



Tipo de documento: Tesina de Grado de Ciencias de la Comunicación

Título del documento: La comunicación no verbal y los juegos del inconsciente : gestión de las emociones en los procesos educativos

Autores (en el caso de tesis y directores):

Maria del Carmen Peña

Angela Teresa Bueno Palacios, tutora

Datos de edición (fecha, editorial, lugar,

fecha de defensa para el caso de tesis: 2022

Documento disponible para su consulta y descarga en el Repositorio Digital Institucional de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires.
Para más información consulte: <http://repositorio.sociales.uba.ar/>

Esta obra está bajo una licencia Creative Commons Argentina.
Atribución-No comercial-Sin obras derivadas 4.0 (CC BY 4.0 AR)



La imagen se puede sacar de aca: https://creativecommons.org/choose/?lang=es_AR





UBA Sociales
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

**LICENCIATURA DE CIENCIAS DE LA
COMUNICACIÓN**

ORIENTACION EN PROCESOS EDUCATIVOS

TESINA DE GRADO

2021

“La comunicación no verbal y los juegos del inconsciente”.

Gestión de las emociones en los procesos educativos.

Autor: Maria del Carmen Peña

e-mail: mpop007@hotmail.com

Tutora: Angela Bueno Palacios- Legajo UBA:113189

Índice General:

I.	<u>Abstract</u>	03
II.	<u>Capítulo 1:</u> <i>“Estado del arte y metodología. Orígenes de la PNL”</i>	06
III.	<u>Capítulo 2:</u> <i>“Identidad”</i>	15
IV.	<u>Capítulo 3:</u> <i>“Neurociencias y la educación”</i>	20
V.	<u>Capítulo 4:</u> <i>“Representaciones y subjetividad”</i>	27
VI.	<u>Capítulo 5</u> <i>“Manejo del grupo y vínculo con los educadores”</i>	34
VII.	<u>Taller:</u> <i>“La cuestión de las emociones en el contexto áulico”</i>	42
VIII.	<u>Actividades:</u> <i>“Identificador de emociones”</i>	46
	<i>“Recursos de Anclaje”</i>	47
IX.	<u>Bibliografía</u>	48
X.	<u>Agradecimientos</u>	50

Abstract

La Programación Neurolingüística es tomada como método de interacción conversacional donde fluyen varios tipos de comunicación entre los sujetos. Debemos tener en cuenta, para lograr entender el estado de situación comunicacional, lo que el sujeto no verbaliza mediante la lengua hablada. En el marco de la capacitación docente, intentaremos explicar los beneficios de la aplicación de la PNL, Programación Neurolingüística, como herramienta conectiva con los alumnos y sus capacidades. Como amplificar la conexión del alumno en su educación con la ayuda de la gestión de las emociones del grupo, en el interés de generar un ambiente proactivo a la hora de la transmisión de conocimientos.

Si podemos dilucidar mediante su lenguaje corporal, que tipo de interacción utiliza para expresar las emociones, que recursos del lenguaje verbal y no verbal se selecciona para comunicarse y transmitir sus mensajes a veces claros y evidentes pero otras veces no tanto, dentro del ámbito escolar. Y a partir de ahí cuales son los procesos de aprendizaje o re- aprendizaje de conductas que se podrían trabajar o modificar en conjunto con los grupos de trabajo.

El tema, en el desarrollo de este ensayo: “La comunicación no verbal en los procesos emocionales” para ofrecer a los docentes herramientas con las que puedan detectar situaciones a resolver con el alumno y que, por ende, afectan a grupo de trabajo dentro del proceso educativo.

Me propongo poder hacer un recorrido teórico desde las perspectivas científicas, filosóficas y técnicas que abordan o se conectan con la Programación Neurolingüística y con qué marco teórico se avalará la argumentación de los contenidos de esta herramienta al abordar el tema que será analizado y defendido a través de argumentos provenientes de diferentes fuentes.

Y la hipótesis va en busca de demostrar que los procesos emocionales que se suceden en cada alumno consecuentemente pudieran repercutir en el grupo de educandos, muchos de esos procesos quedaran evidenciados, si se pudieran detectar, en una comunicación no verbal ya sea en las expresiones voluntarias o inconscientes del cuerpo, silencios, ausencias. Teniendo en cuenta que en el lenguaje verbal que expresamos en la comunicación cotidiana aparecen otras manifestaciones de nuestro inconsciente que se impregnan en nuestro cuerpo, como por ejemplo la forma en que ciertas emociones que no se pueden verbalizar explícitamente, se nos manifiestan. Nos es interesante explorar que otro tipo de recursos, más llanos de comprender, utiliza nuestra conducta. Para Cherny-Rulicky” Los estados afectivos y cognitivos que los seres humanos experimentamos en forma constante son canalizados directamente a través de movimientos corporales. La CNV está constituida por los signos y señales de un lenguaje hablado con todo el cuerpo.” (Rulinik, Sergio y Cherny. Martin, 2007, pág. 91)

Desde la perspectiva de la psicología, el lenguaje nos define como seres humanos, logramos una complejización de la comunicación que permite distinguarnos de otros seres vivos, aunque compartimos las formas básicas de conexión. *Lenguaje*, refiere a un amplio concepto que incluye la dimensión psíquica, corporal y emocional que son expresadas por el sujeto a través de la comunicación. Esto incluye, por ejemplo, las intenciones, pensamientos, percepciones, sensaciones y acciones que, como resultado de una relación intersubjetiva, tienden que exteriorizarse y quedan retenidas e impregnadas en el cuerpo, las posturas y los gestos.

Capacitar a los docentes para que estén permeables a detectar necesidades especiales en sus alumnos e intervenir para mejorar su aprendizaje *es incluir*, abrir la capacidad de escucha, sobre todo de lo que no se verbaliza, *es incluir*. Es necesario entender que no todos los alumnos cuentan con las mismas condiciones físicas e intelectuales, y mucho menos sociales y comunicacionales. Ayudarlos a readaptarse, a reaprender, a conocer sus propias capacidades, *es incluir*.

Yo soy yo y tú eres tú.

Yo no estoy en este mundo para cumplir tus expectativas

Tú no estás en este mundo para cumplir las mías.

Falto de amor a mí mismo

cuando en el intento de complacerte me traiciono.

Falto de amor a ti

cuando intento que seas como yo quiero,

en lugar de aceptarte como eres.

Tú eres tú y yo soy yo.

*Si en algún momento nos encontramos y coincidimos, será
hermoso.*

Si no, no hay nada que hacer.

Fritz Perls

(Perls, 2021)

Capítulo 1

Estado del arte y metodología. Orígenes de la PNL

El enfoque de este ensayo es el estudio y la reflexión acerca del conocimiento de la Programación Neurolingüística, la gestión de las emociones, haciendo hincapié en la comunicación *no verbal*, para aplicarla a los procesos educativos en el contexto de las Instituciones escolares. Considerando que la PNL con su enfoque metodológico, contribuirá en la eficiencia educativa general, sobre todo en las dinámicas grupales de integración e inclusión. Sus técnicas son un complemento en el ejercicio de la docencia, y su teoría colabora en la intervención integral en el manejo de situaciones integrativas y es por ello por lo que se considera necesario implementarlo como contenido a trabajar en la capacitación docente.

Este informe tiene la finalidad de proveer de herramientas y enfoques prácticos para un mejor desempeño de los docentes en el intercambio comunicacional y de transmisión de conocimiento con sus educandos.

Acerca de la PNL. Programación Neurolingüística y la gestión de las emociones, podríamos decir que es un camino para enfocar el aprendizaje humano, con lo cual trabajar con la acepción de proceso educativo parecerá más apropiado a la hora de su aplicación y para darle soporte teórico relacionado con la comunicación social y las innovaciones tecnológicas que sirvan de sostén y entrenamiento practico para la capacitación de educadores ya sea en el ámbito escolar como en cualquier tipo de enseñanza. Con el convencimiento que este modelo practico y dinámico que colabora en el conocimiento entre los sujetos y autoconocimiento humano tiene como meta adquirir mejores formas de comunicación y entendimiento en contextos de aprendizaje.

Para hacer un acercamiento a los contenidos y la dinámica de estudio de la PNL daremos cuenta de los inicios de las investigaciones que datan los años setenta en la Universidad

de California, Santa Cruz, donde un profesor ayudante de *lingüística* John Grinder y un estudiante de *Psicología* Richard Bandler comenzaron a interesarse en identificar patrones de conducta similares, ya empleados por reconocidos psiquiatras y así poder elaborar modelos de terapia que funcionen en la práctica y puedan enseñarse y divulgarse para poder ser aplicados como modelo sistémico que lleve a reflexionar acerca de cuestiones puntuales, de ideas y de personas. Para ello recurrieron a los trabajos de tres psiquiatras reconocidos mundialmente por sus trabajos innovadores que si bien tratan problemáticas diferenciadas forman el coctel necesario en la formación de un nuevo modelo de intervención que aporta habilidades y técnicas para pensar y que además funciona como holograma al mostrar que todas las partes y componentes del ser humano se relacionan entre sí, respecto al individuo y su contexto.

Los referentes elegidos fueron *Fritz, Perls*, neurosiquiata, psicoanalista y creador de la escuela de terapia Gestalt¹, focalizada en la comprensión del funcionamiento mental, con la consigna que se debe tratar a las personas como una totalidad, entendiendo que no se puede explorar las diferentes dimensiones que conforman al individuo aisladamente, así se concentran en el axioma de **El todo es mayor que la suma de sus partes.**

Los psicólogos de la Gestalt se centraron especialmente en buscar explicaciones sencillas que pudieran adaptarse a nuestra forma natural de percibir la realidad. Para ellos, a través de la percepción logramos adquirir conocimientos del mundo, interactuar con él y conectar con los demás, con un *enfoque humanista*, que considera a las personas seres activos y autónomos.

Cada persona presenta sus propios pensamientos, experiencias, deseos y si bien la Gestalt es reprochada por su individualismo, sin embargo, sus defensores afirman que es preciso

¹ **La terapia Gestalt** es un modelo de psicoterapia que percibe los conflictos y la conducta social inadecuada como señales dolorosas creadas por polaridades o por dos elementos del proceso psicológico. Conflicto que puede ser de naturaleza interna al individuo o puede manifestarse en la relación interpersonal entre dos personas.

que nos descubramos a nosotros mismos primero para conectar posteriormente con los otros y el contexto social.

El punto de vista dominante de la época era el estructuralismo, que consideraba a la estructura de la mente como objeto de estudio, va a ser la psicología funcionalista² la que considera la vida mental y el comportamiento en términos de adaptación activa al ambiente por parte de la persona. *Merton*³ (sociólogo estadounidense 1910-2003) entiende que no todas las formas y estructuras sociales y culturales estandarizadas cumplen funciones positivas. Sino que en un sistema pueda haber *disfunciones*, cuando un hecho social tiene consecuencias negativas para otro. Esto es que, una situación de contexto social, con estructuras que tienen como función el mantener el equilibrio de un sector de la sociedad, como por ejemplo la escuela, las acciones tienen consecuencias previstas y consecuencias imprevistas, requiriendo estas últimas de un stop de alerta a ser evaluado y subsanado para poder volver a la situación de equilibrio social.

Otro exponente es *Virginia Satir*, psiquiatra familiar, volcada a la resolución de las difíciles relaciones familiares que se creían intratables, ella sostenía que lo que el individuo verbaliza expresa de una manera fácil de observar, en general casi nunca era el conflicto real, solo se podría definir como el problema evidente pero que solo se trataba de una presentación o un conflicto superficial dentro de la interacción del individuo, familia o grupo. Cuando comunicamos somos selectivos en el proceso consciente de querer mostrarnos hacia otro u otros, intentamos que nos perciban de una manera determinada, en principio podríamos decir que se hace un intento de agradar al otro o de poder pertenecer a un grupo

² El **funcionalismo** es caracterizado por el utilitarismo otorgado a las acciones que deben sostener el orden establecido en las sociedades. Es una corriente teórica surgida en Inglaterra en el año 1930 en las ciencias sociales, especialmente en sociología y antropología social

³ "En su análisis estructural, Merton se mostró interesado en ver la organización social a partir del estatus y las posiciones de las personas, para entender el conjunto organizado de relaciones sociales. Mediante ellas, los miembros de la sociedad o de una comunidad ejercen sus roles, guiados por unas normas morales comunes de las que emergen consecuencias (intencionales y no intencionales), y que permiten dar identidad a sus instituciones."

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-885X2010000300008

determinado o de intentar mimetizarnos con el contexto para dar una clara señal positiva de confianza; así los demás quedan como observadores, pendientes de percibir y analizar nuestra conducta, al respecto Goffman afirma que *“La información acerca del individuo ayuda a definir la situación, permitiendo a los otros saber de antemano lo que él, espera de ellos y lo que ellos pueden esperar de él”* (Goffman E. , 1994)

Y así, se produce una suerte de confianza en primera instancia que permite continuar con la sociabilización, con ello la interacción entre los individuos ira dando forma a la situación comunicacional, para Goffman las personas no hacen lo que quieren sino lo que les conviene en su comportamiento corporal para mostrar su imagen de manera voluntaria o intencional, el autor utiliza el concepto de actores ya que hacen un juego permanente de roles, al igual que si estuvieran en un teatro. Así, se produce la definición de la situación de los sujetos en el marco de la interacción social, donde entran en juego las inferencias reciprocas y las prácticas de protección en el sentido de cuidar las apariencias.

Desde esta perspectiva, Goffman busca comprender la causa las conductas y comportamientos. La psicología hace su aporte primario como ciencia histórica que se basa en el estudio de la conducta y el aprendizaje y en especial la Psicología cognitiva, que se ocupa del pensamiento y la percepción.

Y la tercera influencia para J. Grinder y R. Bandler fue *Milton Erickson*, medico, psicólogo e hipnoterapeuta. El comenzó a darse cuenta del poder del lenguaje corporal para comunicarse con los demás y afirmaba que los individuos tenían lo que él denominó “memorias corporales” de los movimientos⁴, tanto para los procesos de recuperación física como para manifestar expresiones emocionales como intenciones de comunicación del

⁴ **Milton Erickson (1901-1980)** creía que la mente subconsciente siempre está escuchando, y que por lo tanto podemos comunicarnos con ella incluso cuando la persona no está en un estado de trance. Todas sus técnicas terapéuticas estaban dirigidas a llegar hasta esta parte de la mente de manera indirecta y sin generar resistencia por parte del paciente. La motricidad y los movimientos indirectos del sujeto forman parte de la CNV (Comunicación no verbal) que colaboran en la identificación de situaciones emocionales específicas.

inconsciente. Según su forma de pensar, los individuos, al estar motivados por necesidades personales particulares y defensas relativas a la identidad requerían maneras originales de abordaje.

Gregory Batenson, *antropólogo* inglés cuyo trabajo influenció en muchos campos como la *etnología*, *Psiquiatría*, *psicología* y *cibernética* e investigó acerca de la comunicación (Modelo comunicativo de Palo Alto), la teoría de los sistemas y la construcción del sujeto. Desde su percepción evolucionista, analizó las transformaciones sociales a partir del comportamiento y de las conductas, con la lógica de las construcciones culturales y sociales, hizo importantes aportes dentro del campo de la terapia familiar⁵. La comunicación aparece aquí como un proceso determinante de la evolución.

Muchos de los estudios que llevaron este tipo de investigaciones fueron mediante perspectivas funcionalistas, ya que muchos autores comparan la sociedad de los hombres con un organismo biológico (Darwin). Todo lo que es funcional hace referencia al papel positivo en el sostenimiento del orden social y el equilibrio (Merton)⁶. Así como hay actividades que son funcionales y sostienen el orden social, hay otras que rompen con su orden, se denominan disfunciones

Batenson también analizó, desde un punto de vista evolucionista, los cambios que puede sufrir la sociedad a partir del comportamiento y conductas humanas; confrontó las dimensiones pasional e intuitiva del ser humano con las categorías opuestas o la lucha de contrarios que subyacen a la vida del ser humano (situación de equilibrio-conflicto, estabilidad-cambio) El entiende la aparición de la comunicación como un fenómeno fundamental de la evolución. Con su trabajo, Bateson logró conjugar la neurolingüística con la psicología del lenguaje, para construir un nuevo modelo experimental, y así poder

⁵ **Batenson** fue uno de los mentores de R. Bandler y J. Grinder en programación neuro lingüística y muy relacionado con el hipnotista médico Milton Erikson.

⁶ **Merton (1910-2003)** redactó 28 obras y más de 200 artículos. Sus libros sobresalieron por relatar temas periféricos, tales como la delincuencia, el papel de los emigrantes y el racismo. Además, explicó la función de la burocracia y de las profesiones

construir una teoría sistémica de la comunicación.⁷ Al considerar que los procesos comunicativos son producto de la evolución y, al mismo tiempo, cumplen con leyes evolutivas en las que juega un papel definitivo la realimentación continua entre locutor e interlocutor, indica el carácter circular de las situaciones comunicativas entre los agentes y en ese intercambio juegan permanentemente los campos representacionales de los intervinientes y con ello toda su situación cultural, social y emocional. Todo ese campo es mucho más que el individuo, su mente funcionando al unísono.

“La epistemología cibernética que les he propuesto sugeriría una nueva aproximación. La mente individual es inmanente pero no sólo al cuerpo. También es inmanente a las rutas y mensajes fuera del cuerpo; y hay una Mente mayor de la que la mente individual es sólo un subsistema. La Mente más grande es comparable a Dios y es quizás lo que alguna gente quiere decir con “Dios”, pero ésta es aún inmanente al sistema total de la sociedad y la ecología planetaria.” (Batenson, Una aproximación revolucionaria a la autocomprensión del Hombre. En Pasos hacia una ecología de la mente., 1999) Nos da una mirada holística, que implica ir más allá del sujeto, podríamos entenderlo como parte de un contexto mayor que implica al individuo en relación con otros, solo a partir de esa relación e interacción puede entenderse su mapa representacional.

Margaret Mead, máxima exponente de las ciencias sociales contemporáneas, y precursora del feminismo en EE. UU. por sus estudios sobre los *roles de género*, la masculinidad y la feminidad y sus cuestionamientos a la estructura familiar tradicional. Nos ayuda a comprender las cuestiones de identidad y su tipología acerca de la transmisión de conocimientos, muy aplicable para entender las conductas y comportamiento de los educandos en el contexto de la educación formal dentro de una institución educativa.

⁷ Dicha teoría se basaba en la concepción de que las personas, gracias a su facultad de lenguaje, llegan a crear realidades de significado: por medio de interacciones, significados, conductas y creencias se construyen tales realidades, las cuales llegan a suponer el bienestar o el malestar del sujeto según estén configurados sus elementos. (Batenson, Teoría de la comunicación)

Teniendo en cuenta que la transmisión de conocimiento se da dentro de una temporalidad, ella construye una tipología, que sobre todo se da en la narración y el relato y nos permite entender los procesos no solo de aprendizaje sino de identificación de los alumnos respecto a sus mayores (familia, docentes) sino también entre sus pares

Bourdieu Pierre la aportación del sociólogo francés proporciona la luz necesaria para mirar las estructuras que no se ven a simple vista pero que con su enfoque permite percibir como en las elecciones, disposiciones, preferencias valores, hábitos se determinan los agentes sociales. Critica fuertemente las formas mediante las cuales la institución escolar opera, así como a sus representantes, mencionando que los catedráticos, no tiene derecho a enjuiciar a sus alumnos, como si no supiera que ellos también forman parte de una historia y tienen un *habitus* adquirido. También expone la enseñanza desigual que se transmite en las familias, es decir, unas poseen mayores habilidades e información que otras.

Este ensayo académico entiende que las relaciones comunicacionales interpersonales y de grupo, no están dadas, sino que son un producto de construcción social. Se podría categorizar, por dichas razones, de *constructivista* en tanto que se argumenta como se construye una relación comunicacional social intersubjetiva y entre el individuo y su contexto, que se basa en una Génesis social de donde forman parte los esquemas de percepción del pensamiento y de la acción que son constitutivos de lo que Bourdieu, denomina *Habitus*,⁸ determina el estilo de vida, los bienes y las prácticas que eligen los agentes, el autor va a hablar de *Gusto*, como una condición determinada socialmente. Gustos y estilos de vida definen las relaciones con los otros, lo que atañe a la investigación de manera muy puntual ya debemos tener en cuenta las diferentes condiciones que tienen los alumnos al momento de integrarse en la Institución y que evidentemente va a condicionar su proceso de integración, además de darnos mucha información para entender su comportamiento. Para hacer foco, en la manera de

⁸ **Bourdieu** define el *habitus* como un conjunto de disposiciones socialmente adquiridas que mueven a los individuos a vivir de manera similar a la de otros miembros de su grupo social

relacionarse con los otros ya que en general se busca pares similares para interactuar. Es un desafío para el docente también, en este sentido la integración de los grupos para el trabajo en equipo, le implica una decisión táctica al momento de generar grupos y subgrupos para la actividad.

El Habitus vincula lo objetivo y lo subjetivo, El campo social que es la estructura⁹ y las percepciones de las agentes que habitan en él. Como Bourdieu destaca, ambos momentos objetivista y subjetivista están en una relación dialéctica permanente, tanto las estructuras como las representaciones que se hacen los agentes se aplican al mundo de una manera relacional. Para lo que compete este trabajo ensayístico, nos es pertinente destacar que las instituciones específicas, tanto sean escolares, educativas, gubernamentales, sus reglas y posiciones ya determinadas forman parte de las estructuras y los sujetos intervinientes dentro de esos campos interactúan en un plano subjetivo donde aplican sus habitus y percepciones. Me interesa entender como es el proceso de adaptación de los sujetos, sus intereses y conflictos, con las instituciones propiamente dichas y entre los propios individuos que forman ese espacio social en términos de Bourdieu, pero sobre todo poder ofrecer herramientas de conocimiento de esas subjetividades en el plano de las emociones y el autoconocimiento. En este sentido no hay sujetos universales, sino que los agentes construyen su visión del mundo, lo que es de importancia en el espacio educativo es la buena convivencia y entendimiento de todas esas formas de ver y hacer en el mundo, dentro del espacio áulico. Esta postura implica la combinación o articulación permanente de todas las subjetividades en un mismo espacio con el objetivo de que el grupo logre las expectativas cognitivas esperadas para cada ciclo lectivo. Este ensayo nos permite trabajar desde la teoría que irán de la mano de observaciones y registros como soporte de la tesina y de su hipótesis. Si bien el desarrollo del trabajo es de base teórica, tiene como objetivo final llevarlo a los fines prácticos

⁹ “Son estructuras objetivas independientes de la conciencia y la voluntad de los agentes que son capaces de orientar o coaccionar sus prácticas o sus representaciones”

mediante la propuesta de un taller para docentes ofrecido a través del espacio que desde la estructura del Ministerio de Educación se denomina “perfeccionamiento docente”.

Capítulo 2

Identidad

La problemática del acceso a la educación y el nivel de aprendizaje que se puede obtener se relaciona con los aspectos económicos y sociales que estructuran de manera desigual a los diversos sectores de la población. Aspectos que también se juegan en las identificaciones y sus discursos y en la construcción de los propios sujetos que requieren equilibrio en la gestión de sus emociones y autoconocimiento para poder formarse en la educación de manera sostenida e inclusiva.

Los centros educativos cuentan con una amplia diversidad de alumnos, con sus características y necesidades especiales. En este contexto, ofrecer una atención dirigida que ponga el foco en la diversidad del alumnado (considerando que esto ya es un hecho) es fundamental en las escuelas hoy en día, teniendo en cuenta que las distancias sociales están inscriptas en los cuerpos y en su lenguaje y en las expresiones y maneras de hacerse entender que tienen los individuos.

La inclusión como concepto teórico de la pedagogía hace referencia al modo en que las instituciones deben dar respuesta a la diversidad, es un principio central para la construcción educacional del sujeto.

En un mundo global, donde las condiciones de trabajo que se exigen en tanto currículo, contenidos y desenvolvimiento para la solución de problemas inmediatos hacen que se produzcan tensiones entre lo que requiere el mundo real y lo que se da en los colegios, y así se generan continuos reclamos por parte de los alumnos, las familias y distintos sectores de la sociedad que no siempre parecen buscar los mismos objetivos. Poder intervenir en las comunidades educativas en la gestión de las emociones de los sujetos escolarizados, ayuda a la prevención para evitar la deserción escolar y mejoramiento de la calidad comunitaria y

contención de los alumnos, gracias a las técnicas que ofrece la PNL en trabajar una comunicación de calidad, colabora en el autoconocimiento, y el manejo de los grupos de trabajo en las aulas, es un avance positivo dentro de estas sociedades educativas modernas. La capacitación de los profesionales de la educación en técnicas que contengan a los estudiantes para su mejor desempeño es un desafío que se debe el sistema educativo en general.

Si bien el concepto de identidad se viene trabajando desde distintos marcos y perspectivas teóricas que a su vez pone sobre la mesa los diferentes debates acerca del tema en cuestión, me inclino hacia una definición de identidad que va más allá de circunscribirla dentro de los conceptos de etnia, clase social, género y/o ciudadano-nación, nos acercamos al pensamiento de Stuart Hall que señala respecto de la identidad, “ *Aunque parecen invocar un origen en un pasado histórico con el cual continúan en correspondencia, en realidad las identidades tienen que ver con las cuestiones referidas al uso de los recursos de la historia, la lengua y la cultura en el proceso de devenir y no de ser; no «quiénes somos» o «de dónde venimos» sino en qué podríamos convertirnos, cómo nos han representado y cómo atañe ello al modo como podríamos representarnos. Las identidades, en consecuencia, se constituyen dentro de la representación y no fuera de ella.*” (Hall S. , 2003, pág. 17)

Si entendemos la identidad como una construcción que está en un proceso permanente de formación, con la concepción de Stuart Hall, la identidad siempre se construye en relación con el otro, entendiéndolo como una alteridad que me construye, ya que sin otro yo no puedo ser. Cuando digo que me construyo en base a otro se produce un primer proceso de identificación, que es el primer lazo emocional que tengo con otra persona. Y así, se conforma una adscripción identitaria, con lo cual las categorías de *relacional*, *emocional*, *transitoriedad* (ya que la adhesión hacia el otro es temporaria) y *conflicto* (donde están presentes las contradicciones, tensiones y opuestos hacia otro). Para Hall, el sujeto es un sujeto del discurso (del lenguaje) en el marco de ciertas estrategias enunciativas para

interpelar al otro, en ello el sujeto puede adoptar diferentes posiciones dentro de la relación discursiva, entendiéndola como la suma de la comunicación verbal y no verbal (palabras, acciones, gestos, estados emocionales) *“Precisamente porque las identidades se construyen dentro del discurso y no fuera de él, debemos considerarlas producidas en ámbitos históricos e institucionales específicos en el interior de formaciones y prácticas discursivas específicas, mediante estrategias enunciativas específicas”* (Hall S. , 2003, pág. 18)

La pregunta acerca de cómo se interpelan a los niños, adolescentes y jóvenes que transitan su educación en las instituciones es un tema de grandes debates que la comunidad de profesionales de la educación ha desarrollado con diferentes criterios y perspectivas. Lo que atañe a este trabajo va en busca de la gestión de las emociones y el manejo de las diferentes intersubjetividades en el ámbito escolar y es aquí donde el cuerpo docente y demás profesionales intervienen a diario en el contacto con los alumnos. Y ayudan a moldear, conscientes o no de ello, las diferentes identificaciones que se producen en los grupos de trabajo. Esto es, colaboran con la construcción educacional del sujeto y sus representaciones¹⁰. La transmisión cultural en los escenarios educativos en general se da a través del tiempo, en forma diacrónica, a medida que el escolar va transitando sus diferentes etapas y así va definiendo no solo su patrimonio cultural sino su identidad y su manera de ver el mundo. Para tratar de entender cómo se va constituyendo el conocimiento en un sujeto (en nuestro caso alumnos que vienen con una historia cultural propia) Margaret Meat nos ofrece un primer acercamiento centrando esa transmisión de conocimiento sobre tres figuras que ella categorizo y donde los miembros de una sociedad practican pautas de conducta, **Posfigurativas**¹¹, donde los mayores transmiten el legado a los menores, esto es lo que aprendemos de generación en generación, lo que nos cuentan y nos muestran

¹⁰ Una representación, es una construcción que se hace de sujetos u objetos y que nos vemos representados en mayor o menor medida. S aquello que se construye de algo que no esta

¹¹ Es importante señalar que M. Meat define la cultura postfigurativa como la que debe estar representada por tres generaciones en continuo contacto (pág. 90) En este trabajo hacemos referencia a la trasmisión de generación en generación.

mediante las costumbres culturales nuestros padres y abuelos, que si bien prevalecen en los relatos, se sostienen en el día a día de las practicas, cuando por diferentes situaciones se produce una ruptura o una brecha importante entre ambas generaciones da paso a la formación cultural **Cofigurativa** en la cual adquirimos conocimiento mayormente por la transmisión entre pares, en este caso generalmente hay una identificación previa por equidad o semejanza (Hall,2003), esto es cuando las pautas de conducta residen entre los contemporáneos, así los adultos mayores perderían legitimidad o aceptación Aunque hay excepciones donde la brecha entre adultos y jóvenes no es tan marcada. Mead dice *“Pero a medida que concurren a la escuela o al trabajo o que son recluidos como conscriptos, entran en contacto con pares con los que pueden establecer una comparación. Estos pares les ofrecen modelos más prácticos que de los mayores, los oficiales, los maestros...”* También la autora hace hincapié que la estratificación que el sistema escolar establece según edades colabora en la formación de este tipo de identificaciones de pares.

Pero también sucede que a veces los menores viven en un mundo diferente al de los adultos, son **Prefigurativas**, en cuestiones que los mayores no van a poder participar, construyen sus representaciones y sus visiones de mundo de manera individual, ya que según M. Mead las generaciones anteriores no pueden proporcionar los modelos vivos apropiados para su época actual y así, ellos desarrollan sus propios estilos. Esta última es tendencia en el mundo adolescente. De todas maneras, esto no funciona en forma estática, sino que siempre esta entrecruzado por otras condiciones de existencia.

Teniendo en cuenta esta tipología que la autora ha aplicado estudiando no solo diversas comunidades sino las transformaciones que se sucedieron por migraciones, catástrofes y discontinuidades históricas, se aplican en este trabajo para entender la complejidad cultural y los procesos de identificación que se producen en cada uno de los alumnos de manera diferenciada y para entender la diversidad compleja que componen los grupos de trabajo ,solo podremos percibir su esencia con un trabajo de contacto con la gestión de las emociones del grupo y un trabajo de autoconocimiento de cada uno de los integrantes.

Todas estas tipologías conviven permanentemente en cada uno de los alumnos solo que algunas con más presencia que otras.

Es un gran desafío poder llegar a la inclusión de los estudiantes en el grupo de trabajo, el camino inicial sin dudas es el acercamiento, proveer de dinámicas que permitan conocerse y aceptarse entre sí y sobre todo que ayude al docente a hacerse más permeable para provocar interés en un trabajo conjunto y colaborativo. Contener al estudiantado es la misión prioritaria que deberían tener las instituciones para alejar los intentos de deserción escolar y desmotivación educativa.

Capítulo 3

Neurociencias y la educación

Dentro de la Neuro educación, se investigan aquellas capacidades que nos permiten actuar socialmente, tal como el reconocimiento de las emociones, la toma de decisiones en la vida social y moral del individuo. El supuesto de una universalidad sobre el conocimiento se produce, en un escenario con sistemas de educación segmentados, con condiciones y capacidades desiguales, donde los sujetos se vinculan de diferentes maneras, con los procesos actuales de funcionamiento en la educación.

Los seres humanos, más allá de la personalidad y el carácter, compartimos el mismo sistema neurológico: los cinco sentidos. Estos cinco Sistemas de Representación Sensorial, en general y por razones prácticas, se agrupan en tres: El Sistema de Representación Sensorial Visual, El Sistema de Representación Sensorial Auditivo y el Sistema de Representación Sensorial Kinestésico, que son los tres sentidos faltantes, olfato, tacto y gusto, agrupados en un solo sistema. Para encontrar un funcionamiento equilibrado en los sistemas sensoriales en la práctica de aprendizaje se debería dosificar los estímulos tanto en la actividad auditiva- verbal como en la visual- espacial y así centrarnos en los dos hemisferios del cerebro y su funcionamiento pleno¹²

Algunas escuelas de la psicología consideran que las representaciones mentales que se crean en nuestra consciencia son la suma de piezas de imagen, sonido, tacto y memoria. De este modo, el conjunto de estos paquetes de información que van llegando desde los sentidos se sumarían en nuestro cerebro y de esa superposición de unidades aparecería lo que experimentamos, lo que percibimos y lo que vivimos.

¹² El cerebro humano está dividido en dos hemisferios cerebrales, el hemisferio izquierdo, que es el de las funciones analíticas, lógicas, racionales, el de la lectura, la escritura, el habla y el cálculo y, por otra parte, el hemisferio derecho con funciones referidas a la apreciación de las artes, creación de las imágenes, apreciación de formas, ubicaciones espaciales y visuales, ósea lo que tenga que ver con la imaginación, la creatividad y la intuición.

La PNL, Programación Neurolingüística es un modelo sistémico que nos provee de recursos para provocar cambios en situaciones, individuos y grupos que los lleven a concretar un objetivo, buscar una situación deseada mediante un método de conocimiento, que nos ayuda a reflexionar acerca de ideas y de personas. La PNL nos muestra un conjunto de técnicas que dan como resultado una comunicación más efectiva mediante un proceso de modelación.

Su implementación en los procesos educativos llevaría a la obtención de excelentes resultados en el desarrollo de la relación entre el docente y sus educandos. Amerita mencionar el uso de las tecnologías en los niños y adolescentes que tiene sus partes positivas y otras no tanto, su funcionamiento es un tema que se está estudiando neurológicamente como así también dentro de los procesos de aprendizaje, *Manes, facundo* menciona que hay investigaciones que relacionan el tiempo de exposición alto a las pantallas con problemas de obesidad, como así también que el uso de tecnología por la noche podría alterar hábitos de sueño, no descansando lo suficiente, lo que implicaría que los resultados de desempeño de niños y jóvenes en el ámbito escolar serían en principios insuficientes, y con respecto al uso de la tecnología comenta *“asimismo, los sistemas visuales y auditivo resultan sobre estimulados, y sabemos que los ambientes cargados con estímulos que deben ser procesados simultáneamente no son óptimos para el funcionamiento atencional y del aprendizaje.”* (Manes F., 2018)

El desarrollo tecnológico marca nuestro presente y la tecnología forma parte de nuestra cotidianidad, afecta nuestro cerebro de la misma forma que otros estímulos que nos rodean. Ha de tenerse en cuenta que la escritura en si misma es considerada una tecnología y entre otras revoluciona las formas de hacer del individuo, y además modifica la dinámica del individuo en su contexto social pero también en su estructura biológica, Manes al respecto afirma *“el lenguaje escrito como tecnología de la palabra modifica nuestro cerebro, alterando incluso su forma física”* (Manes F., 2018)

Entonces en PNL, ¿porque *neuro* ?, sabemos que todo comportamiento proviene de nuestros procesos neurológicos y con ello nos referimos a los procesos de pensamiento y a nuestras reacciones fisiológicas visibles como respuestas a ideas y acontecimientos. Es en el sistema nervioso, a través del cual la experiencia es recibida y procesada a través de los cinco sentidos. El cuerpo y el cerebro funcionan como una unidad inseparable como constitutivo del ser humano. Y ¿por qué *lingüística*? Es que sencillamente Utilizamos el lenguaje para poder ordenar nuestros pensamientos que luego se manifestaran en conductas y formas de comunicarnos con los demás. Los sistemas de comunicación en PNL pueden ser *Verbal* y *no verbal* y lo que hace es ayudarnos por medio de estos lenguajes a ordenar nuestras ideas, nuestras percepciones y las señales que nos da nuestro cerebro en sus hemisferios para poder canalizarlas y entenderlas, poder reflexionarlas internamente y expresarlas en nuestro mundo exterior hacia otro o varios otros. Es en la CV y la CNV¹³ a través de las cuales nuestras representaciones neuronales son codificadas, ordenadas y dotadas de significado.

Las cosas que expresamos, decimos y hacemos, en un proceso de comunicación no siempre es lo que pretendemos informar, con lo cual no todo lo que visibilizamos es lo que nos está sucediendo o queremos intencional o inconscientemente plasmar. Respecto a esta argumentación, hacemos un referido al “círculo de Mehrabian”¹⁴ como una ilustración estadística que nos muestra cuan predominante es el porcentaje de CNV, nuestro cuerpo continuamente da señales de lo que está ocurriendo en su interior en una continua situación de comunicación *no verbal*, que está llena de indicadores e intenciones expresas y que solo podemos leer mediante la observación.

¹³ CV: Comunicación Verbal- CNV: Comunicación no Verbal.

¹⁴ La Regla de **Mehrabian** dice que, en una conversación personal o íntima, solo un 7% de lo que recibe nuestro interlocutor proviene de lo que hemos dicho con la palabra. El 93% restante, proviene de lo que 'no se ha dicho', de la comunicación no-verbal.

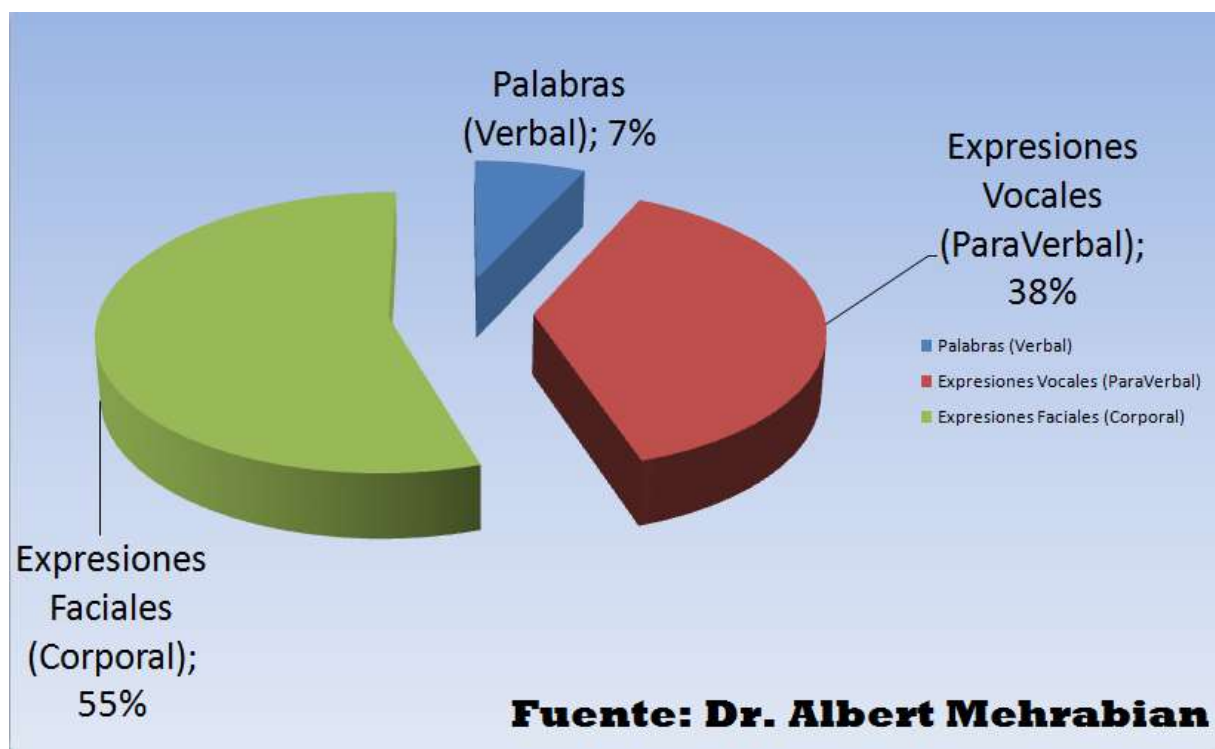


Imagen obtenida de sitio web (Mehrabian)

En el proceso de comunicación interactuamos permanentemente, dejando indicios de las cosas que nos están sucediendo, tal vez no verbalizamos en el acto del habla, pero necesitamos expresarlo de alguna manera. Son muchos los tipos de respuestas emocionales condicionadas, como las que se relacionan con el amor o con la ira, cuán relativamente simples son al principio nuestras respuestas emocionales, como son en principio, respuestas condicionadas aprendidas en la vida del hogar.

Cuando hablamos de Programación, nos referimos a la habilidad de organizar nuestra comunicación y sistemas neurológicos para alcanzar resultados específicos, para poder programar nuestro comportamiento en base al lenguaje y las representaciones internas que nos creamos con nuestros cinco sentidos, que responden al sistema neurológico.

Si bien, sabemos muy poco acerca de la cantidad y calidad de los hábitos emocionales, es clave que la mayoría de los individuos desde niños, pero más marcadamente en la adolescencia y en su vida adulta, sufre vicisitudes en su vida familiar. En el presente, uno de los problemas más relevantes dentro de las Instituciones educativas es de la adaptación de

la personalidad y la gestión de las emociones acarreadas desde un afuera del contexto escolar, lo que debiera intentar de identificarse y trabajar dentro del grupo con ayuda de la idoneidad de capacitadores. Esto tendría como objetivo lograr maximizar la adecuada capacidad de los educandos para desempeñar sus tareas escolares y que el porcentaje de fracaso o abandono de la escolaridad por no adaptarse a los demás sea bajo.

A nivel neurológico, se está investigando lo importante que es la educación y que trae el entrenamiento permanente y evolutivo académico que permite que se conserven las funciones fisiológicas saludables además de la necesaria sociabilización. Así el medico neurólogo, Facundo Manes se refiere al respecto, *“También se ha mostrado que la educación es la principal protección contra la degeneración natural que provoca el paso de los años en el cerebro y las demencias”* (Manes F., 2018)

Enseñar es dar los medios al alumno para que puedan desarrollarse y programar adecuadamente sus conocimientos. Las inteligencias deben estar abiertas a nuevos desafíos, el educador debería estar atento a los avances, pero no solo de contenidos o tecnologías, sino de los que tengan que ver con el bienestar humano y de la gestión de sus emociones. Tratando de buscar una armonización en todo momento, trabajando en una educación holística que elabore la construcción del aprendizaje, teniendo en cuenta los estados corporales y los estados emocionales con que vienen los alumnos en sus mochilas a la escuela.

Los hemisferios cerebrales tienen características propias en sus funcionamientos, tienen tareas diferenciadas de trabajo que se reflejan en el comportamiento del individuo. Las características mencionadas en la imagen nos pueden ayudar a comprender lo que abarca la parte neurológica para el aprendizaje.



Hemisferio Derecho

- 📖 Analógico-intuitivo
- 📖 Siente
- 📖 Siempre despierto
- 📖 Movimientos involuntarios
- 📖 Almacena los recuerdos
- 📖 No verbal
- 📖 Sigue ejemplos
- 📖 Experiencial-aprende fácil

Hemisferio Izquierdo

- 📖 Lógico
- 📖 Piensa
- 📖 Duerme
- 📖 Movimientos voluntarios
- 📖 El aquí y ahora
- 📖 Verbal
- 📖 Sigue las instrucciones
- 📖 Aprendizajes cognitivos



imágenes obtenidas de sitio web. (Anónimo)

La programación neurolingüística es una herramienta que nos ayuda en el proceso activo de la utilización de los dos hemisferios cerebrales, aumentando la capacidad de comunicación y entrenándonos en el reconocimiento de nuestros mapas, Gregory Batenson en el apartado “Forma, sustancia y diferencia” y refiriéndose a Korzybski, en su frase de que “el mapa no es el territorio” , explica que son los aspectos de las diferencias los que formatean el mapa, es una forma de interpretar o representar el territorio (Batenson, Pasos hacia una ecología de la mente, 1999, pág. 305)

Si bien podemos visualizar las funciones del cerebro, no es suficiente a la hora de entender el comportamiento humano, ya que los sujetos somos un todo complejo que estamos atravesados por el mundo exterior, nuestras vivencias, nuestra historia, las personas que nos influyen emocionalmente y nuestras propias características de personalidad. Este es el combo que nos hace seres únicos, ya que funcionamos de manera integral.

Imaginamos en este sentido, que dentro del entorno educativo la diversidad áulica no es cuestión fácil de transitar, las herramientas que nos proporciona la Programación Neurolingüística, nos allanan el camino para poder interpretar comportamientos y suavizar los procesos comunicativos del grupo, promoviendo la escucha y la atención entre los participantes.

La exploración de los dominios específicos como el lenguaje, sus complejidades, sus especificaciones neuronales, las limitaciones que influyen en el aprendizaje cognitivo y los artefactos culturales hacen de la comunicación un complejo proceso.

Capítulo 4

Representaciones y subjetividad

No todos percibimos la realidad de la misma forma, tenemos nuestra propia visión. Cada uno estructura la información que recibe en función de sus experiencias previas. Nuestras representaciones mentales no se corresponden por completo con las que existen en la realidad, las construimos nosotros. Igualmente, somos capaces de adaptar nuestros procesos y contenidos mentales a medida que las nuevas situaciones van sucediendo. Somos seres vivientes y sintientes que debemos relacionarnos con otros, los conocimientos se construyen entre todos en un espacio de encuentro verdadero entre pensamiento y emoción.

También debemos tener en cuenta el mundo representacional y los mapas de percepción individuales y sociales que nos habilitan a formar parte de los grupos de pertenencia que nos constituyen, esto afecta nuestra concepción de identidad, personalidad y la libertad de actuar en la vida con responsabilidad.

“El mapa no es el territorio”¹⁵ es una de las presuposiciones básicas de la Programación Neurolingüística, significa que todos hacemos una representación del mundo que nos rodea, es decir un mapa, y éste no coincide exactamente con la realidad, el territorio. Todas las personas tenemos interpretaciones del mundo totalmente diferentes porque hemos filtrado o desechado lo que para nosotros es o no significativo. Creamos nuestra realidad que es la interpretación subjetiva que le damos a las cosas.

¹⁵Esta frase fue concebida por Alfred Korzybski (1933) y es clave para explicar cómo construimos nuestra propia visión del mundo. Él se dio cuenta de que las personas funcionan con representaciones internas de lo que sucede “fuera”.

En PNL, a la representación interna de la realidad, siempre subjetiva, se le denomina también "mapa", concepto al que nos hemos referido anteriormente. El nombre de mapa es una metáfora que indica que, de la realidad, seleccionamos ciertos elementos y eliminamos ciertos otros. Siendo la realidad de infinitos detalles, ningún mapa, por supuesto, puede representar fielmente la realidad. Esa es la razón por la que se afirma que el ser humano no conoce la realidad: la recrea.

Gregory Bateson en "Pasos hacia una ecología de la mente", desarrollo la relación entre el objeto y el sujeto, cuestionando qué es el territorio y, llegando a decir que el mundo mental solo son mapas y más mapas... hasta el infinito. Es decir, todos los fenómenos son apariencias. Pero también hace una aclaración respecto de ello *"Pero desde luego, el hecho de que los modelos de representación no sean una copia o reflejo fiel del sistema al que representa, no invalida su capacidad representacional. La relación o conexión entre un modelo de representación y el mundo lo veremos en el siguiente punto, pero podemos adelantar que los modelos de representación son en sí mismos entidades isomórficas abstractas, que han de ser codificados por una cultura determinada que interpreta complejas conexiones entre su visión del mundo y su experiencia."* (Bateson, Pasos hacia una ecología de la mente, 1999)

Lo que hace que reflexionemos en las infinitas posibilidades de conexión entre los sujetos y sus mundos de referencia, tanto el representacional como su situación real, y en ese punto de inflexión es donde se mezclan las disposiciones objetivas del individuo (Bourdieu, 1979), sus posibilidades, así como también el bagaje emocional que conlleva esa interrelación.

Dentro del contexto educativo, en una situación áulica determinada nos encontramos con un contexto heterogéneo de individualidades en proceso de relacionarse con el objetivo común de transitar un proceso de adquisición de conocimientos. El o los docentes intervinientes tienen un papel decisivo en el éxito de la convivencia de ese grupo.

Los elementos que subjetivamente integran nuestro mapa de la realidad son percibidos a nivel neurológico por nuestros cinco sentidos, o canales de entrada. La abundancia o ausencia de algún sentido en nuestro mapa de la realidad, es lo que se conoce como el Sistema de Representación Sensorial dominante. Resulta que cada persona parece tener un sistema de Representación Sensorial dominando su experiencia Interna.

Dentro de las características de los sistemas representacionales, podemos mencionar las siguientes:

Visual- Las personas preferentemente visuales tienden a ser organizados, ordenados, prolijos. Memorizan viendo imágenes, y son poco distraídos por los ruidos. A menudo tienen dificultades de recordar instrucciones verbales porque su mente comienza a divagar. Miden la distancia, el lugar, el brillo, el tamaño.

Auditivo- Las personas que son auditivas mueven sus ojos a los lados y son fácilmente distraídos por los ruidos, ellos aprenden escuchando y usualmente gustan de la música y de hablar por teléfono. Memorizan por pasos, procedimientos y secuencias (secuencialmente). El auditivo gusta de estar contando lo que hacen, y responden a cierto tono de voz o juegos de palabras. Atentos a los silencios, los sonidos, a la calidad de los sonidos y su ubicación.

Kinestésicas- Ellos frecuentemente se mueven y hablan muy despacio, responden a recompensas físicas y caricias, también se paran más cerca de las personas que los visuales. Memorizan haciendo o caminando a través de algo. Estarán interesados en su programa si "se siente bien". Prestan atención a las sensaciones, la intensidad, la presencia o ausencia de elementos, los asocia o disocia en sus operaciones mentales.

Esta combinación de sentidos tiene como función cambiar la experiencia vivida por cada uno, como la siente y desde qué lugar la vivencia en su mapa de representaciones. Permite conectarnos con el aprendizaje de manera diferente y anclarlo a experiencias emocionales particulares.

El asunto de la comunicación se pone todavía más interesante cuando utilizamos un concepto conocido como *el Metamodelo del lenguaje*, (como una de las herramientas que nos ofrece la PNL que nos permite indagar “más allá” de lo que se dice, respetando siempre el “mapa” del otro) en el que aprendemos a saber exactamente lo que la gente quiere decir y aprendemos a decir exactamente las cosas de manera que nos aseguramos de que nos entiendan. En pocas palabras, nos comunicamos a nivel profundo con los demás seres humanos. Para Bateson, el conocimiento se basaba en presupuestos ontológicos y epistemológicos¹⁶ que no pueden separarse. Las creencias acerca de qué clase de mundo es aquél en que vivimos, determinaran la manera de cómo lo vemos y cómo actuamos dentro de él, pero también sus formas de percibir y actuar determinan nuestras creencias acerca de su naturaleza.

A veces al tener ciertas perspectivas representacionales o patrones de conducta muy arraigados que no nos son funcionales o intervienen en nuestra calidad de vida emocional de manera negativa, tenemos la posibilidad de intentar cambiarlo para generarnos bienestar y para ello, contamos con las técnicas de PNL, para poder hacer modificaciones posibilitantes que produzcan cambios sustanciales y mejoren nuestra conexión con nosotros mismos y nuestros contextos. Así, la programación Neuro Lingüística *como la técnica que estudia cómo los seres humanos interpretan subjetivamente la realidad* y cómo a partir de modificar estas interpretaciones subjetivas, se puede modificar el comportamiento. Es un instrumento de utilidad en los procesos de readaptación de conductas.

La psicología freudiana expandió el concepto de mente hacia adentro para incluir todo el sistema de comunicación en nuestro interior, cómo sujetos constituidos, dentro de una vasta gama de procesos inconscientes. La propuesta de la PNL es expandir la mente hacia afuera, en vinculación con el contexto que nos define, poder procesar nuestras

¹⁶ La **ontología**, es la rama de la filosofía metafísica que estudia la naturaleza del ser en cuanto ser, y busca determinar las categorías fundamentales de la existencia y la realidad, así como la manera en que estas se relacionan entre sí. Por su parte La dimensión **epistemológica**, supone el análisis de los **presupuestos** filosóficos que contiene una teoría, acerca del origen del conocimiento y el modo en que los seres humanos conocen el mundo.

representaciones y volcarlas al exterior en un proceso de comunicación claro y conectivo intersubjetivamente. Desde su perspectiva Batenson comenta *“Y al arrogarse uno toda la mente a sí mismo, se verá el mundo alrededor como carente de mente y, por tanto, no merecedor de consideración moral o ética. El medio parecerá a nuestra disposición para ser explotado. La unidad de supervivencia será uno mismo y su familia o sus congéneres frente al medio y otras unidades sociales, otras razas, las bestias y las plantas.”* (Batenson, Pasos hacia una ecología de la mente, 1999)

El punto, sería poder ampliar nuestros marcos de percepción interna y externa, entrenarnos en la dinámica comunicacional integral de manera de poder tener mejor calidad en la interconexión con nosotros, los otros y los diferentes entornos y situaciones en el recorrer de nuestras vidas activas y emocionales. El mundo más allá de nosotros, hacia otras culturas, otros modos de vida y por sobre todo otras historias que nos pueden enriquecer, abriendo nuestro panorama perceptivo a un horizonte más lejano de posibles representaciones y significaciones.

El intentar reprogramar una nueva forma de pensar, sometiendo al análisis todo nuestro pensamiento acerca de quienes somos y de cómo nos relacionamos con el contexto y con los otros que nos rodean, en una relación de influencia mutua. reestructurado mediante técnicas que colaboren para una mejor comunicación intersubjetiva. Hoy la tarea más importante es aprender a pensar de una nueva manera o poder tener un mejor hábito en el pensamiento correcto, en síntesis, por revisar la relación entre intelecto y emoción,” Es el intento de separar el intelecto de la emoción lo que es monstruoso, y sugiero que es igualmente monstruoso – y peligroso – el intentar separar la mente externa de la interna. O separar la mente del cuerpo.” (Batenson, Pasos hacia una ecología de la mente, 1999)

Hay palabras o actitudes que nos pueden poner de buen o de mal humor, las acciones que tiene el individuo son anclas de una compleja serie de experiencias, de hecho, no todos compartimos el mismo *mapa* (que es nuestro modelo del mundo). Cada uno experimenta el mundo de una forma única. Y es por ello por lo que la práctica del autoconocimiento para

entender nuestras conductas, sentires e intenciones es crucial a la hora de mejorar nuestra comunicación.

Cada individuo posee una serie de *limitantes* que hacen que su mapa de realidad actúe de una manera diferenciada de otras personas:

Limitantes individuales son las representaciones Internas, historia personal, hábitos, Gustos, Pautas, Creencias.

Limitantes sociales como el Idioma, las modalidades aceptadas, convenciones sociales, prejuicios.

Limitantes neurológicas que actúan en el sistema nervioso, con los cinco sentidos, y provocan distorsiones o eliminación de información vital para que el proceso de comunicación sea eficiente.

Así el mundo real, la exterioridad, lo que llamamos *territorio* pasa por un montón de filtros que son *los limitantes* y hacen que todo se transforme en nuestro mapa de representación interior.

El metamodelo del lenguaje¹⁷ que desarrollaron Grinder y Brandler es una serie de preguntas que intentan trastocar y aclarar las eliminaciones, distorsiones y generalizaciones del lenguaje verbal o no verbal. Estas preguntas tienen la finalidad de llenar la información perdida, remodelar la estructura y sonsacar información específica para dar sentido a la comunicación. El metamodelo del lenguaje puede usarse para: Recoger información, aclarar significados, identificar limitaciones y abrir nuevas opciones para habilitar una comunicación más limpia y empática.

¹⁷ “El metamodelo del lenguaje fue uno de los primeros modelos desarrollados por John Grinder y Richard Bandler. Observaron que los de los mejores terapeutas, Fritz Perls y Virginia Satir, tendían a utilizar cierto tipo de preguntas cuando recogían información” (O Connors, J y Seymour, J., pág. 141)

Entre los mecanismos que se sugiere en la utilización del metamodelo del lenguaje (como técnica propositiva para la comunicación eficiente), los autores proponen, usar un tono de voz suave y una velocidad de habla moderada. Mantener tu atención en tu objetivo y usar el tiempo que sea necesario, de un modo relajado, directo y preciso. Tener en cuenta al otro, si desviamos nuestra atención en plena exposición o proceso comunicativo enviamos el claro mensaje de desinterés. Usar “suavizantes” ante de los desafíos: la selección de frases, comentarios o indicaciones que sugieran a mi interlocutor que necesito clarificar de la comunicación como, por ejemplo: “Me imagino que...” - “¿Me puede usted decir...?” - “Siento curiosidad por...” mensaje de interés hacia lo que aporta. Si el sujeto no sabe por dónde comenzar, podrás ofrecerle un “menú” de opciones o disparadores para que se active, puede que exista una larga pausa del hablante antes de empezar a hablar o expresarse o que el comportamiento no verbal del Sujeto indique que tiene una representación interna de lo que va a decir o que el hablante parezca estar entrando en estado de confusión. Un concepto clave en la utilización de PNL es estar en Rapport., entendido como un estado de conexión con mi interlocutor, Gustavo Bertoloto nos explica que “Estar en Rapport me permite – al menos en parte – una distancia emocional que me permite interactuar y de alguna manera me posibilita intervenir en el hecho. Es algo que se logra o no se logra. Podemos usar las técnicas de acompasamiento para conseguirlo, pero el encuentro es algo que depende de la relación. Cuando esto sucede la coordinación se mantiene sola, a nivel inconsciente.” (Bertoloto Vallés, 1997)

Capítulo 5

Manejo de grupos y el vínculo con los educadores.

Los beneficios de la aplicación de la Programación neurolingüística como herramienta conectiva con los alumnos y sus capacidades, especialmente en el manejo de grupos resultaría sumamente integrativa y está especialmente pensada para detectar las barreras emocionales que no permiten al/los integrantes del grupo poder fluir en la sociabilidad individual para estar más apto y receptivo en el proceso y en el éxito de su escolarización inclusiva. La capacitación de la docente sería enriquecedora a la hora de activar los mecanismos para amplificar la conexión del alumno en su educación con la ayuda de la gestión de las emociones del grupo, en el interés de generar un ambiente proactivo a la hora de la transmisión de conocimientos.

Poder llegar a una comprensión más profunda acerca de la comunicación integral, verbal y sobre todo No verbal de los educandos por parte del cuerpo docente sería el camino para la integración total de los alumnos y el compromiso en la propia educación. La PNL y la gestión de las emociones como herramienta en los intercambios comunicacionales positivos y proactivos en la relación del cuerpo docente y sus alumnos, definiría que la transmisión de conocimiento y la preparación de educativa sea exitosa en cuanto a la situación deseada. Así como también el autoconocimiento del docente en su gestión y manejo de situaciones de negociación con los alumnos en el marco de la relación educador – educando.

Estas herramientas, que trabaja la gestión de las emociones, ofrecerán una aproximación general en la construcción de las relaciones comunicacionales dentro de la situación educativa, desde una perspectiva constructivista, implica el autoconocimiento emocional y el desarrollo de las capacidades adquiridas para el mejoramiento de la sociabilidad por

parte de los docentes y con ello dar un mejor encauzamiento a las relaciones interpersonales positivas dentro del aula.

La educación es un encuentro entre adultos y las nuevas generaciones, tanto infantes como adolescentes en una relación asimétrica, donde el proceso de aprendizaje no debería ser lineal unidireccionalmente ya que rompería el intercambio básico de una situación comunicacional, ni tampoco una especie de libre albedrío donde los educandos tomen las riendas sin un orden o un objetivo. Siempre hay un estado de equilibrio buscado en un proceso de aprendizaje que contemplaría aprender de forma integral, que la experiencia educativa nos pase por el cuerpo acompañada de la percepción de nuestros sentidos, que los alumnos puedan recordar a sus docentes porque además nos muestran su emocionalidad, su conexión y valoran sus propuestas para trabajar en las aulas.

Pensar la escuela como un entorno educacional-emocional. La escuela es un entorno vital que construye emociones, es el espacio vital donde el alumno se construye, y en el espacio áulico es donde se evidencia el manejo de conflictos cotidianos y también donde afloran otros conflictos de larga data, tanto individual como del grupo en sí mismo. La gestión de las emociones de cada uno de los estudiantes promueve una emocionalidad de grupo que ayudara sin duda a una mejor disposición para el aprendizaje. Es a través de las técnicas que nos ofrece la PNL que podemos gestionar las emociones y esta gestión es la que nos permite indagar como esta cada uno de mis alumnos, como puedo generar desde alguna actividad, las condiciones necesarias para la apertura al conocimiento.

Todo comportamiento es comunicación, el silencio es comunicación, lo que expresemos, nuestros decires verbales y no verbales forman parte del mensaje que queremos dar. Es de mi interés hacer hincapié en el lenguaje No Verbal, que se expresa por medio de gestos, signos, la postura, las expresiones faciales, el contacto visual y la apariencia entre otras formas, ya que cuando nos relacionamos con otro, estamos constantemente interpretando este tipo de comunicación.

Es muy importante el registro visual que tenemos del otro que nos ayuda a interpretar su estado de ánimo y poder entender porque el contacto comunicacional se da de una manera y no de otra. Por ejemplo, podemos diferenciar el rostro de una persona que está tranquila y se la observa relajada, de otro que puede estar asustado o en tensión, es importante saber si la otra persona nos esquivo con la mirada, o con la cara o con su cuerpo. Un cuerpo que se aleja y nos esquivo de otro que nos interpela como disponible para la conexión. Estos son ejemplos de primeras observaciones que nos permiten decodificar ciertas emociones que se manifiestan a nivel no verbal, lo que no significa que esa postura física o esa emoción, tenga que ver con el vínculo con nosotros, sino que afectan a la persona por un sin número de motivos. Con lo cual solo nos compete percibirlos en primera instancia y luego buscar el camino (con las técnicas de PNL, que permite al docente observar estados de ánimo) para que la persona se pueda expresar, auto conocer y luego transformar.

Si trasladamos esta reflexión al ámbito escolar y dentro de un contexto áulico, como observadores in situ de una relación de comunicación entre varios niños o adolescentes, nos sería de gran ayuda para el inicio de una posible intervención. La observación general, el registro detallado de las actitudes y las formas en que se interpelean los alumnos es el material inicial de los docentes, antes de decidir el futuro modo de trabajo en cada grupo determinado. Siempre partiendo de la base de la característica heterogénea de cada curso. El docente como custodio de la autoestima de sus alumnos, debe lidiar para que la relación entre ellos se trabaje y colabore en el aprendizaje de grupo, así se articula el concepto de aula sana, de vínculos emocionales posibilitantes que hagan permeables el aprendizaje. Esta situación se consigue manteniendo en equilibrio el área socioafectiva, por eso Laura Lewin menciona, como el docente, desde su lugar tiene la habilidad de modificar las circunstancias negativas que hacen a lo cotidiano para encauzar al grupo al estado de apertura al aprendizaje. (Lewin, Infobae Educación, 2021)

Algunas cuestiones a tener en cuenta al comenzar la relación con el grupo de alumnos, cuando nos dirigimos a ellos ya que de por sí es una relación desigual intersubjetivamente (relación de poder frente a la perspectiva de los alumnos) para contrarrestar esta situación que genera una enorme distancia docente-alumno, sería de ayuda que cuando surgen inquietudes, consultas o malos entendidos, *preguntarles o indagar antes de suponer*, escuchar sus respuestas con apertura y predisposición, comprender que siempre surgirán diferencias y debemos tener la capacidad de tolerar, bajo la premisa que nadie en principio tiene razón y poder poner a discusión o debate los temas. Es muy importante poder *registrar la emoción* desde donde estoy hablando y tener la capacidad de poner una pausa para entender al otro y poner en palabras lo que realmente quiero decir y si algo lo hiere poder repararlo. Siempre hay que intentar expresarnos de la forma más clara posible, cuanto más explícitos seamos hay menos posibilidad de interpretaciones erróneas, buscar los espacios y momentos adecuados para hablar y estar abiertos al diálogo.

Cuando en el acto de un intercambio comunicacional no encontramos las palabras adecuadas, siempre es posible utilizar otros recursos para poder expresarnos y además puede ser de utilidad para que el o los otros sean más permeables al aprendizaje. Hay recursos externos como sugerir un libro, un video, un artículo, algo que está circulando en las redes y poder compartirlo.

La mejor manera de activar la comunicación es con la práctica y probando diferentes posibilidades de intercambio más allá de la simple transmisión de conocimientos lineal y unidireccional. Dentro de una educación progresista, el lugar activo del estudiante es imprescindible ya que el aprendizaje debe surgir de ellos, conectar a la escuela con el mundo externo, desvinculando el aprendizaje que surge solo de libros de texto que funcionan como envases predeterminados de conocimiento, que utilizamos como datos que deben memorizarse en un examen final.

Adquirir conciencia de como aprendemos y prestar atención a como conocemos, nos encauza al camino del debate de ideas, aplicar el conocimiento a preguntas y cuestionamientos de lo que está ya dado y no se modifica. Crear conocimiento colectivo interviniendo en temáticas de interés general y que están en agenda vigente, sometiendo a discusión permanente para que los temas estén en continua actualización, como ejemplos: la construcción ciudadana en democracia, el cambio climático y el medio ambiente, las cuestiones de higiene y salud, etc. Todo lo que se pone en cuestión, seria enriquecedor que responda a preguntas de ¿Por qué? Y ¿para qué?, lo que evitaría caer en vacíos de argumentación. Así mismo ser cuidadoso con el léxico empleado, el adecuado a cada contenido trabajado, que nos evita frases de sentido común y tratar siempre de utilizar lenguaje positivo evitando las negaciones y descalificaciones lo que ayuda al grupo a trabajar en un espacio de armonía y alejarse del conflicto.

El desafío es enseñar a pensar y formar espíritu crítico en los estudiantes, en formar seres imaginativos y creativos. En plan de refundar la educación cuya nueva base es la concepción holística del ser humano como sujeto activo en el proceso de la educación, lo que incluye cuerpo, mente y emociones logrando la máxima expresión en todos sus niveles. Esto es la extraordinaria misión de los padres y formadores docentes para las futuras generaciones.

La revolución del desarrollo tecnológico marca nuestro presente, no podemos dejar de tener en cuenta la incorporación de la tecnología, como un fenómeno que direcciona nuestra cotidianidad y las nuevas formas de relacionarnos con los otros. Esto también produce modificaciones en las formas en la que los individuos se manifiestan y se comunican. Internet desde el punto de vista educativo es lo más importante, inclusive ya debate protagonismo con el mismo libro. Internet va a estar asociado a la cultura visual, digital y letrada ya que se encuentra la convergencia en los tres objetos. Esto pone en

agenda un tema clave como el acceso a la tecnología, como una cuestión para tener en cuenta para la integración del grupo en cuanto a la igualdad de oportunidades.

El futuro de la formación docente tendrá que abordar este aprendizaje ubicuo. La posibilidad de acceder a la información en cualquier lugar y en cualquier momento ya que la brecha entre aprendizaje formal e informal desaparecerá, seremos aprendices ubicuos con el acceso al saber estructurado a través de la tecnología, al respecto Burbules pone acento en las necesidades cotidianas y la capacidad de tomar conocimiento integral por fuera de la Institución formadora, *“La diferenciación tradicional entre educación formal y no formal se hace difusa cuando comprendemos que la ubicación física ya no es realmente una restricción en cuanto a dónde y cómo aprender. Es probable que los propios conceptos de aprendizaje y de memoria estén cambiando ya que cada vez la gente necesita en menor medida tener en la cabeza toda la información que precisa para desenvolverse con éxito en lo cotidiano ya que, si se necesita algo, siempre existe la forma de buscarlo.”* (Burbules, 2014)

Para elaborar un plan de trabajo deberíamos considerar algunos puntos que podrían ser tenidos en cuenta a la hora de pensar en las herramientas y planificación de integración de la dinámica grupal.

- Comunicación integral, mediante la observación rigurosa y el registro verbal y No verbal
- Gestión de las emociones del grupo, utilización de PNL como herramienta integrativa
- Creación de conocimiento colectivo con temáticas de interés además de la curricula tradicional, considerando la vinculación del sujeto con el mundo exterior.
- Entender a la escuela como un espacio educacional que sea una posibilidad en la vinculación con el contexto y la gestión de las emociones.
- La conexión a internet y el mundo de las redes de forma activa e inclusiva para el grupo.

Hoy en día, la cuestión pandémica revertió la posibilidad del contacto presencial y cuanto más difícil se hace sostener el interés del otro si solo prendemos la cámara para recitar contenidos , por ello es determinante el poder dedicarle unos momentos a la socialización e interacción grupal, como dice el artículo , humanizando la comunicación, intentando vínculos emocionales, ocupando el interés de los otros para que el aburrimiento no invada las clases, ya que el desinterés rompe el hilo de la comunicación, y lleva a la desconexión emocional del alumno y real “se apaga la cámara”, en este sentido La interacción es la clave (Lewin, Infobae Educación, 2021) Las expresiones faciales, las posturas corporales , la indagación acerca de cómo se sienten y que herramientas y posibilidades tienen para trabajar es una de las formas de hacer un acercamiento empático hacia ellos. En el artículo periodístico se describe una serie de ejercicios, que forman parte de las dinámicas de la PNL para el mejor aprovechamiento de las clases, pero sobre todo para activar el potencial del alumnado. Lewin, menciona el alentar a los alumnos, incentivarlos a explicarse o enseñarse entre ellos; subir videos explicando un tema determinado, el impacto audiovisual tiene una dinámica técnica que ellos identifican a veces mejor que un texto; la periodista y escritora marca sobre todo la calidez en el trato que se debería tener con los alumnos para suavizar los vínculos y que ellos no se traben o armen barreras para la conexión entre ambos

Educar es sostener vínculos, así lo menciona Laura Lewin en su artículo, La posibilidad de conectar con los alumnos no lo soluciona solo el acceso a internet, el manejar las redes sociales o la posibilidad de tener dispositivos, todo lo mencionado es indispensable sobre todo cuando se trabaja desde la virtualidad, es solo que no alcanza para que los alumnos “estén conectados” hace falta poder interpelarlos y generar en ellos el interés y la motivación para que continúen eligiendo participar aunque haya momentos de abstracción como un permitido en el proceso de dar continuidad al vinculo educacional.

El que ellos puedan compartir con el docente y el grupo sus estados emocionales, sobre todo cuando estos les impidan poder estar presentes cognitivamente en las clases, es una

herramienta eficaz, es pura información para que el docente utilice tácticas distintivas que permitan volver a integrar al grupo, despertando el interés o inclusive con algo divertido que cambie al grupo a un estado posibilitante emocionalmente, como por ejemplo integrar lo lúdico. (Lewin, Infobae Educación, 2020). Hay diversos juegos y didácticas que se han desarrollado específicamente para trabajar la gestión de las emociones, juegos de cartas, domino, ruletas de preguntas, etc.

TALLER

La gestión de las emociones en el contexto áulico

Todos los profesionales de la educación deberían entrar en contacto con la PNL y tomarla como una fuente de estrategias y perspectivas de apoyo ante las dificultades cotidianas que se dan en los establecimientos educativos y que en la mayoría de los casos tienen que ver con situaciones emocionales muy comunes

Las emociones son el eje fundamental de buena parte de nuestra vida, como para gestionar todos y cada uno de los aspectos de nuestro devenir. Por ello, el aprendizaje del funcionamiento de la Inteligencia Emocional es una de las claves de la nueva educación.

El educador deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso, para ello contará con la ayuda del campo de la Inteligencia Emocional en educación que provee las técnicas de la PNL.

Es necesario entender que, en una situación de educación, el docente comienza una intercomunicación con el alumno respecto de su mapa de representación interno y su mundo exterior. El alumno no viene solo, sino con su historia y su contexto que es su familia y su comunidad de pertenencia. Por eso hay que tener en cuenta la construcción del sujeto, su identidad y poder incluirlo con los otros en un ámbito caracterizado por la diversidad y así poder resolver el trabajo colaborativo grupal, desarrollando la pertenencia e integración en los diferentes contextos en que interactuamos.

Actualizar los conocimientos sobre la inteligencia emocional en sus distintos ámbitos de aplicación, en especial en el área educativa con el fin de aumentar la calidad de la praxis del profesional en su desempeño. Introducir al alumno, desde una perspectiva práctica para que

conozca la gestión de las emociones en relación con el comportamiento humano y sus posibilidades.

Ante la diversidad demográfica y cultural, deberíamos buscar el punto de inflexión, donde tengamos que hacer un cambio en las formas de comunicación primaria personal para entrar en contacto empático real entre las partes que interactúan. Solo así se podría romper con las formas rígidas que se dan en la escolarización tradicional para que tanto educadores como educandos se involucren positivamente en el contexto educativo institucional y poder impactar positivamente en la calidad de la educación.

¿Como es que se aprende Programación neurolingüística? Por medio de talleres, seminarios, cursos mediante un entrenamiento dinámico donde se respete el modelo de mundo de cada participante, y así desarrollar habilidades que tienen que ver con:

- aprender a manifestarnos de manera que nos entiendan
- reconocer nuestras capacidades, objetivos y deseos
- identificarnos en los diferentes estilos de aprendizaje
- activar la gestión de nuestras emociones: valoración, aceptación, motivación, transformación
- Interactuar de manera transparente y eficaz

La capacitación en educación emocional siempre debe comenzar con el autoconocimiento del docente para poder entender a los alumnos, intentando entrenarse con las herramientas y las técnicas que favorezcan a la escucha y por sobre todo *el mirar* al otro, observar lo que no manifiesta en el acto del habla, en sus silencios y actitudes y así poder crear un *nosotros* fortaleciendo una relación *circular* que permita el flujo de ideas, percepciones y pensamiento en el mismo grupo.

Las escuelas tienen que proporcionar espacios para que los docentes reflexionen y se escuchen a sí mismos, hacer prácticas de convivencia, charlas y practicar dinámicas

sociales con los alumnos como un espacio de conectividad emocional entre alumnos.

Poniendo como premisa que la adquisición de conocimientos es un espacio de dinámica emocional.

Es indispensable en este proceso de enseñaje la participación de las partes. El abordaje de las emociones que se propone implementar, en el proceso de enseñanza pone el inicio en hacer hincapié en el autoconocimiento, con preguntas disparadoras que propongan el diseño del formato de transmisión de conocimiento que más beneficiaría al grupo: tales como ¿Qué les gusta? ¿Qué tema? ¿cómo abordarlo? ¿a qué le tienen miedo? ¿Qué cosas valoran y cuáles no? ¿En la actualidad que cosa funciona?

Enseñar a pensarnos, nuestras habilidades, el autoconocimiento, el trabajo en equipo, trabajar por proyectos. La empatía hacia el otro debe ser tomada en cuenta como un principio a fomentar, ya que nuestro tiempo al otro, nuestra escucha y poder trabajar los temas de manera que susciten interés hacen que ayudemos a los alumnos a repensarse como sujeto de conocimiento del mundo y de su emocionalidad. Estar disponibles para el otro es poner en práctica la empatía. La didáctica y lo lúdico, como abordar los contenidos de manera que no se pierda interés, proyectos grupales como modalidades de trabajo en el aula para promover el valor social de la colaboración y cooperación.

Agenda: Elegir el tema a tratar o el Tema del día, buscando contenidos personalizados, respetando lo regional, lo federal, lo global.

Dirigidos a los grupos conformados en el aula, poniendo atención a la individualidad del estudiante ya que todos son únicos y viven el aprendizaje desde su lugar.

Guiado por el docente o facilitador, poniendo la palabra en el centro de la escena y buscando espacios seguros de conversación, intentando la predisposición al diálogo. Lo importante es hacer preguntas, desafiar al otro. Para todo estudiante es de suma importancia que el docente lo registre (no pasar desapercibido) y lo descubra en sus habilidades.

Propuesta: Estimular el vínculo con compañeros y docentes. Mediante la técnica de grupos, diferentes dinámicas físicas se expande la capacidad de atención de los participantes. El docente es el que maneja la emocionalidad del grupo, debería interpelar o impactar a sus estudiantes en el sentido positivo, movilizándolo a sus alumnos y generando espacios de curiosidad.

Ejercicios: mediante la utilización de dinámicas psico espaciales y corporales utilizando los diferentes métodos de la comunicación no verbal. Identificación de posturas corporales y emociones, con ayuda de imágenes, colores, infografías, fotos, música. Las materias especiales, que hoy están desvalorizadas, habría que reivindicarlas y darles un lugar de protagonismo, ya que son las que conectan con la emocionalidad. Artística, música, teatro.

Actividades

- 1- *Identificador de emociones*¹⁸, proponemos un juego de bolas de colores que cada una representa una emoción determinada. Además, las características de las bolas es que son anti- stress y pueden ser trabajadas y manipuladas por la persona durante su exposición. Se sacarán de una bolsa oscura que no permitirá ver el color seleccionado. La bola elegida nos servirá de disparador para contar alguna situación acerca de lo que nos sucede y poder compartirlo con el resto del grupo.

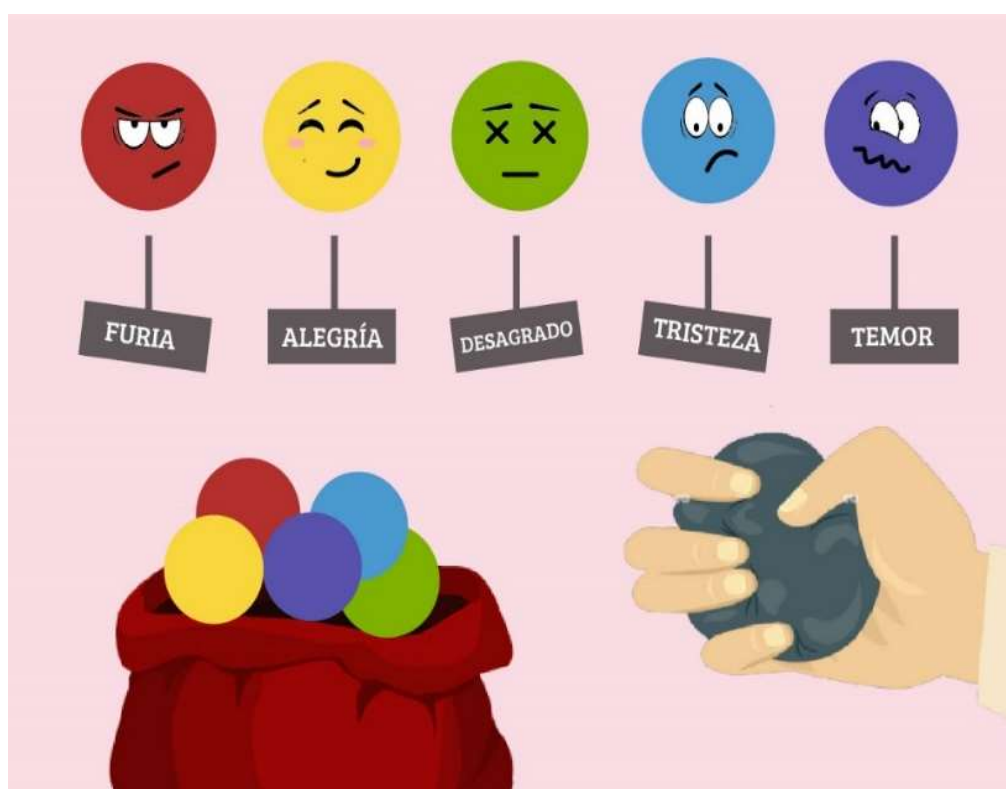


Imagen de elaboración propia. (Peña, Conocerte +)

¹⁸ La gestión de las emociones y los sentimientos en beneficio propio y de modo que nos ayuden a trabajar la conducta y manifestar los pensamientos, con empatía hacia el otro para mejorar las relaciones interpersonales. El manejo de tensiones y el estrés, promueve técnicas de afrontamiento de situaciones.

2- *Recurso de Anclaje*¹⁹, activamos nuestros sentidos y percepción-involucra nuestra identidad e identificación. Conectándonos con recuerdos, situaciones, hobbies, gustos preferenciales. Poder activar los sistemas Visuales, Auditivos y Kinestésicos. La idea es poder relacionar una emoción y una percepción de cualquiera de los sentidos, en forma de música, olor, sabores o sensaciones que quieran compartir y los anclen a algún recuerdo o sensación.



Imagen de elaboración propia (Peña, La kermesse de las emociones)

¹⁹ Otro de los recursos que utiliza la Programación Neurolingüística, son los *anclajes*, que son las operaciones mentales que hacemos para conectar con una emoción, un recuerdo, o situaciones (positivas o negativas) que nos ayudan a resolver cuestiones de nuestra historia, nuestra personalidad, nuestro sistema de valores. Estos anclajes se activan generalmente con un estímulo externo y casi siempre son receptados por alguno o varios de nuestros cinco sentidos.

Bibliografía

Anónimo. (s.f.). Obtenido de www.stickpng.com

Batenson, G. (1999). Pasos hacia una ecología de la mente. En G. Batenson, *Pasos hacia una ecología de la mente*.

Batenson, G. (1999). *Una aproximación revolucionaria a la autocomprensión del Hombre*. En *Pasos hacia una ecología de la mente*. Editorial Lumen.

Bertoloto Vallés, G. (1997). Programación neurolingüística: Desarrollo Personal. En G. B. Vallés, *Programación neurolingüística: Desarrollo Personal* (pág. 39). Madrid, España: Lisba.

Bourdieu, P. (1979). "La elección de lo necesario". En *La distinción*. Madrid, España.: Editorial Taurus.

Burbules, N. (2014). "Los significados de 'aprendizaje ubicuo'". *Archivos Analíticos de Políticas Educativas*.

Fernández, M. (2 de Noviembre de 2021). *Infobae Educación*. Obtenido de Ansiedad, angustia, y apatía. El brutal impacto que dejó el encierro en el ánimo de los alumnos: <https://www.infobae.com/educacion/2021/11/02/ansiedad-angustia-y-apatia-el-brutal-impacto-que-dejo-el-encierro-en-el-animo-de-los-alumnos/>

Goffman, E. (1994). Introducción y Actuaciones. En La presentación de la persona en la vida cotidiana. En E. Goffman, *Introducción y Actuaciones*. En *La presentación de la persona en la vida cotidiana* (págs. 13 - 47). Buenos Aires, Argentina: Editorial Amorrortu. .

Goffman, E. (1994). La presentación de la persona en la vida cotidiana. En E. Goffman, *La presentación de la persona en la vida cotidiana* (pág. 13). Buenos Aires, Argentina: Amorrortu Editores. Obtenido de https://consejopsuntref.files.wordpress.com/2017/08/goffman_erving_la_presentacion_de_la_per.pdf

Hall, S. (2003). ¿Quién necesita 'identidad'? En Cuestiones de identidad cultural. En S. Hall, *¿Quién necesita 'identidad'? En Cuestiones de identidad cultural*. (págs. 13 - 39). Buenos Aires, Argentina.

Hall, S. (2003). Cuestiones de identidad. En S. Hall, *Cuestiones de identidad* (pág. 17).

Lewin, L. (2 de Junio de 2020). *Infobae Educación*. Obtenido de 20 consejos para sostener el vínculo emocional con los estudiantes en clases a la distancia: <https://www.infobae.com/educacion/2021/06/02/20-consejos-para-sostener-el-vinculo-emocional-con-los-estudiantes-en-las-clases-a-distancia>

Lewin, L. (16 de Junio de 2021). *Infobae Educación*. Obtenido de Como impactar positivamente en nuestros alumnos: <https://www.infobae.com/educacion/2021/06/16/como-impactar-positivamente-en-nuestros-alumnos>

Lewin, L. (11 de Agosto de 2021). *Infobae Educación*. Obtenido de El docente debe ganarse el vínculo con sus estudiantes; sin vínculo no hay aprendizaje: <https://www.infobae.com/educacion/2021/08/11/el-docente-debe-ganarse-el-respeto-de-sus-estudiantes-sin-vinculo-no-hay-aprendizaje>

Manes F., M. N. (2018). *El cerebro del futuro ¿Cambiara la vida moderna nuestra esencia?* Buenos Aires, Argentina.: Editorial planeta.

- Mead, M. (2019). El mensaje de la nueva generación. En Cultura y Compromiso. En M. Mead, *El mensaje de la nueva generación. En Cultura y Compromiso* (págs. 65 - 94). Editorial Gedisa.
- Mehrabian, D. A. (s.f.). *Vlog Julio Moscardo*. Obtenido de Vlog Julio Moscardo:
<https://juliomoscardo.wordpress.com/comunicacion-no-verbal/>
- Merton, R. (2010). La ciencia como institución. . *Revista de Estudios Sociales* nro. 37.
- O Connor, J. y. (1996). Introducción a la programación Neurolingüística. En J. y. O Connor, *Introducción a la programación Neurolingüística*. Barcelona, España., Barcelona: Ediciones Urano.
- Peña, M. (s.f.). *Conocerte +*. Buenos Aires, Argentina.
- Peña, M. (s.f.). *La kermesse de las emociones*. Buenos Aires, Argentina.
- Perls, F. (29 de Julio de 2021). *La mente es maravillosa*. Obtenido de
<https://lamenteesmaravillosa.com/carta-al-amor-propio-yo-soy-yo-tu-eres-tu/>
- Rozo Castillo, J. (3 de Junio de 2021). *Psicopedia Hoy*. Obtenido de La terapia según Milton Erikson:
<https://psicopediahoy.com/terapia-milton-erickson/>
- Rulinik, Sergio y Cherny. Martin. (2007). *CNV Comunicación no -verbal, Como la inteligencia emocional se expresa a través de los gestos* . Buenos Aires, Argentina: Ediciones Granica.

Agradecimientos

A la Universidad de Buenos Aires, mis respetos como una Institución formadora ejemplar que hace de sus estudiantes grandes profesionales.

A los profesores que han acompañado mi camino de aprendizaje y quienes me han transmitido contenidos y valores. ¡encontré con seres humanos increíbles, gracias!

A mi tutora, Angela Bueno Palacios, que me ha acompañado amorosamente, dándome la posibilidad de cerrar esta etapa con la libertad de ser auténtica en la forma de comunicar.

A mis hijos Erin e Iván ... Gracias

María del Carmen Peña Mosquera