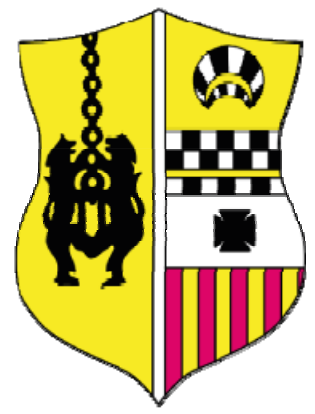




PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

Martín Ramírez, A.¹; Olariaga Guardiola, S.M.¹ Tutor: López Hurtado, D.^{1,2}
¹ Centro Educativo La Merced y San Francisco Javier - Jesuitas Burgos
² Universidad de Burgos. Departamento de Ingeniería Civil

ABSTRACT

La PNL es una propuesta, un modelo para entender cuáles son las estructuras de la experiencia subjetiva que conforman la mente humana, más allá de la evidente estructura neuronal o del comportamiento del individuo. Presenta herramientas eficaces que pueden ser aplicadas en cualquier interacción humana donde haya un proceso comunicativo. Ofrece técnicas específicas por las cuales el individuo puede modificar la manera en la que percibe, filtra y organiza los estímulos sensoriales que recibe, por lo que, nos permite efectuar cambios profundos y duraderos de forma rápida y fácil

OBJETIVOS

Dar a conocer la programación neurolingüística y algunas de sus aplicaciones.

Presentar sus herramientas de cambio y reprogramación de la mente así como hacer saber técnicas para el trabajo de la misma

Analizar los diferentes tipos de lenguaje de una muestra de estudiantes de 1º de Bachillerato del Colegio de La Merced y San Francisco Javier de Burgos

METODOLOGÍA

Para la realización del presente estudio, se parte de una revisión exhaustiva de los estudios e investigaciones realizadas en la materia, para posteriormente aplicarlos a un estudio sobre una muestra de estudiantes de 1º de Bachillerato.

SISTEMA DE REPRESENTACIÓN SENSORIAL

La PNL funciona con meta-programas en los que se subdivide la disciplina. Uno de los más importantes es el de sistemas de representación sensorial, el cual supone que cada persona tiene una forma predominante de percibir la realidad, que puede ser: visual, auditiva o kinestésica

PNL APLICADA

El fin del tratamiento con PNL es eliminar las limitaciones de nuestro subconsciente, es decir, creencias limitantes que no nos dejan avanzar. El PNL nos ofrece la oportunidad de descubrir el potencial de nuestro cerebro para "reprogramar" nuestras creencias y reducir los pensamientos y emociones negativas.

Ambiente laboral y profesional: Gracias a herramientas y técnicas sencillas, se pueden trabajar las relaciones interpersonales con los clientes y compañeros de trabajo, pueden solucionar numerosos problemas, hacer la empresa más competitiva. También es posible la aplicación de estas técnicas a la creación de nuevas estrategias de marketing o selección de personal

Educación: En el campo de la educación ayuda a tener un mejor entendimiento de la forma de trabajar de los alumnos de diferentes edades, para poder tratar con ellos y posibilitar un aprendizaje con mayor facilidad.

Salud: cuando nos encontramos mal o tenemos una enfermedad buscamos soluciones en el exterior en forma de remedio, como pautas, medicamentos o terapias que reduzcan los síntomas. Pero, muchas veces, o la mayoría, no somos conscientes de que nuestros dolores tienen un alto componente emocional

Deporte: Los Entrenadores Deportivos son más venerados y almacenan mayor número de éxitos cuanto mayor es su dominio de herramientas y técnicas de "coaching", PNL y otras disciplinas que les permiten obtener resultados de sus pupilos nunca antes vistos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

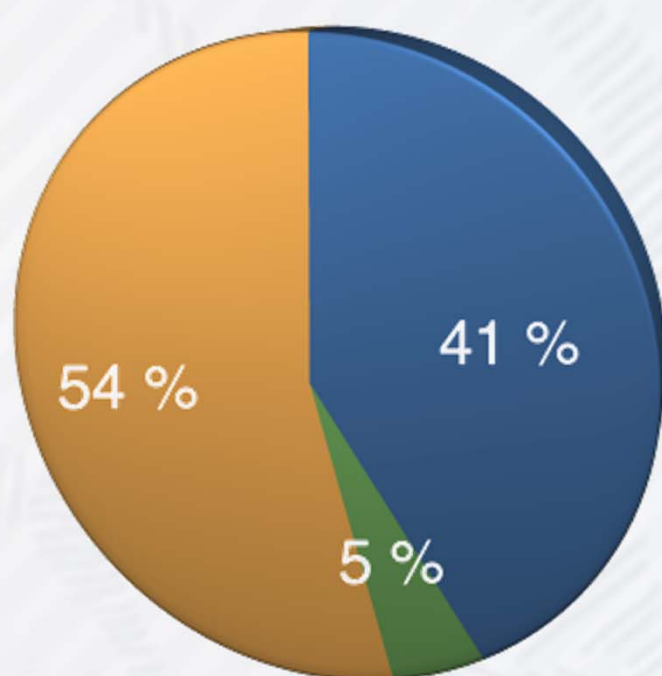
Muestra: comprendida por 67 alumnos de 1º de Bachillerato. Los estudiantes pertenecen a tres modalidades diferentes: Humanidades y Ciencias Sociales y Ciencias (Con distinción entre aquellos que cursan Biología y Dibujo Técnico). El objetivo era analizar las diferentes estructuras neurológicas y forma de actuar de los sujetos encuestados según su método de obtención de información y comprobar la posible distinción entre alumnos de cada modalidad. Los patrones por los cuales adquirimos información son visual, kinestésico y auditivo.

