprenden a aprender, es por esto que la educación puede aumentar la diversidad en su desarrollo como persona creativa. La meta de la educación no puede ser otra que, el desarrollo máximo posible del individuo (Patterson, 1982).

La enseñanza no ha sido eficaz, hasta ahora los niños aprenden más de lo que observan de los adultos que de lo que se les dice que tienen que hacer, por lo que es necesario buscar otras alternativas, es aquí donde rescataremos lo que propone la programación neurolingüística.

La programación neurolingüística puede ayudar a cualquier persona a que sea más competente en lo que hace, controle más sus pensamientos y acciones, y por lo tanto, sea más positiva y más capaz de alcanzar sus objetivos.

La PNL es el arte de la ciencia, y la excelencia que se centra en el modelado, y va del presente hacia el futuro, brindando un sin número de herramientas. Sus fundadores Richard Bandler, y John Grinder, brindan técnicas que pueden utilizarse para fortalecer los fines de la educación que van encaminados a desarrollar personas capaces de adaptarse al cambio.

Son muchas las definiciones de la PNL, y todas ellas coinciden en que cuando alguien quiere cambiar y cuenta con las herramientas de la PNL, estos cambios serán satisfactorios y reales, ya que es una disciplina que abarca una gran variedad de procesos, y técnicas con propósitos que propiciarán cambios en personas de manera pronta en su estilo de vida, de aprendizaje, de trabajo, de pensar y actuar.

Esto posibilita el desarrollo de habilidades con las que se generan los resultados que se propongan en el campo educativo, ya que la PNL se aplica en alteraciones del aprendizaje, en conductas no deseadas, en la recuperación de valores, en la motivación para aprender y en muchas otras áreas. El maestro contribuye a la

libertad para aprender, cuando en su práctica cotidiana muestra a la educación como lo palpable y lo real que vive el alumno, proporcionando todos los recursos posibles, incluso lo que el conoce. De modo que los alumnos obtendrán más ventajas, entre las que se encuentran el gusto y la motivación por aprender, se toma la responsabilidad de su propio aprendizaje trabajando con mayor intensidad, y por más tiempo en tareas que ellos mismos se impongan, manifestándose la creatividad en el proceso de aprendizaje.

Los niños aprenden más de lo que observan de los adultos que de lo que se les dice que tienen que hacer, entonces hablamos de la modelación que es un método extraordinariamente eficaz para enseñar conductas complejas; no resta ni se descuida el desarrollo cognoscitivo o intelectual. Por lo que el objetivo de esta investigación es ***“proponer al docente el trabajo basado en el modelo de excelencia con las herramientas que utiliza la Programación Neuro Lingüística.”***

Por lo tanto el capítulo uno, se aborda la definición de la PNL su historia y fundamentos, que es el arte de la excelencia personal; sus técnicas y los cambios que en cada individuo se realizan ya que ésta es práctica. Se habla de sus presuposiciones, que cada individuo tiene los recursos que necesita para ser competente.

El proceso de enseñanza aprendizaje se ha desarrollado paulatinamente y el papel del maestro es primordial, por lo que en el presente trabajo se analiza en el segundo capítulo, el modelo de excelencia basado en la PNL, los elementos que contiene, y como se desarrollan con el fin de obtener modelos y herramientas que guíen al docente; los materiales como libros para alumnos y maestros, ficheros, salones, escuelas e incluso los mismos alumnos están dados ya.

El maestro como guía, es uno de los protagonistas en toda esta labor que ha de realizarse en la educación y como facilitador, posee elementos internos y externos que lo preparan día con día. La PNL le brinda la oportunidad para ser excelente, por lo que en el capítulo tres aborda el trabajo docente que le permitirá ser mejor maestro, ante sus alumnos, autoridades y lo más importante ante el mismo (autoestima). El profesor imparte no solo el conocimiento puro de las asignaturas, sino que va implícito su sello personal, su forma de pensar, su preparación, su conducta, sus anhelos y sus metas.

Y finalmente, en el capítulo cuatro, se expone aquello que la PNL brinda como herramientas a los profesores, para ser excelentes como personas en todo lo que hacen dentro y fuera de su labor. Cada individuo es un ser único y con una historia personal, el maestro también lo es, y en este capítulo se propone un trabajo terapéutico para incrementar el autoestima del maestro. Abriendo la posibilidad de ser individual o grupal el trabajo. Retomando lo analizado en los capítulos anteriores.

CAPÍTULO 1

DEFINICIÓN DE PNL

En este capítulo se aborda la definición de programación neurolingüística su historia, desarrollo y fundamentos teóricos. Así mismo se mencionan algunos de los autores que han formado parte del campo de la PNL.

El término PNL se ha convertido en un lenguaje cotidiano tanto para el que conoce el significado, como para la persona que nunca lo ha escuchado y sin embargo lo utiliza, ya que todas las personas desean realizar cambios personales y en otros de manera positiva o negativa, esto se busca en el consejo de la amiga, del psíquico o con el médico; tratando de salir del estado actual que le resulta molesto y negativo donde el cambiar es lo fundamental. En busca de este cambio las personas acuden al horóscopo del periódico y en las revistas aunque dichos resultados sean negativos.

Los principios de la PNL como parte de una disciplina, brindan elementos para realizar cambios y una vez que se conocen y que dan resultados de manera eficaz y certera en poco tiempo, nuestras vidas serán mas exitosas. El objetivo primordial de la PNL es que cada día las personas sean mejores y tengan más éxito en todo lo que hacen, sean más responsables de sus actos, emociones y pensamientos para llegar a ser mas independientes.

La PNL se concentra en el modelado, de donde se extraerán conjuntos de patrones que se copiaran con el fin de lograr alcanzar las metas deseadas en las conductas o pensamientos propios de la persona y así lograr el éxito y la excelencia. La PNL pretende que, las personas utilicen su cerebro adecuadamente y eficientemente de acuerdo a sus planes y a su búsqueda. La PNL se puede utilizar en cualquier área de la vida.

La PNL es el arte y la ciencia de la excelencia personal, el significado de programación neurolingüística se define en tres elementos (Harris, 1999):

Programación: como su nombre lo indica son pasos programados a seguir, las formas que escogemos para organizar nuestras ideas o pensamientos con el propósito de producir resultados.

Neuro: se refiere a los procesos neurológicos que involucran la visión, el oído, el olfato, el tacto, el gusto y los sentimientos.

Lingüística: Es el uso del lenguaje para ordenar nuestros pensamientos y conducta, así como para comunicarnos con otros y con nosotros mismos.

*Definición

La programación neurolingüística es el arte y la ciencia de la excelencia personal. Arte porque al ser cada individuo sus actuaciones tendrán su toque personal y ciencia porque es un conjunto de técnicas y métodos y procesos que pueden ser y son comprobables por cualquier individuo en el campo que se elija para desarrollar su excelencia. La PNL ayuda a cualquier persona a que sea más competente en lo que hace, controle más sus pensamientos y acciones, sea más positiva y capaz de alcanzar sus objetivos en la vida (Harris, Carol. 1999).

Corner (2000) define la PNL, como un conjunto de modelos, habilidades y técnicas para actuar, pensar y sentir de forma efectiva en el mundo. Lo cual da como resultado la excelencia personal y el éxito en los campos en donde la persona se involucra.

La PNL va de lo real, a lo cotidiano y se traspola o se deriva en lo teórico a través del modelaje el cual se da cuando una persona actúa de manera exitosa y puede transferir sus patrones de conducta a otra y esta con su propio estilo lograra

también el éxito mediante el desarrollo de ciertas habilidades, entre las que se encuentran los estados físico, mental y emocional; los cuales se van modificando mediante pequeños cambios para lograr los resultados deseados.

*Premisas

A continuación se describen las premisas en las que se sustenta la PNL:

El mapa no es el territorio.- Una realidad única no existe ya que cada persona tienen su historia basada en su experiencia y crea una manera propia de pensar y de actuar. Mi verdad no necesariamente es la de los demás.

Si una persona puede las demás también.- Los seres humanos tenemos habilidades, capacidades y un potencial que cuando se enfoca hacia un logro o meta se realiza; por lo que si alguien logra hacer algo, las demás personas también pueden, solamente hay que intentarlo aprendiendo de otros.

Toda experiencia tiene una estructura.- seguimos un orden o patrón de pensamientos, basados en nuestros recuerdos y experiencias, por lo que si los reconocemos lograremos cambios de negativos a positivos y de los agradables a los desagradables.

Cuerpo y mente son un solo sistema.- como todos los sistemas nuestra mente y cuerpo no están separados, son uno solo; por lo que en la manera que pienso es en la manera que actuó.

No existe el fracaso solo los resultados.- Las experiencias negativas y positivas nos sirven para almacenar información y utilizarla en acciones posteriores, lo cual nos lleva a obtener resultados.

No puedes no comunicarte.- La comunicación es fundamental en nuestras relaciones con los demás con el fin de lograr una convivencia armónica, por lo que

los diferentes tipos de lenguaje son trascendentales para lograr comunicarme; entre los que se encuentran los gestos, las expresiones corporales, el habla y la escritura.

Las personas poseen los recursos que necesitan.- Estos recursos se pueden dividir en físicos y mentales y todas las personas los poseen unos mas desarrollados que otros, unos descubiertos y otros aun sin descubrir, estos se pueden y deben utilizarse cada vez que se necesite dependiendo de las circunstancias.

Si lo que haces no funciona, haz otra cosa.- Existe una gran gama de opciones para realizar o llevar a cabo una acción. Si lo que hasta ahora hemos hecho no ha funcionado, entonces debemos de buscar otras formas de realizarlo y hacer cambios pertinentes y continuos hasta lograr lo que queremos.

*Orígenes

La PNL inicia en los años setentas en los Estados Unidos. Sus principales fundadores, Richard Bandler y John Grinder, decidieron darse a la tarea de investigar a personas altamente efectivas en esa época, las cuales conseguían resultados exitosos como profesionales en su ramo y eligieron a tres de ellos entre los que se encuentran: Milton Ericsson, Virginia Satir y Fritz Perls. Al estudiarlos descubrieron que mantenían sus conductas y pensamientos de forma específica mediante los mismos patrones personales. Estos patrones y los elementos que los componen forman en la actualidad la base primordial de la PNL.

Estos elementos son la forma en la que piensan, sienten y actúan; si bien los tres personajes analizados no presentaban las mismas conductas, si se observaron patrones comunes en cada uno de ellos que los llevaban al éxito. A continuación se menciona un breve esbozo de cada uno de estos terapeutas.

Virginia Satir

Terapeuta familiar, trabajadora social, desarrollo un método llamado “Terapia familiar conjunta”, Satir fue una de las primeras y mas conocidas profesionistas cuyo método de trabajo fue modelo para análisis y desarrollo de los principios de la PNL.

Otro de los métodos que utilizo Satir fue el que denomino “Representación de las partes”, en donde los clientes mostraban características de las diferentes facetas de la personalidad. En dicho modelo ella diferenciaba los cinco patrones de comunicación: acusador, conciliador, perturbador, ordenador y nivelador, cada uno de ellos posee posturas y modos de comunicación característicos; modelos publicados en su libro Peoplemaking, publicado en 1972, (Harris, 1988).

Satir era en su época muy innovadora en sus métodos y utilizaba juegos y ejercicios, audios, videos, la cámara de Gessel y demostraciones; métodos que en la actualidad son muy cotidianos, sin embargo en su época fueron muy innovadores. Hasta los 10 años fue sorda por lo que desarrollo su capacidad de observación de manera extraordinaria. Muere en 1988.

Milton Erickson

Milton Erickson, médico psiquiatra nació en 1901 en Aurun, Nevada; el es uno de los modelos escogidos para imitar por parte de la PNL. Sus características físicas no le impidieron ocupar lugares importantes en su época. Era daltónico, carecía de oído musical, era disléxico y padecía arritmia cardiaca. Aprendió a hablar hasta los cuatro años. Sufrió dos ataques de polio el primero a los diecisiete años y el segundo cuando tenía cincuenta y un años el cual lo dejo gravemente paralizado y con frecuentes dolores los que le eran aliviados con ejercicios diarios de hipnosis.

Erickson, un hombre ilustre en su ramo y en su época, se convirtió en jefe y director de hospitales psiquiátricos entre los que se encuentra el Hospital Wocestes State en Massachussets. Estableció consulta privada alcanzando resultados extraordinarios.

Erickson proporciono a la investigación de Bandler y Grinder lo que ahora se conoce como el modelo Milton en PNL. Erickson realizo un uso particular de los patrones de lenguaje indirectos y las formas para conseguir un buen vinculo con sus clientes. Murió en marzo de 1980.

Fritz Perls

Así como Satir y Erickson; Perls fue otro de los modelos relevantes para la creación y desarrollo de la PNL. Es conocido como fundador de la terapia Gestalt, aunque existen más personas involucradas en ello.

Perls convierte la psicología Gestalt en un instrumento terapéutico por el año de 1912. La palabra Gestalt hace referencia a un patrón de partes que forman un conjunto, esta postura indica que no es suficiente el estudio de las partes para llegar a la comprensión y que se debe de tomar en cuenta el conjunto de las partes.

Nacido en Berlín en 1893, Perls realizó un doctorado en psicología, rechazando el movimiento Psicoanalítico. Para el, el pasado no era tan relevante como el presente. Perls animaba a sus pacientes a analizar sus respuestas emotivas a través de procesos que incluían situaciones difíciles, mediante las cuales una persona se desplazaba de un asiento a otro para representar un papel diferente. (Zambrano, 2000)

Fritz Perls, fue fundador de institutos cuyo enfoque terapéutico principal fuera la Gestalt, como el instituto de Nueva Cork para la terapia Gestáltica en 1952, y el Instituto Gestalt de la Columbia Británica en 1969. Perls falleció en 1970.

*Aplicaciones y Situación Actual

La PNL es utilizada en diferentes aspectos.

En el área educativa, ayuda a las personas a conocer como es que se da el aprendizaje, también a descubrir y a utilizar todas sus herramientas con el fin de optimizar el aprendizaje y perfeccionar la enseñanza. Mediante el modelado se extraerán conjuntos de patrones del profesor. La PNL permite ser exitosos en las áreas de la vida profesional y personal del profesor y sus alumnos, dando un nuevo sentido a la motivación por aprender.

En la clínica, al interior de un trabajo terapéutico se utilizarán las diferentes técnicas de la PNL, que ayudarán a cualquier persona a que sea más competente y controle más sus sentimientos y decisiones por lo que será más positiva y capaz de alcanzar sus metas y propósitos en la vida. A diferencia de la terapia tradicional en la que los cambios requieren de una evaluación, un diagnóstico y tratamientos de mucho tiempo, con la ayuda de la PNL, los cambios se dan desde el primer día; debido a que se enfoca en los recursos del cliente y se basa en sus objetivos y necesidades.

A nivel industrial, ayudará a las personas a aprender determinadas habilidades creando y manteniendo empatía e influencia entre sus compañeros y clientes además de sus relaciones en general. El trabajo con la PNL permite alcanzar determinados resultados a nivel empresa.

*Fundamentos Teóricos

La PNL, proporciona herramientas y técnicas con el propósito de producir cambios en la conducta de las personas porque se guían con diferentes modelos como son:

Las estructuras de orden experiencial

Harris (1999) hace mención que la PNL parte de una experiencia sensorial específica almacenada en el cerebro. Por lo que se trabaja con ella para conocer y analizar con precisión como se produce esta estructura que tiene como finalidad lograr cambios de manera personal mediante un modelo para lograr el perfeccionamiento del rendimiento en aquellas áreas que se quieran cambiar. Este orden fue desarrollado por David Gordon (EEUU), y Gram. Dames (Reino Unido 1987). En este modelo se destacan cinco elementos de análisis: resultados, conducta, estrategias mentales, emocionales y creencias; todos y cada uno de ellos relacionados entre si por lo que al lograr un cambio en alguno de ellos los demás se modifican también.

A continuación (Figura 1) se describe una muestra de cómo podemos observar gráficamente los patrones de conducta:

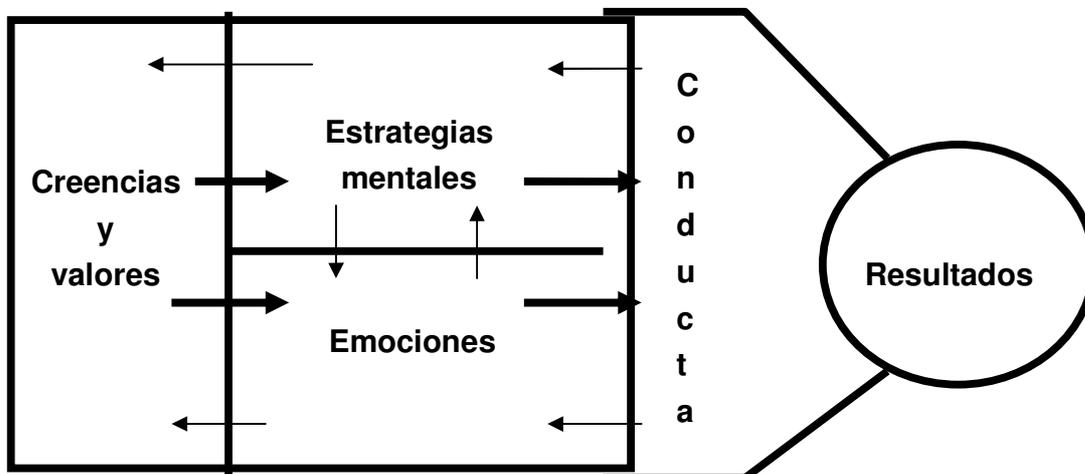


Figura número 1 Patrones de conducta.

Niveles Neurológicos

Se trata de una adaptación que Dilts (1987) realiza al modelo de Bateson, sobre los “niveles lógicos”; estos se relacionan con los niveles de procesamiento y el sistema nervioso.

La gente a menudo responde a las situaciones de diferentes formas, cuanto más elevado o profundo es el nivel de procesamiento mental, mayor es la movilización del compromiso del sistema nervioso.

Forner (2002) menciona que de acuerdo con la PNL, las combinaciones de las diferentes dimensiones de nuestra experiencia subjetiva conforman una serie de circuitos neurológicos susceptibles de ser activados mediante patrones de lenguaje, estrategias cognitivas y claves de acceso (movimientos oculares, etc.)

Es una manera de estructurar el aprendizaje de un individuo y como se opera de lo más simple a los diferentes niveles del más complejo, es desarrollado por Robert Dilts, el cual lo organiza manera ascendente:

Entorno.- contesta las preguntas de ¿Dónde y cuándo? Suceden las cosas.

Conducta.- Implica las reacciones y acciones presentadas por una persona; lo que ella hace, responde a la pregunta ¿Qué hace?

Capacidad.-Es el diseño de los planes, el camino a seguir responderán a las preguntas de ¿Cuáles son las habilidades y las estrategias que la persona emplea?

Creencias.- Se refiere a la razón de actuar de una persona responde a las preguntas de ¿por qué hace determinada cosa? y ¿qué lo estimula para hacerlo?

Identidad.- Se refiere a la misión de cada persona responde a ¿Quién es? Y ¿Qué sentido tiene?

Espiritualidad.- Implica lo que existe mas allá de si mismo, como son las razones por las que hace algo en donde involucrara a los que están a su alrededor como su familia y su comunidad.

Líneas del tiempo

Harris (1999) hace mención de una estructura conceptual y de cómo las personas se perciben a si mismas en relación al tiempo; ya que cada persona reorganiza el tiempo de diferente forma y su reacción es muy diferente.

EL tiempo no es un concepto fijo, sino que va de acuerdo a nuestra percepción de el. Para la PNL el concepto de líneas de tiempo es una forma metafórica de trabajar; ya que es un método excelente para analizar diversos asuntos, conseguir diferentes y excelentes resultados a la vez de desarrollar un mayor control personal.(Harris, 1999)

Teoría del Campo Unificado

Harris (1999) menciona que Robert Dilts, inspirado en Albert Einstein y su teoría del campo unificado (en el área de la física), logra integrar a la programación neurolingüística; esta teoría en donde se combinan de manera operativa la neurología, la lingüística y la inteligencia artificial y consta de tres elementos:

-Niveles de funcionamiento

-Tiempo

-Perspectiva

Este modelo permite que las personas aprendan como actuar dentro de los espacios multidimensionales, alcanzando objetivos más específicos y las acciones mas apropiadas para lograr un cambio.

Por lo tanto la estructura del campo unificado es la forma en la cual los individuos se organizan para resolver problemas y alcanzar objetivos.

*Técnicas

La PNL ofrece técnicas para ampliar la conciencia, desarrollar la flexibilidad y promover cambios. A continuación se describen las principales:

Posiciones Perceptivas

Comprender como piensa, siente y actúa otra persona no es realmente fácil ni simple y las posiciones perceptivas nos auxiliaran a hacerlo. La PNL distingue dos posiciones. La primera, estar asociado, se refiere a estar en primera posición, es decir pegado a su cuerpo, por lo que experimenta emociones intensas. La segunda es estar disociado, que significa estar separado, como si estuviera viéndose a si mismo y a distancia (Harris, 1999).

Primera posición.- O asociado es ver las situaciones desde donde está la persona actualmente. Haciendo referencia al Yo, mi punto de vista y mis creencias mi propia opinión.

Segunda posición.- O disociado es como si se estuviera viendo a si mismo la persona pero a distancia. Responde al Tu, es decir al otro, como serian las cosas si fueras el otro. Ponerse en los zapatos del otro, desarrolla empatía.

Tercera posición.- Observador de las dos anteriores. Punto neutro y observas la relación entre la primera y la segunda posición y se realiza una valoración.

Por medio de esta técnica de PNL se puede observar el punto de vista del otro, tomando en cuenta la opinión que yo tengo de esa misma situación (Corner, 2002).

Reencuadre

Reencuadre (reframing) significa literalmente “colocar algo en otro marco” Equivale a ver oportunidades en donde hay problemas. Es un cambio de percepción, darle otro significado posible a un suceso obteniendo mejores beneficios.

Una de las herramientas de reencuadre en PNL se denomina “six-step”, en seis pasos; es un modelo funcional en muchos casos. (Corner, 2002):

Elegir un comportamiento conflictivo (X)

- 1.- Determinar con precisión el comportamiento problemático.
- 2.- Descubrir la función positiva
- 3.- Disposición a probar otras acciones
- 4.- Buscar nuevos caminos
- 5.- Reparar las posibles objeciones (chequeo ecológico)
- 6.- Asumir la responsabilidad (situarse en el futuro)

Mohl (1992) menciona el reencuadre o reinterpretaciones se limitan a provocar un proceso cognitivo que origina un cambio en nuestros sentimientos, por lo que se le da un significado diferente a un asunto situación o problema.

Anclaje

La vida esta llena de recuerdos gratos y no gratos, buenos y malos, etc.;

Todos ellos se percatan a través de nuestros sentidos, la vista, el olfato, las sensaciones, el oído, etc. Al traer a nuestra memoria alguno de ellos recordaremos seguramente también aquellos detalles de lo que estuvo lleno ese instante nuestra vida.

Ahora bien, es igualmente posible resucitar la experiencia en su totalidad actualizando tan solo una parte, una única porción que nos permita reconstruir el resto de la vivencia. A dicho fragmento o porción lo denominaremos “ancla”.

(Mohl, 1992)

Esta técnica es utilizada para que las personas logren permanecer en un estado positivo conocido como “moment of exellance” momento cumbre.

En psicología, se denomina condicionamiento de los reflejos por medio de un estímulo en donde recordaremos el ejemplo del famoso trabajo realizado por Pavlov y sus perros.

La PNL parte de la suposición de que nos percatamos de todo lo externo a través de los sentidos, es decir, de que percibimos, representamos y almacenamos todas nuestras experiencias como informaciones sensoriales. (Mohl, 1999)

Por lo que las anclas son olores, sensaciones, palabras, imágenes, etc., que se asocian a un recuerdo positivo o negativo. Entonces anclar es cambiar un estado por otro mejor mediante un estímulo extra. (Harris, 1999)

Las anclas se pueden establecer en cualquiera de los sentidos. Las hay visuales (gestos, colores, formas, etc.), auditivas (sonidos, música, voces, volumen) y kinestésicas (estímulos táctiles, sensaciones corporales, climas) y también hay anclas olfativas (olores fuertes o suaves) y gustativas (sabores dulce, salado, agrio).

Empatía (Rapport)

La sesión más importante para dar inicio a un trabajo terapéutico, es el primer paso para establecer una relación de confianza entre el cliente y el terapeuta.

Metafóricamente hablando el rapport es “ponerse en los zapatos del otro”, entendiéndolo a el otro como el cliente/paciente que asiste a terapia.

Por lo que el ser empático es un aspecto importante, este término es definido también por Rogers (1971) como “la capacidad de sumergirse en el mundo subjetivo de los demás y participar en su experiencia”.

Otros autores como Mohl (2002), la definen como “la existencia de un contacto directo entre dos personas”. La relación entre dos personas, en donde la característica principal es el respeto y la confianza mutua.

Flores (2007), une los términos rapport, sintonía y empatía y concluye que implican una apertura hacia el otro, una comprensión y entendimiento; lo cual nos llevara a mantener una adecuada relación con el paciente.

Por otra parte O'Connor y Seymour (1992), mencionan a la sintonía como una empatía y comentan que es esencial para establecer una atmósfera de credibilidad, confianza y participación donde la gente pueda responder libremente.

Otro de los terrenos en donde se da uso a la empatía es en el terreno laboral, familiar, de negocios donde implique el interactuar con otros, esto nos llevara a potencializar la eficacia de la ayuda que se brinda al otro.

Si bien es cierto que el ser humano se relaciona por naturaleza en el mundo actual parece haber descuidado este aspecto. El compartir y acompañar a los que nos rodean, trae como resulta las buenas relaciones interpersonales, las cuales deben crearse mediante la empatía.

En ocasiones se confundirá con simpatía, sin embargo en esta última no existe un compromiso de ninguna de las dos partes para crear una buena relación con los demás.

El círculo de la excelencia

¿Qué podrías lograr si tuvieras más seguridad cuando la necesitaras? ¿Qué emociones positivas del pasado desearías experimentar, si pudieras traerlas del momento de tu vida en que ocurrieron a cualquier momento en el presente o en el futuro que tu las necesitaras? Esto es exactamente lo que el círculo de la excelencia te permitiría hacer (Andreas y Faulkner, 1988).

Nos brindan cinco pasos a seguir que son: Revivir la seguridad pasada, imaginar un círculo de seguridad, al cual se le llama el círculo de la excelencia, seleccionar pistas para traerlo al futuro, vincularlo el pasado con el presente y por ultimo comprobar los resultados, haciendo un cheque de los sentimientos presentados.

Modeling

Harris (1999), nos dice que el modelar es un término muy utilizado en PNL y que es un proceso por el que alguien analiza o copia la forma de ser de otra persona o sus patrones de conducta, pensamiento o reacción.

Scwarz y Schweppe (2001), proponen trabajarlo de la siguiente forma:

- 1.- Aclare a conciencia su mente y busque un modelo que ya haya hecho realidad anteriormente su meta.
- 2.- Reúna información, lea bibliografía de su modelo, observe su comportamiento, su manera de hablar, de vestir, etc.
- 3.- Copie su modelo con exactitud, imítelo, hable y muévase como el, mínimo realizar mentalmente este ejercicio.
- 4.- Preste atención a sus sentimientos, vea como se modifican sus sentimientos y como claramente avanza hacia la meta.
- 5.- Filtre las partes irrelevantes del comportamiento, descartando las partes poco importantes y continuar con aquellas partes del comportamiento que contribuyen al éxito.

El modelo negociador

Cuando nos enfrentamos como individuos ante una disyuntiva en la toma de decisiones sobre algún asunto pasamos por una etapa que de no resolverse prontamente, nos acarreará conflictos e incluso enfermedades psicosomáticas.

Por ejemplo el cambio de empleo, aceptar o no una invitación, etc., hay que negociar.

Mohl (1992), menciona que esta estrategia se emplea en aquellos casos en los que el conflicto tiene su origen en las interferencias, y obstáculos existentes en dos partes de la personalidad. Y consiste en establecer contacto con ambas partes y forzarla a negociar, con el fin de que consientan en no volverse a impedirse recíprocamente el cumplimiento de sus funciones, con un previo chequeo ecológico se llega a la toma de decisiones, y a asumir responsabilidades.

En este capítulo se realizó una revisión de las características, elementos, historia y técnicas de la PNL, que se retomaran en capítulos posteriores, a continuación se aborda el papel que existe en el trabajo docente.

CAPÍTULO 2

EL TRABAJO DOCENTE

El maestro como líder.

El maestro es un meta líder, lo que quiere decir que es líder de líderes, y que como tal, es importante que sea un modelo de excelencia para sus alumnos. En la actualidad esto es tan importante ya que al competir el niño con padres que trabajan todo el día no tienen tiempo para atenderlos y este se refugia en la televisión por mucho tiempo o los más solventes en la computadora; el salón es un espacio donde el reto del líder-profesor es dar un espacio para la convivencia interpersonal.

Gómez (2002), nos da cuatro consejos para mejorar este aspecto en la relación interpersonal entre el maestro y el alumno:

- 1.- Escuchar a los alumnos y atender sus necesidades y esto aumentara la confianza y el autoestima del niño.
- 2.- Ser más pacientes y no enojarse con tanta facilidad, destacar logros en vez de debilidades.
- 3.- Fomentar la risa, con bromas, chistes y/o sociodramas, libera al maestro y a los niños del estrés.
- 4.- Hacer uso de todos los sentidos, cuerpo y emociones.

Un maestro feliz tendrá alumnos felices.

2.1. Relación maestro-alumno

Los maestros son formadores de hábitos durante su estancia dentro de la escuela y fuera también.

¿Qué condiciones debe reunir el maestro para cumplir su misión en la sociedad?

Ballesteros (1972) nos menciona dos condiciones básicas, una de ellas es la vocación, y la define como la voz interna que resuena en el maestro como una invitación irresistible, que al parecer es esencial para aquellos que se dediquen a la enseñanza. Esto es como ser atraídos de manera íntima hacia la enseñanza.

La segunda condición es el amor hacia la niñez; el gusto por su compañía, sus juegos, sus intereses y la paciencia para comprenderlos y guiarlos.

Estas condiciones son básicamente personales, no dejando de lado, las adquiridas, la capacidad, la preparación y la aptitud.

Es bien sabido que una tendencia dominante en el niño es la imitación, todas las personas en sí estamos en esa búsqueda de la inspiración de ideas que nos lleven a solucionar conflictos propios y busquemos esas soluciones en otros expertos en la materia. Así, el niño imita para crear su propia personalidad, para adquirir experiencia utilizando la de los mayores, para rectificar sus errores. Y únicamente imita a los que cree dignos de ser imitados (Ballesteros 1972).

El maestro alcanzará la condición de modelo, convirtiéndose para el niño en una fuente de afecto, es por esto que las felicitaciones y los regaños adquieren un sentido verdadero, no es lo mismo que te regañe o te felicite tu maestro consentido que uno que te disgusta.

2.2. Perfil académico del profesor.

Un espacio vital e importante para que se desarrollen las relaciones es el que brinda la escuela; ya que se dan relaciones entre maestros-maestros, maestros-alumnos y alumnos-alumnos; además de la relación con el aprendizaje científico y no científico al que conocemos como empírico.

Dentro de estas relaciones la más primordial es la relación maestro-alumno, la cual esta inmersa en todo lo que se realiza dentro del aula, ya que en el curso de esta interacción que se produce entre el profesor y el alumno se encuentran las actividades que apuntan a los procesos intelectuales de pensamiento o de razonamiento (Saint-Onge, 1977).

Para que exista un maestro deberá existir un alumno y viceversa, el profesor deberá contar con las siguientes características; y poseer el siguiente perfil de egreso según el plan de estudios 1977 de la licenciatura de educación primaria, este plan fue elaborado por la subsecretaria de educación básica y normal para el Distrito Federal.

Rasgos deseables del nuevo maestro.

A) Habilidades intelectuales específicas.

Posee alta capacidad de comprensión del material escrito, expresa sus ideas con claridad en forma escrita y oral, plantea, analiza y resuelve problemas, enfrenta desafíos intelectuales, es capaz de orientar a sus alumnos, tiene disposición y capacidades propicias para la investigación científica, localiza, selecciona y utiliza información de diversos tipos aplicando estas capacidades para mejorar los resultados de su labor educativa.

B) Dominio de los propósitos y contenidos básicos de la educación primaria y/o nivel en el cual imparte su clase.

Conoce con profundidad los propósitos, los contenidos y los enfoques de la educación primaria. Reconoce la secuencia lógica y es capaz de articular los contenidos de las asignaturas de cada grado, así como de relacionarse con los aprendizajes del grado que atiende y el conjunto de la educación básica. Además de establecer una correspondencia adecuada entre los contenidos educativos y los procesos cognitivos y el nivel de desarrollo de sus alumnos.

C) Competencias didácticas.

Sabe diseñar, organizar y poner en práctica, estrategias y actividades didácticas adecuadas a los grados y formas de desarrollo, reconoce las diferencias individuales e identifica las necesidades especiales de sus alumnos, conoce y aplica distintas estrategias y formas de evaluación sobre el proceso educativo, es capaz de establecer un clima de relación en el grupo que favorece actividades de confianza, autoestima, respeto, disciplina, creatividad, curiosidad y placer por el estudio, conoce los materiales de enseñanza y los recursos didácticos disponibles y los utiliza con creatividad, flexibilidad y propósitos claros.

D) Identidad Profesional y Ética.

Asume, como principios de su acción y de sus relaciones, los valores de respeto y aprecio a la dignidad humana, libertad, justicia, igualdad, democracia, solidaridad, tolerancia, honestidad y apego a la verdad, reconoce el significado de su trabajo, asume su profesión como una carrera de vida y valora el trabajo en equipo.

De todo lo antes descrito se observa que el maestro recibe una formación que lo capacita para relacionarse con su alumno dentro de las aulas y cumplir así con una concepción constructivista de la enseñanza y el aprendizaje.

En el trabajo dentro del aula el papel del profesor y el alumno en concreto de las relaciones que se producen afectan de manera positiva y/o negativa el grado de comunicación y los vínculos afectivos que se establecen y que dan lugar a un determinado clima de convivencia. (Zavala, 1988)

2.3. El trabajo Dentro del Aula

La situación educativa no se explica solo a través de las características específicas del perfil profesional del docente, también intervienen las condiciones en las que el profesor realiza su trabajo.

No es únicamente el control de un grupo de personas (alumnos), sino que es dominar los propósitos y contenidos de la educación primaria, organizando su

trabajo cotidiano mediante una planeación; esta planeación es el resultado de la observación de su grupo, es el conocimiento de lo que cada alumno maneja de acuerdo a su grado y a su edad, además de una evaluación inicial y continua y que una vez obtenidos estos resultados el maestro los conjuntará con el plan y programas de estudios, en donde le piden al profesor disponer de estos programas para que esta información les permita tener una visión en conjunto de los contenidos de cada grado y de todo el contenido del grado que le corresponde.

Uno de los propósitos centrales del plan y programas de estudio es estimular las habilidades que le son necesarias para el aprendizaje de sus alumnos. Y con ello se pretende superar la disyuntiva entre la enseñanza informativa y la enseñanza formativa (SEP. 1993).

Esto le evitara al profesor la rigidez y le otorgara un mayor margen de decisión en la organización de sus actividades cotidianas y utilizar así aquellos recursos que requiere para su trabajo.

En el plan y programas se informa también de un programa de actualización y de un sistema de estímulos al desempeño y mejoramiento profesional, lo que será retomado posteriormente en la propuesta para la excelencia del maestro, ya que en este programa de actualización se encuentra la realización de cursos que los profesores pueden elegir tomarlos en contra turno o sabatinos, cuyo resultado se ve reflejado en su labor así como en un incremento salarial (SEP, 1993).

Por otra parte el rol de los maestros dentro del aula ha sido tema de muy diversos y comentados estudios que coinciden en determinar aquellos factores que afectan de manera positiva o negativa sobre sus alumnos. Un factor muy relevante son los valores del maestro, sus aficiones, sus actitudes y las expectativas que el profesor se forma de sus alumnos, estas expectativas tienen una enorme influencia en el desempeño de sus alumnos (Rist, 1970).

Un ejemplo claro es el alumno que presenta un bajo rendimiento en el grado que este cursando, al cambiar de profesor para el siguiente ciclo puede llegar a ser un alumno sobresaliente y viceversa.

Por lo tanto es necesario que el docente sepa comprender, intuir o descubrir formas adecuadas en las que el alumno puede desarrollar en plenitud su propia personalidad, incluyendo a aquellos alumnos que presenten una problemática especial, ya sea de salud, emocional o intelectual, el profesor requiere de desplegar una actitud clínica y terapéutica y por lo tanto tiene la necesidad de ser asesorado por médicos y psicólogos. Para lo cual el maestro deberá de manifestar disposición (Bertin, 1981)

Actualmente se desarrollan estas relaciones entre especialistas como son con los psicólogos a través de las unidades de apoyo a la escuela regular (USAER), una de las formas de apoyo, es realizar enlaces con otras instituciones como son las de salud, y poder orientar así con mayor certeza la labor docente dentro del aula.

2.4. El Profesor como Persona

En la literatura actual y de años atrás, se le exige o se le ve al maestro como el dador del saber pero que hay detrás de todo ello, que hay cuando el maestro llega a enfrentar su realidad en casa tras bambalinas en donde no será de alguna manera la estrella que su público (alumnos) aplauden o abuchean; que hay de su salud física y emocional, de sus relaciones familiares, de su economía, de su diversión, ¿ cómo esta su casa?, ¿ qué pasa dentro de ese hogar cada día?; que al llegar del trabajo deberá olvidar lo que sucedió durante ese día de trabajo o tal vez llegue y desquite con sus familia todas las frustraciones que trae consigo de poder o no llevar adelante su trabajo o las presiones de tiempo porque el calendario avanza y a la vista del profesor los alumnos no han avanzado, pero el cumple con su programa de trabajo aunque este quede insatisfecho de lo realizado año con año.

Es muchas veces en la soledad de la casa que estos pensamientos vienen a la mente día con día y realmente no existe un espacio para que el maestro reflexione y sanee sus pensamientos, sus emociones, su vida misma.

Retomando el punto de la reflexión, cabe una pregunta ¿el maestro cuenta con planes y/o metas personales? ¿Y a futuro? O ¿espera vivir cada ciclo escolar como parte de lo cotidiano?, conformándose y diciéndose ya ni modo así me toco vivir.

¿Qué pasa con el maestro que esta cansado, triste, deprimido y que deberá convertirse en ciertos momentos en el psicólogo de sus alumnos, en el doctor, en el papa o la mama, la abuela o la tía, etc.?, ¿De que fuente obtendrá la vitalidad para seguir adelante?, ¿de donde y como será preparado para ser inteligente en sus emociones, de tal manera que lo lleven a ser excelente cada día en lo que hace dentro del aula con sus alumnos.

Estudios recientes mencionan que muchas de las enfermedades físicas son de tipo psicosomático, que las presiones y las cargas de trabajo para un maestro deberán formar parte de su vida cotidiana, sin embargo la tensión acumulada genera desgastes físicos que a la larga al no ser atendidos oportunamente, nos llevan a enfermedades del cuerpo, y al sentirnos mal físicamente nos comportamos inquietos, intranquilos, molestos e incluso irritados y buscamos una salida poco inteligente y es el comportarnos de manera inadecuada con los que se encuentran a nuestro alrededor, en el caso del profesor los que están más a la mano son los alumnos y su familia.

Gómez (2002), relata que La Organización Mundial de la Salud en abril del 2000, dijo que el 85% de las enfermedades que aquejan a la humanidad son psicosomáticas, lo que quiere decir que son producidas por pensamientos y sensaciones de angustia, ansiedad, depresión, etc.; que se ven reflejados en nuestro organismo.

Una de las consecuencias de esto es que muchos de los niños presentaran problemas de aprendizaje y/o rendimiento académico, como el cuento de Hugo (de los libros del rincón de la SEP), su maestra siempre lo ponía a leer frente a todo el grupo y el se ponía nervioso, esta le gritaba una y otra vez “mal niño, mal” y mas tartamudeaba; después de las vacaciones la profesora llevo mas relajada y el niño también, lo puso a leer nuevamente el niño leyó mal pero esta vez ella lo comprendió y tuvo mas tolerancia, ¿verdad o cuento?.

Ya que el maestro antes de serlo, fue alumno, en este proceso de años educativos se relaciono con maestros que formaron parte de su trayectoria, quizás alguno de ellos dejo una huella que difícilmente pueda ser borrada, sea para bien o no. Esto desarrollo la autoestima del adulto que ahora de clases, esta autoestima es el marco de referencia desde el cual se proyectara hacia sus alumnos. Una de las definiciones de autoestima la encontramos en Rodríguez (1988), nos dice, que es el conocimiento, la concientización y la práctica de todo el potencial de cada individuo, y hace referencia a la frase tan conocida “ama a tu prójimo como a ti mismo”.

Esto es fundamental para que el maestro alcance la plenitud y la autorealización en todas las áreas, personal, laboral, relacional, productiva y creativa.

Como profesores el deber ser es una fantasía poco atractiva, ya que los alumnos y padres etiquetan como “el que todo lo sabe”, lo cual conlleva que el profesor se de más a la tarea de trabajar hacia afuera, algo así como el quedar bien por causa del que dirán. Los seres humanos nos preocupa de más esta parte, cuando que la solución a muchas situaciones es arreglar lo correspondiente de cada persona en ella misma.

Rodríguez (1988) escribe que el hombre tiene la capacidad para elegir la actitud personal ante cualquier reto o conjunto de circunstancias y así decidir su propio camino y sus emociones. Recordemos que también a la autoestima se le conoce como la clave del éxito personal.

En este sentido del autoconocimiento la PNL ofrece un campo amplio y fructífero, recordemos que Grinder y Bandler crearon un maravilloso y elegante modelo que puede usarse para una comunicación más efectiva, así como un cambio personal, con el propósito de disfrutar todo lo que hacemos. Por lo que cada individuo dará su toque personal y único en aquello que realiza cotidianamente.

Forner (2002) nos comparte la practicidad de la PNL, menciona que es un conjunto de modelos, habilidades y técnicas para actuar, pensar y sentir de forma efectiva en el mundo, y cuyo propósito es incrementar las opciones y alternativas de una persona, mejorar su calidad de vida y optimizar su rendimiento profesional y por supuesto que esto es una magnífica opción para el maestro. El maestro es práctico en su vida cotidiana y la PNL también, por lo que le auxiliara para llegar a la excelencia como persona, invitándolo a decir: ¡Adiós al estrés! ¡Bienvenido al relax!

CAPÍTULO 3

PNL Y EDUCACION

En este capítulo se abordará la propuesta que la PNL ofrece dentro de la educación, sin embargo es necesario saber hasta que punto el psicólogo está inmerso dentro de este campo. Actualmente en nuestro país y hablando más específicamente de la ciudad de México; la educación básica se compone desde jardín de niños, primaria y secundaria. Existe en el nivel primaria la educación especial, en donde, se brinda apoyo a los alumnos con necesidades educativas especiales con o sin alguna discapacidad. En su modalidad de las USAER (unidades de servicio de apoyo a la escuela primaria) dicho servicio cuenta con maestro de apoyo (1 o 2 fijos dentro de una primaria) un psicólogo, una trabajadora social y una maestra de lenguaje, (que se presentaran 1 vez por semana en una primaria diferente).

Con base en los lineamientos que desde el 2002 rigen esta modalidad, los psicólogos tienen la siguiente función. El psicólogo de la USAER es el profesionalista interesado en el desarrollo cognoscitivo y socio afectivo de la población escolar con n.e.e., así como en la instrumentación de estrategias psicopedagógicas para fortalecer el proceso de la inclusión y la vinculación escuela-comunidad.

Reyes (2002) menciona que la participación del psicólogo permite instrumentar el análisis entre las características del nivel de desarrollo psicológico de los alumnos y las características del contexto escolar y familiar en el que estos se desenvuelven, a fin de proponer la incorporación de recursos estrategias metodológicas y/o algunas modificaciones necesarias para que el aula y la familia se conviertan en contextos de desarrollos. A partir de este análisis, el psicólogo brinda orientación a los profesores de grupo en la instrumentación de estrategias

que apoyen el desarrollo o consolidación de habilidades cognitivas de aprendizaje (pensamiento abstracto y lenguaje), asimismo, brinda orientación a los padres de familia para lograr formas eficaces de apoyo en el proceso escolar de sus hijos.

Es por esto que el papel de psicólogo dentro de la educación es cada día más importante, por lo que el conocer y manejar las herramientas de la PNL, le brinda herramientas de trabajo de calidad y con resultados a corto plazo. También le proporcionara conocimientos útiles con los cuales hará que los alumnos padres de familia y profesores incrementen el logro de metas, afronten los retos de la vida diaria, potencien su creatividad, refuercen sus aprendizajes e incrementen su salud física y mental, además de mejorar en el trabajo y en los negocios.

A continuación se presentan los conceptos de la PNL.

3.1. Teoría de las inteligencias múltiples.

La escuela es el entorno por excelencia para hablar sobre inteligencia. No obstante todavía en la actualidad con tanta investigación sobre el tema, el profesor cae, en muchas ocasiones nuevamente en etiquetar a sus alumnos; con la fila de los burros y la de los aplicados y/o inteligentes; y como esto va en cascada ascendente y descendente, existe el maestro que trabaja y el que no trabaja. ¿A caso estaremos hablando del maestro aplicado y del maestro burro?

Veamos una definición de inteligencia, la cual va más allá de la medición de un coeficiente intelectual (C.I.), lo cual no nos lleva de nuevo a la rigidez; por lo tanto tenemos que inteligencia es la facultad de comprender, de conocer. Es tener una habilidad, una destreza para algún asunto en particular (García-Pelayo, 1989).

También, la inteligencia es un proceso en donde se aprenden nuevos patrones de conducta para enfrentar las situaciones de sobrevivencia, por lo que resulta casi imposible medirla, pues, en cuanto se forman patrones estereotipados de

respuesta, es mas probable que se esté hablando de memoria, lo cual es una parte del proceso de la inteligencia, pero de la inteligencia en su totalidad. (Blanco, 1977)

La inteligencia proviene de los vocablos latino; Inter=entre y eligiere=escoger, por lo tanto la inteligencia permite que el ser humano tenga que formarse una idea o elegir entre varias opciones.

En la actualidad existe otro planteamiento importante acerca de la inteligencia y es el propuesto por Howard Garner (1978), la teoría de las inteligencias múltiples, en esta teoría define siete tipos de inteligencias que el ser humano posee y puede desarrollar de acuerdo al contexto en donde se encuentra y lo requiera.

1.- La inteligencia lógico-matemática.- Las personas que tienen este tipo de inteligencia se destacan por tener una relación con el mundo de los objetos, es decir relacionan objetos con realidades y tienen la facilidad para el cálculo, la geometría espacial, también tienen facilidad para resolver problemas teniendo un pensamiento lógico.

En este tipo de inteligencia se desarrollan las siguientes habilidades, enumerar, hacer series, deducir, medir, verificar y concluir.

2.- Inteligencia Lingüística-verbal.- Las personas que desarrollan este tipo de inteligencia, son aquellas que le dan sentido a las palabras, que pueden expresarse bien por medio del habla, sin limitar su vocabulario. Esta inteligencia tendrá que estimularse desde la infancia. Las habilidades que se desarrollan son: describir, narrar, comparar, relatar, resumir, valorar y observar.

3.- Inteligencia Espacial.- Las personas que cuentan con este tipo de inteligencia, se caracterizan por ser administradoras de la idea del espacio, tienen buena orientación, por lo que reconocen fácilmente escenas y objetos, representan sus ideas en su mente. Es decir, mediante la imaginación construyen algo con

apariencia real, buscando continuidad interactiva, haciendo representaciones del espacio real. Desarrollando la observación, la deducción, el relatar, el combinar, el transferir y el localizar en el espacio y tiempo.

4.- Inteligencia Musical.- La inteligencia musical se relaciona mucho con el talento, pero esta es una capacidad excluyente. Cuando una persona posee este tipo de inteligencia, no solo tiene oído musical como se les dice; también posee una capacidad para identificar diferentes sonidos así como la percepción de las intensidades y el reconocimiento de los sonidos naturales y los musicales.

5.- Inteligencia Kinestésica corporal.- Nuestro cuerpo tiene su propia forma de comunicarse, sin embargo no se le presta mucha atención e incluso parece poco relevante. Las personas que desarrollan este tipo de inteligencia son aquellas que pueden expresarse libremente a través de su cuerpo por medio de movimientos y sensaciones. Es decir su cuerpo también es utilizado con fines expresivos y trabajan libremente. Esto implica el uso integral del cuerpo. Las habilidades con las que se cuentan es el clasificar, interpretar, resumir, comparar, demostrar, interactuar y medir.

6.- Inteligencia Intrapersonal.- Este tipo de inteligencia se orienta al pensamiento filosófico, a la introspección, al autoconocimiento de los sentidos propios, a la autorreflexión; También disfrutan de la soledad, la reflexión, tienen metas y realizan análisis y se plantean objetivos a largo plazo. Las habilidades a desarrollar son la orientación y la consideración de los principios religiosos.

7.- Inteligencia interpersonal.- Manifiesta grandes habilidades para el trato humano, trabajar cooperativamente con otros grupos; también desarrollan la capacidad para detectar emociones, mensajes no verbales y valores; la habilidad para el liderazgo, la comunicación y la solución de conflictos, la facilidad para escuchar, negociar y persuadir; este tipo de inteligencia es desarrollada por líderes, maestros, terapeutas, psicólogos y consejeros.

Esta nueva forma de pensar, por cierto muy inteligente, implica que todas las personas somos inteligentes, una persona inteligente es entonces, aquella que mejor se conduce por la vida ha esto se le llama inteligencia emocional.

3.2. Inteligencia Emocional.

La inteligencia emocional es el conjunto de aptitudes inteligentes que sirven para que el individuo pueda realizarse eficazmente en el mundo, afrontando los aspectos funcionales de la vida (Velásquez, 2004).

También el concepto de inteligencia emocional es diferenciado por Daniel Goleman (1995), del concepto de la inteligencia académica y de las habilidades cognitivas medidas por el coeficiente intelectual; hay infinidad de personas que académicamente han tenido un bajo rendimiento académico y en el area laboral son exitosos y por el contrario, personas de alto rendimiento académico ocupan puestos inferiores a su capacidad intelectual; se ha descubierto que el origen de lo mencionado anteriormente se debe a la inteligencia emocional; que es la capacidad de manejar sus emociones y relacionarse con otras personas.

El maestro es experto reconociendo los sentimientos y emociones de sus alumnos, Director, de los padres de familia, de la gente a su alrededor; pero es poco experto en las emociones y sentimientos propios, ya que generalmente están viendo hacia fuera, hacia el dar a los demás y no desarrollan la autorreflexión.

El saber expresar nuestras emociones es un proceso indispensable para el reconocimiento de las mismas. Sin embargo no todas las personas llegan a hacerlo, según Mayer y Salovey (1993), existen tres tipos de personas y como y como estas tratan con sus emociones:

- 1.- La persona conciente de si misma.- estas personas tienen claridad emocional, autonomía y seguridad. Son positivas e intentan salir rápidamente de sus situaciones negativas.

2.- Las personas atrapadas en sus emociones.- se sienten desbordadas por sus sentimientos, y la mayoría de veces les es difícil salir de ellas. Son personas volubles y tienen falta de conciencia en cuanto al control de sus emociones.

3.- Las que aceptan resignadamente sus emociones.- estas personas tienden a aceptar pasivamente sus emociones como si fuera algo inamovible y predeterminado, así nació, aquí me tocó vivir.

Por lo que desarrollar inteligencia emocional es clave para la toma de decisiones y también es clave para desarrollar las relaciones que existen a nuestro alrededor, ya que una buena parte de nuestro destino radica en nuestras decisiones y la forma en la cual nos relacionamos.

3.3. El modelado un camino hacia la excelencia.

El modelado es el proceso que consiste en tomar un hecho complejo o una serie de hechos y desglosarlos en partes suficientemente pequeñas para que se repitan de manera que podamos manejarlas. (Gómez, 2002)

Para alcanzar y reproducir estados de excelencia creativa es necesario el proceso del modelado y nosotros podemos modelar pensamientos efectivos, desarrollando plenamente nuestros sentidos y capacidades mentales.

El modelado es una herramienta muy eficaz, que implica la observación, la cual te lleva a analizar lo que te sucede y por lo tanto a realizar cambios de manera que logres la excelencia; y excelencia es hacer las cosas de la mejor manera que podamos y con lo que tenemos a la mano; es dar un primer paso en la transformación de nuestros pensamientos y por lo tanto de nuestras acciones.

Un ejemplo muy concreto es el que se nos da en las Sagradas Escrituras (Biblia), y que es el resultado de la observación y la meditación (cambio de paradigmas), la realización de una conducta específica: "Ve a la hormiga; oh perezoso mira sus

caminos y se sabio (inteligente), la cual no teniendo capitán, ni gobernador, ni señor, prepara en el verano su comida y recoge en el tiempo de la siega su cosecha” El Sabio Salomón (en el libro de Proverbios, capítulo 6 versos del 6 al 11).

Posteriormente le habla al perezoso y las consecuencias de esta conducta.

De modo que el secreto para llegar a la excelencia es cambiar la manera en que pensamos, esto se baso en una reflexión y en un modelo a seguir.

Continuando con la excelencia, la conferencista Ann Landers dice: “existen tres clases de personas”:

Aquellas que hacen que las cosas pasen

Aquellas que miran las cosas pasar y

Aquellas que dicen ¿Qué pasó?

Y resume que aquellas personas que hacen que las cosas sucedan son personas excelentes.

Como se observa en el ejemplo de la hormiga existen una serie de pasos a seguir, lo cual implica una estrategia.

Una estrategia es un area en particular del modelado en la que se busca específicamente el proceso mental que fue utilizado por alguien, con el fin de organizar las actividades que lo han llevado ha obtener un resultado optimo. (Gómez, 2002)

3.3.1. Estrategia del pensamiento de Walt Disney.

Disney usaba y coordinaba su imaginación (soñador), metódicamente trasladaba esas fantasías en una forma tangible (realista) y aplicaba su juicio crítico (crítico); que es la cualidad de poner en claro las situaciones favorables en la realización de sus sueños, él era un visionario:

Soñador.- Disney procuraba ambientes ricos en imágenes visuales, colores con mucha luz, aquello que abriera la posibilidad de imaginar o de soñar.

Desde el punto de vista de la PNL, Disney describe una secuencia de estrategias en las cuales los pasos a seguir son los siguientes:

- 1.- Escuchar música
- 2.- Construir imágenes internas involucrando varios sentidos
- 3.- Representar gráficamente estas imágenes internas

El realista.- tan importante como la habilidad para soñar es la experiencia para hacer realidad los sueños, por lo que la estrategia primaria para el realista, es la habilidad para dividir en partes pequeñas y manejables los sueños, a la vez darles una secuencia lógica enfocándose a un futuro realista.

El crítico.- El crítico evalúa el futuro del trabajo del realista poniendo su atención en el trabajo final.

Dilts sostiene que si se utilizan estos tres estados se favorece la creatividad y la solución de los problemas y, que este es un modelo excelente y útil para comprender y enseñar procesos de creativos de cualquier persona que los ponga en práctica (Harris, 1999)

3.4. Mapas mentales

Gómez (2002) nos presenta la propuesta de los mapas mentales y los define como la representación gráfica de aquello que necesitamos anotar y es la representación de una neurona, al centro esta el núcleo, los axones son las ramas que irradian y esta representación gráfica permite al cerebro captar la información de manera más adecuada, estimula el uso de los hemisferios izquierdo y derecho; recordemos que el hemisferio izquierdo encontrara y organizara aquello que es más importante de una información, mientras que el hemisferio derecho creara imágenes, nutrirá los pensamientos y almacenara la información para utilizarla posteriormente.

Los mapas mentales tienen como objetivo aumentar y mejorar la atención y la memoria.

Algunas sugerencias para una mayor efectividad de los mapas mentales son:

Utilizar el papel de manera horizontal

Utilizar colores

Poner palabras “gatillo” que disparen grandes bloque en nuestra memoria

Utilizar más imágenes que palabras

Iniciar del centro hacia arriba a la derecha siguiendo el sentido de las manecillas del reloj.

Que sean hechos de manera creativa

3.5. Metáforas

Cuando el Rabí (maestro) caminó entre nosotros sus enseñanzas eran mediante parábolas, asemejando una enseñanza con algo cotidiano, al preguntarle sus discípulos sobre esta forma de enseñanza les hizo hincapié en que es más sencillo aprender de esta forma (Mayer, 2003).

En la actualidad una herramienta muy utilizada en el área del aprendizaje en la PNL es el uso de las metáforas, éstas son un cuento o una historia, una manera de expresar una cosa en términos de otra. Este tipo de aclaraciones no ocurren en el nivel consciente de las personas, sino que el cambio se produce en el nivel subconsciente.

El propósito principal de las metáforas es que el sujeto encuentre sus propias soluciones en un conflicto apelando a la mente inconsciente.

Gómez (2002) nos proporciona seis principios para la construcción de las metáforas o cuento terapéutico.

1.- Acumular información

- a) Identificar a las personas significativas y sus relaciones
- b) Especificar los cambios que el sujeto desea realizar, el resultado, el estado deseado o el objetivo.

2.- Construir la metáfora

- a) Seleccionar un contexto apropiado
- b) Determinar una resolución que incluya el reencuadre de la situación original del problema.

3.- Contar la metáfora, teniendo en cuenta tres elementos básicos.

- Contenido
- Forma o estilo
- Anclajes

El reino de los cielos es semejante a un hombre que encontrando un tesoro escondido de gran valor fue y vendió todo lo que tenía para comprarlo.

A esta parábola de manera metafórica se le pueden dar un sin número de interpretaciones.

4.5. La ecología y las relaciones

En PNL la ecología es algo vital, ya que el aprendizaje es sumamente eficaz. Sin embargo todo cambio repercute en nuestras relaciones con amigos, familia, o en el ámbito laboral, por esta razón antes de abordar cualquier proceso de modificación es imprescindible comprobar que cualquier meta a lograr se adapte al contexto del cambiante.

Mohl (2002) comenta de forma insistente la necesidad del chequeo ecológico, ya que de manera fundamental al trabajar con PNL, no es únicamente que se modifique una conducta, sino también el preguntarse si este nuevo comportamiento encaja en su vida diaria.

Como la parábola del tesoro de gran valor, las relaciones son uno de nuestros bienes más importantes y deben de valorarse. Ya que cuando algo se valora, se trata con mucho cuidado. Se es cuidadoso al manejarse. Incluso habrá esmero en asegurarnos que este protegido de cualquier peligro. Meyer (2003)

Es bien sabido que en toda relación siempre existirá un aprendizaje, en relaciones sanas basadas en la inteligencia emocional se logran aprendizajes más afectivos.

En el presente capítulo se presentó algunas de las propuesta que la PNL nos brinda dentro de la educación formal, a continuación el capítulo cuatro es una propuesta de trabajo, desde el punto de vista de la PNL para llevar a cabo con profesores.

CAPÍTULO 4

PROPUESTA DE TRABAJO

El maestro crece cuando alguien se interesa en él, como persona única ya que la motivación, el interés y el dialogo lejos del juicio y fuera de una exigencia administrativa, son una herramienta poderosa para crecer.

Todos los seres humanos tenemos un requerimiento de dosis de aprobación y el maestro no es la excepción, ya que mucha gente alrededor de él observa cada uno de sus movimientos, en menor escala que un famoso artista o deportista, el maestro es una figura pública y esto da pauta a ser observado y ser conocido por sus hechos y sus no hechos.

La influencia del profesor sobre el educando es tan fuerte que incluye la modelación y el desarrollo de hábitos y destrezas significativas tales como: autoestima, pensamiento crítico, iniciativa, autonomía, la superación y el amor al trabajo, debido a que ellas se forman en la experiencia del aprendizaje.

Si bien es cierto el maestro históricamente es identificado como el que sabe, su saber involucra definitivamente a su persona, sin embargo si no sabe, no deja de ser persona.

Todo individuo se convierte en enseñante o enseñado de acuerdo al momento que se vive. La formalidad del asunto es lo que le proporciona al profesor el carácter de peso y autoridad a su enseñanza. La reflexión crítica sobre su labor llevará al profesor al aterrice en la construcción y reconstrucción de su autoestima para llegar a la excelencia.

Un objetivo de la PNL es el desarrollo de la excelencia lo cual pretende elevar el autoestima de los docentes, propiciando un carácter crítico y que tal objetivo se vea reflejado en concreto en las innovaciones de su labor, mejorando así su compromiso de liderazgo docente; la resulta de esto es una mejor calidad en la enseñanza y por ende en la educación.

La satisfacción de una buena clase, un buen día, una buena compra, una adecuada decisión, da pauta a incrementar la salud de nuestros pensamientos, recordemos que una de las premisas de la PNL es “las personas poseen los recursos que necesitan” , otra muy acertada es “si las cosas no funcionan haz otra cosa; esto cambia el pensamiento y cambia el actuar, lo cual se refleja en la revaloración del individuo. La PNL da pauta a seguir avanzando en el camino, realizando los cambios pertinentes para llegar a la excelencia en todo lo que se practica; para lo cual es imprescindible mantener una actitud entregada al cambio.

Arbola y Collarte (1992), al tratar de reflexionar sobre las razones de la autoestima baja en los profesores señala:

- a) Las expectativas de los profesores son difíciles de determinar
- b) Los profesores a menudo reducen sus objetivos personales a objetivos administrativos o institucionales
- c) Los profesores muy raras veces reciben una retroalimentación adecuada para su autovaloración
- d) El entorno escolar no conduce de por sí a un sentimiento de valoración
- e) La mayoría de los establecimientos educacionales no cuentan con un proyecto educativo con metas y objetivos claros para el profesor. (Cabe mencionar que actualmente se esta desarrollando esta cultura en México con los proyectos educativos)

Con base en lo anterior se observa la importancia del papel que juega la autoestima profesional que posee el docente, tanto para el mismo como para la relación con sus alumnos.

Un estudio realizado en Chile mediante una Consulta Nacional en 1996 menciona que, existen indicadores que influyen en la baja autoestima profesional y personal en los docentes entre los que se mencionan, a) la desmotivación (33.8%) y b) la baja autoestima que dicen tener los docentes (19%)

Por lo que mi propuesta, es desde una perspectiva que proporcione a los maestros una mejora en su calidad de vida, introduciendo nuevas formas de pensar y actuar desde el punto de vista de la programación neurolingüística, que ayude a los docentes a incrementar su autoestima, siendo más excelente en todo lo que hace.

Por lo que este capítulo se expone una propuesta de trabajo terapéutico, para profesores básicamente, sin embargo se puede aplicar a público en general, ya que mediante la PNL puedes tener éxito en todos los cambios que emprendas en cualquier área que desees cambiar. Se diseña esta propuesta para trabajar de manera individual sin negarse al trabajo grupal ya que es flexible.

Propongo también que los tiempos para realizar dicha propuesta sean dados para el profesor o profesora independientemente de sus permisos económicos, vacaciones y/o días festivos, ya que las situaciones de salud física y emocional no tienen un tiempo definido para presentarse en nuestras vidas. Por ello es importante incluso que esta propuesta se diera como requisito y opción hasta quizá convertirse en un derecho para los trabajadores de la educación o de cualquier otra empresa.

Ya que se brinda una atención a seres humanos como un objetivo de la labor docente y como vimos en los capítulos anteriores en esto de las relaciones entre mas equilibradas y sanas sean, se obtendrán resultados mas satisfactorios; como personas individuales y como profesionistas que somos, los maestros tenemos en la PNL una oferta, un modelo para volvernos mas exitosos.

Toda empresa que quiera ser exitosa requiere de gente exitosa, gente sana en sus pensamientos, emociones, economía, en sus relaciones y en su cuerpo. La escuela sin ser un organismo empresarial contiene elementos como es una visión una misión, que cumplir en la sociedad; seres humanos trabajando con seres humanos.

Mi propuesta de trabajo consta de 10 sesiones que de manera sistemática, se intervendrá haciendo un proceso con pasos a seguir, basados en bibliografía consultada.

DESARROLLO DE LAS SESIONES

Actividad 1.- Diagnóstico y Rapport

Objetivo: Establecer una relación de confianza entre el terapeuta y el profesor

Duración: 50 minutos

Desarrollo: Se le da la bienvenida de manera cálida al paciente, haciendo énfasis en lo valioso que resulta su presencia. Ya que esta sesión por ser la primera es la más importante para dar inicio al trabajo terapéutico, y por lo tanto establecer una relación de confianza con el cliente es vital.

Esto incrementará la confianza y el respeto, lo cual es imprescindible para que el diálogo tenga éxito.

Actividad 2.- Diagnóstico

Objetivo: Conocer el motivo de consulta por el que el profesor acude a terapia.

Desarrollo: Evaluar la situación que le aqueja a la persona que acude a la consulta utilizando la entrevista abierta de modo que el paciente se sitúa en la problemática, se le pedirá que ponga varios ejemplos del problema que se queja, o de cosas que deberían ocurrir para que este mejorara, lo cual llevará a un diagnóstico acertado.

Evaluación: En la parte de evaluación de la sesión se tomarán acuerdos de trabajo y las técnicas que se estarán aplicando, se retomarán puntos básicos a trabajar de acuerdo a lo dicho durante la entrevista abierta.

Actividad 3.-La Técnica Metamodelo

Objetivo: Determinar con precisión el problema y la meta que se pretende alcanzar para lograr el cambio.

Duración: 50 minutos

Desarrollo: Trance

1.- Determinar el problema.- ¿recuerda una situación donde las cosas no te fueron tan bien como tú lo hubieses deseado?

2.- Determinar la situación conflictiva.- ¿Dónde te encuentras tu en esa situación conflictiva?, ¿Cuál es tu postura corporal en ese contexto?

Trance VACO

3.- Determinar la dimensión visual de la situación conflictiva.- ¿Qué ves en esa situación mientras adoptas esa postura?

4.- Determinar la dimensión auditiva de la situación conflictiva.- ¿Qué oyes mientras estas viendo eso?

6.- Determinar la dimensión olfativa/gustativa de la situación conflictiva.- ¿hay algo que estés oliendo o saboreando en este momento?

Estado de transición

1.-Volver al momento presente

2.-Definición precisa del objetivo

3.-Reencuadre abreviado (delimitar la situación).- eligiendo tres situaciones a las que se aplicara la conducta anterior.

Chequeo ecológico

Que le llevara a prever las consecuencias y los efectos negativos de su conducta a cambiar.

Actividad 4.-La Técnica del Reencuadre

Objetivo: Darle un significado diferente a un problema

Desarrollo. 0.- Elegir un comportamiento conflictivo (X)

1.- Determinar con precisión el comportamiento problemático.

2.- Descubrir la función positiva

3.- Disposición para probar otras reacciones

4.- Buscar nuevos caminos

5.- Reparar posibles objeciones (cheque ecológico)

6.- Asumir la responsabilidad (situarse en el futuro)

Evaluación: en cada sesión se realizara un chequeo ecológico y la parte correspondiente a compromisos y tareas a realizar entre una sesión y otra.

Actividad 5.-La Técnica denominada Swish

Objetivo: Centrar la atención del profesor en una situación diferente, más adecuado que la conducta indeseada.

Duración: 50 a 60 minutos

Desarrollo:

1.- Identificar el contexto.- Buscar algún comportamiento que parezca inapropiado o que no puedas evitar y que se quiera sustituir por otra mas adecuada.

2.- Identificar la imagen desencadenante en el marco de la situación concreta.

3.- Crear la imagen meta.-Créate una imagen mental de ti mismo realizando la nueva conducta deseada.

4.- Realización del chequeo ecológico.

5.- Realización del swish.- Se realiza con las dos imágenes la negativa la cambiamos por la positiva, realizando este intercambio rápidamente en el tiempo justo que dura la pronunciación "swish".

6.- Test 1.- Recuerda la imagen negativa, si esta resulta difícil de recordar el resultado ha sido positivo.

7.- Test 2.- Si aun se recuerda la imagen repetir el ejercicio, incluso puedes realizar otras cosas a manera de obtener el cambio.

Evaluación; Comprobar la eficacia de la modificación en base al dialogo con el paciente.

Actividad 6.- Posiciones Preceptuales

Objetivo: Cambiar la perspectiva que se tiene de alguna experiencia.

Duración: de 50 a 60 minutos

Desarrollo de la actividad:

Por parte del modelador:

| | |
|--|--------------------------------------|
| Definir lo que se quiere | Primera posición |
| Seleccionar el modelo | Primera posición Tercera posición |
| Identificación de los patrones (Entrevista) | Segunda posición Tercera posición |
| Evaluar la efectividad de los patrones | Primera, segunda y tercer posición |
| Diseño del plan de intervención | Tercera posición |
| Reproduciendo la competencia | primera y tercera posición |

Por parte del modelo:

Identificar las posiciones que el modelo emplea al realizar las conductas precedentes y la conducta propiamente a modelar. También se identifican las actividades precursoras como es la motivación, la planeación, la decisión y el compromiso, que tiene el modelo para efectuar los cambios.

Actividad 7.-Anclar el Momento Cumbre (Moment of Excellence)

Objetivo: Hacer memoria de momentos ricos en recursos del profesor, anclándolos para usarlos de manera voluntaria en otro contexto.

Duración: 50 a 60 minutos

Desarrollo: El autoanclaje del momento cumbre

0.- Elegir el emplazamiento del ancla y comprobar su aptitud. Elija un gesto neutro que se preste para el anclaje.

1.- Buscar tres situaciones ricas en recursos.

2.- Elegir la situación mas apropiada, una de las anteriores, la mas propicia.

3.- Revivir la situación. Reconstruir plenamente la citación con todas las sensaciones vividas.

4.- Anclar el momento cumbre. Selección del momento más hermoso, prolongarlo y disfrutarlo y anclar con el gesto seleccionado anteriormente.

5.- Estado transitorio. Recobre la conciencia de la situación actual.

6.- Comprobar la efectividad del ancla. Compruebe lo que sucede al volver a realizar el gesto y percatarse de las sensaciones del momento cumbre, si no es así repetir el ejercicio.

Actividad 8- Niveles Neurológicos

Objetivo: Que el profesor responda de manera diferente ante situaciones que le generen conflicto.

Duración: 50 minutos

Desarrollo:

Entorno.- Responde a las preguntas ¿Cuándo y Donde? se realizara el cambio de conducta.

Conducta.- Responde a la pregunta ¿Qué? Son las acciones que se pretenden cambiar.

Capacidades.- Responde a la pregunta ¿Cómo? Son mis capacidades y estrategias con las que cuento para lograr el cambio.

Creencias y Valores.- Responde a la pregunta ¿Por qué? Se refiere a mis valores y creencias, así como mis motivaciones que tengo para querer cambiar.

Identidad.- Responde a la pregunta ¿Quién? Se refiere a mi identidad y a la claridad de mi misión en la vida.

Espiritualidad.- Responde a las preguntas ¿Para quién y para que? Formo parte de algo mucho más grande que yo mismo. Lo cual da una importancia más significativa para cambiar.

Actividad 9.- El modelo Negociador

Objetivo: A través del modelo negociador, propiciar que el profesor elija la conducta que considere más pertinente a realizar.

Duración: 60 minutos

Desarrollo:

- 1.- Determinar el problema. Se da en situaciones de querer hacer X y haces Y, además de querer hacer Y y haces X.
- 2.- Determinar la parte X Determinar la intención positiva de X. Averigua que función cumple X.
- 3.- Determinar la parte Y. se realiza la misma investigación pero ahora con Y, averiguando que te empujar hacer Y.
- 4.- Llegar a un acuerdo.- Dialogar entre X e Y, exponiendo los puntos a favor y los puntos en contra, para disponer el cumplimiento de una de ellas o de ambas y bajo que circunstancias.
- 5.- Chequeo Ecológico.- Aclarar si existen otras partes implicadas o afectadas por el conflicto.
- 6.- Asumir la responsabilidad (situarse en el futuro).- Pedirles a X e Y que consientan en aplicar el acuerdo establecido durante un periodo de tiempo determinado.

Actividad 10.- El círculo de la excelencia

Objetivo: Que el profesor retome momentos de seguridad en el pasado y logre vincularlos con momentos futuros para lograr la excelencia en lo que hace.

Duración: 60 minutos

Desarrollo:

1.- Revive la seguridad.- Transpórtate a algún momento del pasado en el que te sentiste absolutamente seguro y confiado.

2.- El Círculo de la excelencia.-Mientras sientes crecer en ti la seguridad, imagina un círculo de color alrededor de tus pies, salta fuera del círculo con la sensación de seguridad.

3.- Selecciona pistas.- Imagina ahora algún momento futuro, en el que puedas necesitar este mismo sentimiento de seguridad.

4.- Vincúlalo.- Imagina que se desarrolla la situación futura con esos sentimientos de seguridad bajo tu control y que estas dentro del círculo.

5.- Comprueba los resultados.- Tomate un tiempo nuevamente para pensar en el futuro y descubre que estos sentimientos de seguridad acudes automáticamente a ti, de manera natural.

Actividad 11.- Modeling

Objetivo: Que el profesor copie y analice la forma de ser de otra persona para reproducir modelos de estrategias de comportamiento eficaces.

Duración: 60 minutos

Desarrollo:

1.- Aclare a conciencia su mete y busque un modelo que ya haya hecho realidad anteriormente su meta.

2.- Reúna información.- Lea bibliografía de su modelo. Observe su comportamiento, su forma de hablar, su ropa, etc.

3.- Copie su modelo con exactitud.- Imítelo, hable y muévase como el mínimo mentalmente realice esta parte de ejercicio.

4.- Preste atención a sus sentimientos.- Ver como se modifican sus sentimientos y como claramente se dirige a la meta.

5.- Filtre las partes irrelevantes del comportamiento.- Descartar las partes poco importantes y continuar con aquellas partes del comportamiento que contribuyen al éxito.

CONCLUSIONES

En conclusión podemos decir que la PNL es una disciplina que brinda elementos para realizar cambios de conducta, de pensamientos y que da resultados de manera real, eficaz y certera, lo cual da pauta a ser más exitosos en toda empresa.

Cuando un niño entra a la escuela lo hace con una expectativa basada en lo que la familia le dice, lo preparan para enfrentarse a un mundo hasta ese momento desconocido, y va con la creencia generalmente de que hay un mundo maravilloso el que le espera al acercarse a la puerta y ver como su familia se aleja. Sin embargo habrá de enfrentarse a experiencias satisfactorias y también a las no tan satisfactorias, al iniciar el largo camino del aprendizaje.

En este recorrido no esta solo existe otro acompañante como figura relevante; el maestro.

Cuando finalizas un trabajo es totalmente necesario pasar por la etapa de la reflexión de que ¿Qué te llevo a realizarlo? Y en mi mente está la pregunta de que ¿si realmente el profesor puede transformarse, y llegar a ser excelente en todo lo que hace?, no hablando de la perfección, sino del hacer conciencia en que su labor es una de las cosas más significativas que le sucede a cada persona que atraviesa por el aprendizaje escolarizado, ¿quién no recuerda al mejor o más significativo maestro que tuvo? Todos en momentos de remembranza hablamos de ellos porque en su tiempo fueron un modelo a seguir.

Ahora bien ¿Qué me llevo a realizar un trabajo en esta área?, como psicóloga que soy al ingresar al magisterio y relacionarme con los profesores, ellos al saber cual es mi profesión unos cambiaban de actitud volviéndose reservados y otros

aprovechaban la oportunidad para “consultar” y buscar una solución a su situación personal; al escucharlos detenidamente y al observarlos me percate de que su tipo de personalidad y su conducta era reflejada en sus alumnos.

Primero que todo, creo que es necesario enfocar esta situación con una mirada más amplia, ya que como podemos darnos cuenta a través de este trabajo que no sería suficiente con estudiar al maestro en su labor, ya que si bien este se constituye como un ser en sus relaciones con los demás, y va cambiando de acuerdo a sus interacciones, no debemos olvidar que antes de ser maestro es persona, con su historia propia, con sus miedos, con características particulares, con necesidades personales y estos factores tienen que ser atendidos.

Tal como cada individuo es un ser único, con creencias, características e historia personal que le corresponden al maestro, es necesario un trabajo terapéutico adaptado a la realidad y a las características de cada uno de ellos, por lo que propongo un trabajo individualizado.

Una respuesta muy adecuada y satisfactoria para ello sería, el modelo de la Programación Neurolingüística que es una gran herramienta al trabajo con maestros, ya que su quehacer parte del cambio interior de un individuo y presentando como consecuencia la modificación integral de el entorno y las relaciones de las cuales el maestro es protagonista.

Retomando de la parte introductoria de este trabajo recordemos que los niños aprenden más de lo que observan de los adultos que de lo que se les dice que tienen que hacer, entonces es tiempo de retomar el modelado, el cual es un método extraordinariamente definido por la PNL, mostrándonos su eficacia para la enseñanzas de conductas complejas; sin descuidar ni restar el desarrollo cognoscitivo o intelectual que el maestro posee. Por lo que desde el inicio del presente trabajo mi propósito fue el de proponer al docente el modelo de la excelencia utilizando las herramientas que propone la Programación

Neurolingüística.

Finalmente la respuesta es ¡Si!, mediante la herramientas que la PNL a aportado al campo terapéutico, cualquier persona incluyendo al maestro puede irse transformando como persona para ser excelente en todo lo que hace como individuo y como promotor del conocimiento en sus alumnos.

REFLEXION

“Conozco un maestro que es para mi el mejor de todos, pacientemente durante años desde que lo conozco, me ha enseñado grandes verdades en mi vida, lo conocí cuando entre a la universidad, sin ser maestro universitario llegó a mi vida para llenarlo todo.

Al escucharlo, al leerlo y al convivir con él estos 20 años, me di cuenta que trabajar con seres humanos es muy difícil pero satisfactorio.

Llegaba yo de la universidad y le contaba lo que había aprendido, sobre todo en las prácticas, cuando las hacíamos en la escuela y con niños y de cómo me desesperaba porque “Danielito” (por ponerle un nombre a todos esos niños que han pasado por mi vida y que ha sido muy difícil el poder ayudarlos), no aprendía; fue entonces cuando él se propuso prepararme para trabajar con niños, así que, salí de la universidad e inmediatamente comencé a trabajar como profesora en el fascinante mundo de la SEP.

¿Cómo le hago? Te preguntas cada día y poca es la gente que te ayuda y tú como recién egresado pretendes con todas tus teorías arreglar el mundo, lees preparas, planeas, piensas y ¡Oh! sorpresa ellos no aprenden y comienzas a ver a tu alrededor a los demás profesores, unos gritan, otros pegan, otros trabajan y trabajan y trabajan, les preguntas ¿cómo le hacen para enseñar? y realmente son muy pocos los que con interés te dan algunas ideas de cómo hacer tu trabajo.

Y como lo malo se pega más rápido que lo bueno, pues empecé a gritar a jalar orejas y llegaba a casa frustrada, cansada y desilusionada, le contaba esto a mi maestro y con la paciencia que le caracteriza me decía “vas a aprender y vas a crecer”. Me entrego en mis manos una historia que ha recorrido muchos lugares como un mero pensamiento y cuando la leí comprendí muchas cosas, se llama “La Chuy” y en resumen habla de un profesor recién egresado, como lo describo

arriba pero cuando los demás profesores lo veían que jugaba y cantaba con sus alumnos se burlaban de él y decían -al rato se compone- y fue así, se dedicó a gritarles a sus alumnos incluso la historia dice que a darles a algunos un punta pie, pero en un ciclo escolar de tantos llegó a su vida una tierna alumna de nombre Chuy, después de un día difícil agotador y de haberle gritado con todos sus pulmones a sus alumnos, el profesor se sentó en su escritorio y se topó con la mirada de la Chuy, que con miedo esperaba el regaño y el grito de su profesor, fue entonces cuando él recordó la ilusión con la que había llegado a trabajar en sus primeros años, y..., siguió igual.

En el ambiente magisterial hay muchas vivencias, en los cursos que se brindan por parte de las autoridades se habla de varios temas; que si las matemáticas, que si el español, que si el avance programático, que si el proyecto escolar, etc., todo para “avanzar en la educación”.

El manejo de autores, libros dinámicas, estrategias y metodologías es el lenguaje que deberá de escucharse en toda reunión de maestros (el saber), lo paso o lo repruebo. Me pregunto ¿Esto será estresante para los maestros?

Y que hay de la junta con padres de familia ¿a caso darles explicaciones de lo que hice a 40 o 50 gentes me hace ser mejor?, o de las ceremonias trabajar desde días antes para que todo termine en 20 o 30 minutos.

El recreo, he observado que es un espacio breve donde el maestro puede convivir con sus iguales (sin descuidar lo que tiene que hacer) para contarle a sus “cuates” como le fue en el día o situaciones de su vida personal, y es aquí donde quería llegar. Durante los 16 años que tengo de trabajo dentro del magisterio me he percatado como psicóloga de Iztacala que soy, en donde me enseñaron a ser muy observadora, que el maestro es un profesionista que está rodeado de una enorme cantidad de gente y que siempre tiene que dar y dar.

Hay una necesidad apremiante no manifiesta El maestro requiere un desarrollo individual como persona, como ser humano, no únicamente como el profesor de tal grado o de tal escuela; sino el de ellos como individuos. De manera natural sin darme cuenta comencé a investigar si ellos tenían proyectos de vida, ya que esta profesión comienza temprano (jóvenes) y termina en un buen promedio de vida, ¿y? después ¿Qué? Y fuera de ¿Qué?, que mas hay para esa persona que decidió ser profesor o que acaso fue el único trabajo que encontró en ese momento y se quedo.

Aquí salta una palabra el AUTOESTIMA del Maestro, los profesores son líderes de niños, jóvenes, adultos y padres y como tal la sociedad ha puesto sobre ellos un ideal.

Actualmente mas que nunca se ha sabido de maestros abusadores, golpeadores, demandados por tal o cual razón, cabria preguntarse ¿nadie se dio cuenta de que algo andaba mal? O prefieren hacerse de la vista gorda. Como todo ser humano el maestro también siente, se deprime, le roban, se enoja y toma decisiones poco correctas, recordemos pues que la PNL en una de sus premisas nos dice que todo lo que hacemos lleva una intención positiva, sin embargo porque no se nos ha enseñado a ser inteligentes en nuestras emociones mucha, gente alrededor nuestro y del maestro resulta dañada.

Es por ello que elegí hablar de este tema tan delicado pero muy importante en esta tesina, mediante la cual propongo el trabajo terapéutico para profesores, no únicamente como una formula mágica sino como una seria opción y porque no hasta un requisito por parte de la SEP, para todos los profesores frente a grupo, en la PNL encontré herramientas ideales para llevar a cabo esta ardua tarea, es muy practica, real y flexible, además de que te llevara descubrir la excelencia en todo lo que se hace. Propongo que se realice de manera individual básicamente, debido a que todos tenemos diferentes situaciones en nuestra vida, en diferentes momentos, pero en dado caso de que se detecte el requerimiento de realizar un

grupo se puede hacer con el mismo profesionalismo y resultados, consta de 10 sesiones en donde el trabajo del psicólogo es exclusivamente guiar a los asistentes y el responsable de la toma de decisiones es el cliente, esta característica de la programación neurolingüística es otro factor importante, ya que no todos los psicólogos que ha contratado la SEP son de la misma formación, sin embargo resultaría menos costoso incluso capacitarlos a ellos y que realicen esta función de este marco de referencia a que si hacemos una mezcla de enfoques; así de esta forma llegaremos a un punto relevante buscar la excelencia como maestros y educadores en todo lo que hacemos, en nuestras relaciones y sobre todo con nuestros alumnos; y porque no pensar en la expansión de esta idea a nivel nacional y de manera mundial, México como pionero en este sentido, lograría ser una nación con calidad educativa siendo incluso modelo a otras naciones, como diría mi maestro en uno de mis libros favoritos:

“Agranda tu tienda de campaña, extiende sin miedo el toldo bajo el cual vives; alarga las cuerdas, clava bien las estacas, porque te vas a extender a derecha e izquierda; tus descendientes conquistaran muchas naciones.

No tengas miedo, no quedaras en ridículo; no te indultaran ni tendrás de que avergonzarte”. (Libro de Isaías capítulo 54 versos 2 al 4; en la Santa Biblia). Como te podrás dar cuenta el maestro del cual te hable en este espacio es Jesús mi Salvador. Al que cree todo es posible.”

BIBLIOGRAFIA

-Andreas, Steve y Faulkner, Charles (1988). La nueva tecnología del éxito. México. Ed. Urano.

-Arzola, S. y Collarte, C. (1992) Autoestima y enseñanza media. Transferencia pedagógica y calidad de aprendizaje. Proyecto Fondecyt. Chile

-Ballesteros A. y Usano (1972). Organización de la escuela primaria. México. Ed. Patria, S.A.

-Bertin, Giovanni M. (1981) Funciones del Maestro en la sociedad en transformación y Alineación. México. Ed. Nueva Imagen.

-Blanco I. (1977) Hay más dentro de ti: El universo de la inteligencia. México Ed. Ger.

-Flores V. Cristina (2007) Manejo de Temores con Dibujos. Una técnica de programación neurolingüística. México. Ed. Panorama.

-Forner Rosetta (2002) PNL para Todos. México Ed. Cuarzo.

-García Ramón Pelayo y Groos (1989) Pequeño Larousse ilustrado. México Ed Larousse.

-Gómez G. (2002) Optimicemos la Educación con Programación Neurolingüística. Su aplicación en el trabajo docente. México Ed. Trillas.

-Harris C. (1999) Los elementos de la PNL. Madrid España Ed. EDAF

-Lerner Delia (2001) Leer y escribir en la Escuela. México Ed. SEP / Fondo de cultura Económica.

-Mayer, J (2005) Adicción a la aprobación. Como vencer la necesidad de agradar a todos. U.S.A. Casa creación.

-Mohl A. (2002) El Aprendiz de Brujo. Barcelona. Ed. Sirio

-Patterson C.H. (1982) Bases para una teoría de la enseñanza y la psicología de la educación. México. Ed. Manual Moderno, S.A. de C.V.

-Reyes T., Ortega S. y Salas E. (2002) Lineamientos Técnico Pedagógicos de los servicios de educación especial en el Distrito Federal.(documento de trabajo). México. Secretaría de Educación Pública.

-Rockwell Elsie (1985) Los contextos del trabajo docente, el ser maestros; estudios sobre el trabajo docente. México. ED. SEP / Caballito.

-Rodríguez E. Mauro (1988) Autoestima clave del éxito personal. México. Ed. El manual moderno.

-Saint-Onge M. (1977) Yo explico, pero, ellos... ¿Aprenden? Bilbao. Ed. Mensajero.

-Schwarz, A.; Schweppe R. (2001). Guía Fácil de PNL. Barcelona Ed. Robin Book.

-Subsecretaria de Servicios Educativos para el D.F. (2002). Antología "Taller para el Análisis para Tutores de 7° y 8° Semestre de la Licenciatura en Educación Primaria" Plan de Estudios 1977. (Ciclo Escolar 2002-2003). México. Ed. SEP.

-Velásquez Fragoso, Ayde Liliana (2004) Tesina "Influencia de la Inteligencia Emocional en el rendimiento académico en niños de educación primaria" Iztacala. Tlalnepantla, Estado de México.

-Zabala Vidiela A. (1988). En la Practica Educativa ¿Cómo enseñar? Barcelona. Ed. Grao