Procedimiento: Test realizado con diferentes preguntas de opción múltiple, a partir del cual se obtiene un perfil de la persona.

Leyenda:

● Visual ● Auditivo ● Kinesésicos

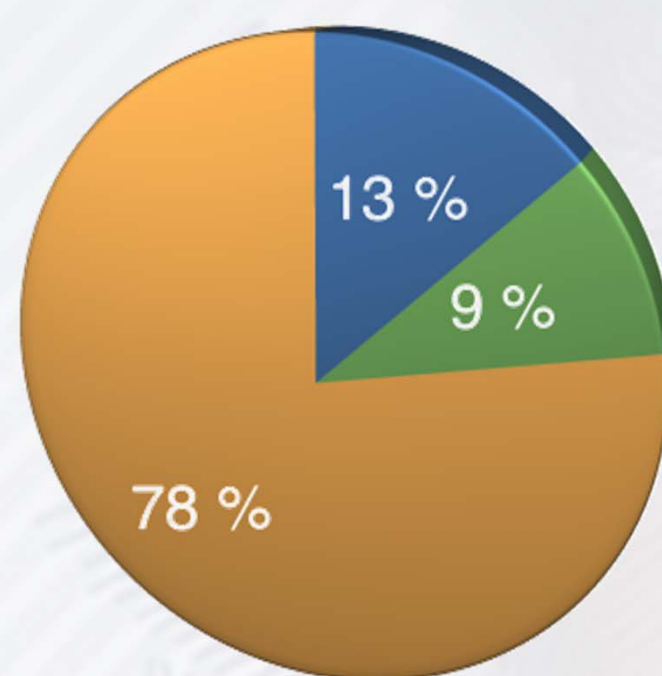
Ciencias - Biología



En la modalidad Tecnológica hay nueve alumnos visuales, a diferencia de la modalidad de Ciencias Sociales, que hay cinco. Las personas visuales trabajan bien con ideas abstractas, matemáticas, áreas contables, sistemas, razonando para resolver problemas. En este caso, los resultados demuestran que este patrón de obtención de información destaca en alumnos que se mueven con gráficas, dibujos, áreas y conceptos propios de la inteligencia visual.

Por otra parte, el grupo de ciencias sociales es en el que más personas auditivas

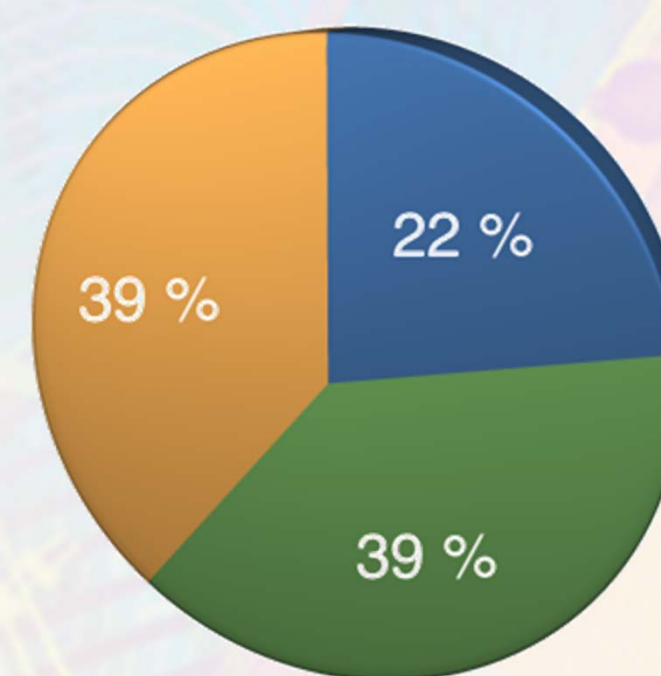
Ciencias - Dibujo Técnico



hay respecto a los otros bloques en los que solo hay tres en total. Finalmente la modalidad de ciencias biológicas destaca por encima de todos con 18 kinestésicos.

Aunque no es un perfil cerrado, ya que en cada momento, reaccionamos mejor a un tipo de estímulos que a otros, nos ofrece una visión general de las diferentes inteligencias repartidas en los bloques analizados y su correspondencia respecto a la manera de percibir la realidad. Finalmente podemos observar que en el perfil adolescente destaca el lenguaje kinestésico.

Humanidades y Ciencias Sociales



CONCLUSIONES

Partiendo de los conocimientos previos y habiendo analizado los datos obtenidos durante esta investigación hemos llegado a la conclusión de que la programación neurolingüística es un campo de estudio en desarrollo que encontramos en nuestro día a día pero que deberíamos de conocer más y poner en prácticas las diferentes herramientas y técnicas que nos aporta.

BIBLIOGRAFÍA

Castro-Rodríguez, J.A.; Bernardo J. Krause y otros. «Epigenética en enfermedades alérgicas y asma.» Revista chilena de Pediatría 87, no 2 (Abril 2016)

González, Silvia Luis. «Restricción calórica, epigenética y funcionamiento cerebral.» Trabajo de fin de grado de Psicología, Departamento de Psicobiología, Universidad de La Laguna, Tenerife, España, 2016.

La bibliografía completa puede ser consultada en el trabajo escrito.



La Merced y
San Francisco Javier
www.jesuitasburgos.com

La versión completa
de este trabajo se
puede consultar en
el siguiente enlace:

