



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE  
MÉXICO**

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
IZTACALA**

**APORTACIONES DE LA PROGRAMACIÓN  
NEUROLINGÜÍSTICA EN EL TRABAJO CON  
PADRES: EL PROBLEMA DEL FRACASO  
ESCOLAR.**

**T E S I S      T E Ó R I C A**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

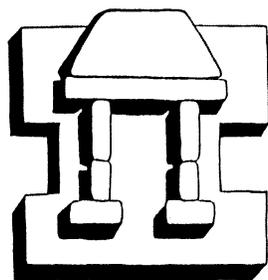
**P R E S E N T A N :**

**DELIA PÉREZ ORDÓÑEZ**

**LAURA FLORES GÓMEZ**

**ASESORES:**

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



**IZTACALA**

LOS REYES IZTACALA, TLALNEPANTLA, EDO. DE MÉXICO . NOVIEMBRE, 2003



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

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

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

## ***SI YO CAMBIARA***

*Si Yo cambiara mi manera de pensar hacia otros, me sentiría sereno.*

*Si Yo cambiara mi manera de actuar, los haría felices.*

*Si Yo aceptara a todos como son, sufriría menos.*

*Si Yo me aceptara tal como soy, quitándome mis defectos, cuánto mejoraría mi hogar, mi ambiente.*

*Si Yo comprendiera plenamente mis errores, sería humilde.*

*Si Yo deseara siempre el bienestar de los demás, sería feliz.*

*Si Yo encontrara lo positivo en todos, la vida sería digna de ser vivida.*

*Si Yo me diera cuenta de que al lastimar, ¡el primer lastimado soy Yo!*

*Si Yo criticara menos y amara más...*

*Si Yo cambiara...cambiaría el mundo.*

*Autor Desconocido.*

## **AGRADECIMIENTOS**

### **A DIOS.**

Te damos gracias por fortalecer nuestra voluntad.  
Gracias por estar siempre a nuestro lado.  
Gracias por darnos la oportunidad de lograr esta meta tan importante para nosotras.

### **A Nuestros Asesores:**

**Jorge Guerra y Margarita Martínez.**

Gracias por todo el apoyo que nos brindaron.  
Por su tiempo. Por su amistad.  
Y sobre todo, gracias por enriquecer este trabajo con sus aportaciones.

### **A Nuestra Directora del Trabajo:**

**Antonietta Dorantes.**

A ti Toñita mil gracias, porque ante todo nos brindaste tu amistad.  
Por que eres un ser humano lleno de virtudes, las cuales compartes con los seres que te rodeamos, y así aprendemos muchas cosas positivas de ti.  
Porque gracias a tu guía tan valiosa, nuestro sueño de terminar la tesis pudo hacerse realidad.  
Y por último te damos las gracias porque con tu ayuda pudimos superar muchos de los obstáculos internos que vivían en nosotras.  
Te dedicamos este trabajo como muestra de nuestra gratitud, admiración y respeto

## **DEDICATORIAS.**

### **A mis amadas hijas América y Karlita:**

Gracias por enseñarme el amor puro y la alegría de vivir.  
Las amo y siempre las llevo en mi corazón.

### **A mi amado esposo, mi eterno compañero:**

Paquín. Te amo.  
Gracias porque siempre estás a mi lado incondicionalmente.  
Porque me das tu valioso apoyo en todo lo que emprendo.  
Gracias por ser un SER MARAVILLOSO.

### **A mis Padres: Mami y Papi:**

Gracias a Dios por darme la los MEJORES PADRES.  
Gracias por amarme y enseñarme a amar.  
A Ustedes les debo gran parte de lo que soy, y me siento orgullosa de Ustedes.  
Los amo, los admiro y los respeto.

### **A mis hermanos: Estela, Martha, Araceli, Fernando, Tere, Ma. Elena, Norma, Ignacio y Mara:**

Porque cada uno de Ustedes me ha enseñado cosas valiosas, y me ha inspirado para ser una persona mejor.  
Y porque cada uno de Ustedes es importante para mí.  
Los amo

**Delia**

## **DEDICATORIAS**

### **A mi pequeña hija Paulina:**

Hija, gracias por ser un “ser extraordinario”, y porque has sido la fuerza que me ha impulsado a seguirme superando en todos los sentidos.

### **A mi Madre:**

Por darme lo más valioso que existe: la vida.

### **A Luis**

Por brindarme tu apoyo económico y moral que me permitió concluir una de mis más anheladas metas.

### **A mis amigas Elizabeth y Mariza:**

Por apoyarme e impulsarme a seguir adelante.  
Por ayudarme cuando lo he necesitado y por los buenos tiempos que he compartido con cada una de Ustedes.

### **A mi amigo y compadre:**

Fernando, gracias por tu amistad, por tu apoyo moral, por tu cariño hacia mi y a tu ahijada, y por ser como eres.

### **A mi hermana Julia:**

Gracias por ser una persona noble y al mismo tiempo fuerte, por dar tu tiempo y tu ayuda a nuestra Madre, y que al dársela a Ella me la das a mi también. Gracias por ser ejemplo a seguir.

### **A toda mi familia:**

Por estar con mi Madre siempre

Laura

# ÍNDICE

RESUMEN	7
INTRODUCCIÓN.	8
<b>CAPÍTULO 1.</b>	
<b>EL FRACASO ESCOLAR.</b>	<b>12</b>
1.1 Concepto y clasificación.	
1.2 Causas	
1.3 Consecuencias	
1.4 Actitudes de los padres ante el fracaso escolar	
1.5 La psicología ante el fracaso escolar	
<b>CAPÍTULO 2.</b>	
<b>ESCUELA PARA PADRES.</b>	<b>29</b>
2.1 Antecedentes.	
2.2 Escuela para padres en México	
2.3 Modelos de intervención en las escuelas para padres	
2.4 El Humanismo y sus aportaciones a las escuelas para padres.	
<b>CAPÍTULO 3.</b>	
<b>PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA</b>	<b>49</b>
3.1. Definición	
3.2. Antecedentes de la PNL. Sus bases teóricas.	
3.3. Objetivos	
3.4. Principios de la PNL	
3.5. Características de la PNL	
3.6. Áreas de incidencia.	

## **CAPÍTULO 4.**

### **LA PNL EN LA EDUCACIÓN 68**

- 4.1 Educación: enseñanza-aprendizaje en la PNL
- 4.2 Etapas de aprendizaje
- 4.3 Niveles Neurológicos para una buena enseñanza-aprendizaje.
- 4.4. Elementos de la enseñanza-aprendizaje y su aplicación

## **CAPÍTULO 5.**

### **TÉCNICAS DE PNL PARA PADRES DE FAMILIA CON NIÑOS DE BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR 89**

- 5.1 Planteamiento de Metas
- 5.2. Sistemas Representacionales
  - 5.2.1 Submodalidades
- 5.3. Flexibilidad

### **CONCLUSIONES 109**

### **BIBLIOGRAFÍA 114**

## RESUMEN

El fracaso escolar puede definirse como el desajuste entre las capacidades de un niño y su rendimiento académico, mismo que está en función de la evaluación académica. En las últimas décadas se ha encontrado una alta incidencia de este problema en los niños escolares, independientemente de su situación socioeconómica. Entre las causas más sobresalientes encontramos las de índole personal, escolar y familiar. El objetivo del presente trabajo es el proporcionar a los padres de familia herramientas eficientes que les permitan mejorar como personas y como padres, en la relación con su hijo que presenta problemas de rendimiento académico, y se toma como base el modelo de la Programación Neurolingüística (PNL). Este modelo ha proporcionado grandes aportaciones al ámbito educativo y por lo tanto es apto para que los padres de familia lo aprendan y puedan aplicarlo con sus hijos. La PNL promete cambios a corto plazo y de larga duración. Es por ello que se pretende cumplir el objetivo de este trabajo mediante el uso de este modelo.

En el transcurso de este trabajo se presenta una revisión detallada acerca del problema del fracaso escolar, así mismo se menciona lo concerniente a las escuelas para padres como una alternativa que se ha tomado para solucionar el fracaso escolar. También se exponen los fundamentos básicos de la PNL, su historia, sus características y algunas técnicas de intervención, y a partir de este modelo se presenta la propuesta de trabajo dirigida a los padres de familia que tengan un hijo con problemas de fracaso escolar.

El mejoramiento de la calidad del aprendizaje fue uno de los propósitos fundamentales que se planteó la PNL; de ella proviene que el aprender con placer es a aprender con más eficacia. Y quien mejor que los padres que pueden aprender a educar de esta manera y solucionar el problema del fracaso escolar de sus hijos

## INTRODUCCIÓN.

La escuela es uno de los grupos que propician el desarrollo integral de los pequeños, en ella se enriquecen o empobrecen aspectos como la socialización, la cooperación, la autoaceptación, el aprendizaje, entre otros. Es por ello que este contexto se debe de tomar con la importancia debida ya que es ahí donde se presentan las primeras señales sobre problemas académicos o conductuales, y es por esta razón que los docentes deben de estar lo suficientemente preparados para que estas señales no se conviertan en un problema mayor como es el caso del fracaso escolar.

Algunos profesores que no están capacitados para detectar y canalizar el problema académico, explican o justifican este problema como sinónimo de flojera, desinterés, falta de atención, y además, que los padres de estos niños no los apoyan con sus tareas. Las actitudes del niño hacia la situación escolar no se pueden justificar únicamente como sinónimo de flojera, sino que requiere de un análisis más profundo que conduzca al conocimiento de las causas.

El fracaso escolar se define como el desajuste entre la capacidad de un alumno en relación con su rendimiento escolar valorado académicamente. Los niños que sufren este problema no cubren los requisitos mínimos del programa y por lo general presentan calificaciones bajas, y en el peor de los casos, la repetición del año escolar. Estos niños generalmente no cumplen con tareas, sus trabajos son incompletos, y en general su actitud y desempeño hacia las labores educativas dejan mucho que desear.

El fracaso escolar es un problema complejo que puede tener diversas causas, de las cuales las más sobresalientes son la situación escolar, personal y familiar. Todas las causas son importantes, pero en este caso en particular nos enfocaremos únicamente a las causas familiares, porque nuestro interés radica en ayudar a los padres de familia a mejorar la situación académica de su hijo.

Por lo general, la relación padre-hijo con bajo rendimiento académico se ve deteriorada porque viven la situación como vergüenza y fracaso personal y por lo tanto crea conflictos. Ante esta experiencia los padres refieren que se desesperan, regañan, castigan, etc. y la hora de la tarea se convierte en la hora del castigo, de la pelea y del sufrimiento.

Una de las actitudes que toman los padres es la presión constante hacia el niño, porque quieren que sea el “mejor”, “el más aplicado”. Estas expectativas

pueden ser perjudiciales para el niño ya que se siente constantemente presionado, lo que les altera emocionalmente. Otro factor que también es importante, es el tiempo que los padres dedican a sus hijos, tanto a sus cuidados como a sus necesidades, y a sus tareas escolares.

Cuando el niño presenta dificultades escolares necesita de la comprensión por parte de sus padres para valorar sus capacidades reales y poder superarlas, es decir, de la aceptación de sus padres y de la autoaceptación. Es muy importante la opinión que el niño tenga sobre sí mismo, pues está muy relacionada con su capacidad para el aprendizaje y con su rendimiento.

Los padres principalmente actúan a modo de espejo que devuelven una imagen determinada a su hijo; si los padres opinan constantemente desde una perspectiva negativa y los califican con frecuencia de “tontos” o “incapaces” irá apareciendo en los niños una pobre imagen de su valía, y si además en la calle con sus amigos y en el colegio se repiten las mismas relaciones, el niño desarrollará una baja autoestima y un mínimo sentimiento de estimación propia.

Por esta razón, es muy importante analizar el papel que juegan los padres frente al niño porque sin duda alguna estas actitudes son causas de fracaso escolar, porque los padres no saben cómo orientarlos, motivarlos o demostrarles su afecto.

En los últimos años se ha extendido de manera importante cursos para padres de familia como alternativa de solución a los problemas familiares, conocidos como Escuelas para Padres. El objetivo de éstas es continuar su formación y dotarlos de habilidades, conocimientos, comportamientos, estrategias y actitudes que favorezcan el desarrollo personal y de la familia. La idea fundamental es aprender a ser padres y brindarles a sus hijos un ambiente familiar adecuado, proporcionarles mayor atención afectiva, a aceptar a sus hijos como seres independientes. Sin embargo vemos que en la práctica lo común es asistir a las escuelas para padres buscando orientación y recetas acerca de la educación de sus hijos y para la solución de problemas.

En nuestra opinión, los padres necesitan de orientación, pero al mismo tiempo de herramientas que les permitan mejorar primero su ser y después su papel de padres. La Programación Neurolingüística es una alternativa que ofrece

estrategias que permiten modificar todos los aspectos personales que se deseen cambiar.

Pero ¿Qué es la Programación Neurolingüística (PNL)? La PNL es un modelo que reúne técnicas y estrategias en busca de la excelencia personal. Nos proporciona vías específicas para cambiar nuestras actitudes y creencias a través de modelar nuestras conductas para obtener mejores resultados, el objetivo es buscar que el ser humano viva plenamente usando todas sus capacidades, para ello nos enseña una serie de métodos o estrategias, por ejemplo, el anclaje, la relajación, el modelaje, la inducción, etc.

Con estas y otras técnicas la PNL ha logrado tener grandes éxitos dentro de las áreas de psicoterapia, negocios, educación, etc. Dentro del área de la educación ha hecho grandes aportaciones como concebir el aprendizaje como una experiencia sensorial única y que puede modelarse y aprenderse. Es decir aprender a aprender.

El objetivo general del presente trabajo es brindarles a los padres de familia herramientas suficientes y eficientes para que mejoren la relación con su hijo, específicamente cuando hay problemas de rendimiento académico. La PNL ofrece esta posibilidad; haciendo uso de sus técnicas, los padres de familia obtienen beneficios como es el saber apoyar a sus hijos positivamente en superar el problema escolar y por lo tanto mejorarán la relación entre ellos. Pero antes, deben de conocerse así mismos e intentar cambiar aquellos aspectos que no les son útiles como por ejemplo la intolerancia, la sobreprotección, la agresividad, etc. Cuando un padre de familia cambia, seguramente llegará a ser un agente de cambio en su familia.

Así pues, para que se lleve a cabo el objetivo propuesto, el presente trabajo se desarrollará de la siguiente manera:

En el primer capítulo se analizará el problema del fracaso escolar, dando un panorama general sobre lo que es, lo que significa, cuales son sus causas así como sus consecuencias tanto para el niño como para su familia, y por supuesto se mencionarán las alternativas que llevan a cabo los padres para solucionar el problema escolar.

En el segundo capítulo se hará mención del tema “escuela para padres” como una alternativa de solución al problema del fracaso escolar. En este sentido se hará un estudio desde cómo surgieron y cómo han ido evolucionando para ayudar a los padres de familia orientándolos sobre la educación de sus hijos. Así mismo se mencionan los diferentes modelos de intervención que se han llevado a cabo y por lo tanto su metodología por ejemplo desde conferencias, proyección de videos, grupos de encuentro, etc.

En el desarrollo de este trabajo tomamos como base la psicología humanista, por lo cual en este capítulo haremos mención de las aportaciones que ha hecho a las escuelas para padres.

Precisamente un modelo derivado de esta corriente es la PNL que ofrece una gran cantidad de técnicas y herramientas para llevar a cabo nuestro objetivo. Así entonces, en el tercer capítulo haremos una revisión de la PNL con la finalidad de conocer más a fondo cómo, cuándo y dónde surge, quienes fueron sus fundadores, cuáles son sus características, así como las diferentes técnicas que propone este modelo.

En el capítulo cuarto se revisarán las aportaciones que la PNL ha hecho a la educación, específicamente a la enseñanza-aprendizaje, ya que a partir de la manera en que se conceptualiza la educación se puede generar diferentes formas de enseñarla y de aprenderla. En este sentido la PNL ha planteado las diferentes etapas de aprendizaje y su aplicación, así como también los diferentes niveles en los que se lleva a cabo el aprendizaje. También mencionaremos de forma breve las diferentes escuelas que ha generado y que se dedican al estudio específico de los elementos que intervienen en el proceso de la enseñanza-aprendizaje como es el caso de la utilización de los mapas mentales, de la música, de la relajación, de la sugestión, etc.

Por último, en el capítulo quinto expondremos la propuesta de trabajo teniendo como base algunas técnicas recomendadas por la PNL. La idea general es que los padres de familia las aprendan y las puedan utilizar en su provecho personal para conocerse un poco más y como consecuencia puedan aplicarlas con su hijo y así ayudarlo a superar el problema del rendimiento académico, es decir, que en la medida que ellos tengan un autoconocimiento puedan mejorar su rol como padres.



# **CAPÍTULO 1.**

## **EL FRACASO ESCOLAR.**

El primer grupo social con el que tiene contacto el ser humano es la familia. Este primer grupo tiene una gran influencia en el desarrollo social afectivo en general del pequeño, ya que a través de esta relación se transmite cultura, valores, costumbres y creencias que cada familia tiene en particular.

Sin duda alguna el hogar, según la atmósfera y selección de sus propias situaciones cotidianas, ejerce una poderosa influencia en el desarrollo del lenguaje, pensamiento e intereses. Así se desarrollan hábitos, aptitudes, patrones de pensar y de responder a las situaciones del ambiente hogareño, del barrio y posteriormente de la escuela (Oñativia, 1984).

La escuela, por su parte, es el segundo grupo social con el que tiene contacto el niño, por lo tanto también es un factor importante en la socialización y en su labor formativa. Estos dos grupos, hogar y escuela, de una u otra manera influyen para que el niño desarrolle o no sus capacidades, habilidades, aptitudes y personalidad.

Cuando el niño tiene la edad para ingresar a la educación formal lleva consigo una serie de expectativas introyectadas que pueden ser de índole personal, familiar o social y que el chico intenta satisfacer para obtener la aceptación. Todos los alumnos desean lograr el éxito escolar en su rendimiento, en sus calificaciones, en la relación con sus profesores y compañeros y con ello satisfacer a sus padres. A los niños que no logran tener éxito en la escuela se les ha etiquetado como alumnos fracasados.

El fracaso escolar es un tema que ha tomado mucho interés y preocupación por su alta incidencia, y nuestro país no es la excepción en el estudio de este problema. En el presente capítulo abordaremos el fracaso escolar estudiando su concepto, sus características, clasificación, causas, consecuencias, así como las alternativas que los padres de familia han llevado a cabo para intentar solucionar el fracaso escolar en su hijo.

## 1.1 Concepto y Clasificación.

De acuerdo a los diferentes autores revisados, encontramos similitudes en la definición del fracaso escolar, el cual lo consideran como un desajuste entre la capacidad real de un alumno en relación con su rendimiento escolar, valorado académicamente.

De esta definición es importante descartar algunas condiciones para el diagnóstico efectivo del fracaso escolar (Portellano, 1989):

- } Que el nivel intelectual del niño sea normal.
- } Que no existan trastornos sensoriales severos, por ejemplo, ceguera, sordera, etc.
- } Ausencia de trastornos neurológicos mayores, por ejemplo parálisis cerebral.
- } Ausencia de alteraciones emocionales severas como son la psicosis infantil, el autismo etc.
- } Que no haya antecedentes de privación cultural en el niño y sus familiares.

Dentro de las aulas, hay cierto tipo de niños que no cubren los requisitos mínimos de los programas, presentando:

Calificaciones bajas.

No cumplen con tareas

Presentan alto grado de distracción en clase.

No trabajan en el salón, o presentan trabajos incompletos.

Tienen cierta dificultad para comprender los temas tratados en clase.

Sus trabajos en los cuadernos son de baja calidad con desorden y suciedad.

Su desempeño en general deja mucho que desear.

Los profesores de estos niños reportan que pueden dar más de sí para mejorar su aprovechamiento, ya que tienen las capacidades para ello. Muchos de estos maestros atribuyen este problema a que son niños flojos o perezosos porque muestran desinterés en todo lo relacionado al ámbito escolar y que en casa no los obligan a ello. En su casa los niños con fracaso escolar también muestran desmotivación para hacer la tarea ya que dicen que no entienden o no saben que tienen qué hacer. Por lo general no tienen hábitos de estudio. Sus padres los presionan para que cumplan con sus tareas escolares y encuentran la explicación más cómoda respecto al problema: son flojos para trabajar y el maestro no les pone atención. Por lo tanto vemos que la escuela, así como la familia se quitan responsabilidades ante un problema serio que presenta el niño como es el fracaso escolar, y como veremos más adelante ambas instancias están involucradas.

De manera general, el fracaso escolar se clasifica de acuerdo a tres aspectos que son: En cuanto al rendimiento, al momento de aparición y a su duración (Portellano, 1989). Es importante tener en cuenta esta clasificación, para que nos pueda ayudar a buscar sus posibles causas y por lo tanto sus posibles soluciones.

De rendimiento:

- **Rendimiento suficiente o insuficiente.** Es una medida de la aptitud pedagógica evaluada mediante las calificaciones escolares.
- **Rendimiento satisfactorio o insatisfactorio.** Se toma como punto de referencia la capacidad intelectual del niño y de su mayor o peor aprovechamiento que de ellas realice.

Momento de aparición:

- **Fracaso escolar primario.** Se da cuando se presenta un rendimiento escolar insuficiente desde los inicios de la escolaridad (puede deberse a dificultades madurativas del sistema nervioso)
- **Fracaso escolar secundario:** Se da cuando el alumno presenta un rendimiento satisfactorio y suficiente, pero que en cualquier momento de su escolaridad empieza a tener dificultades y por lo tanto a fracasar (puede estar asociado a dificultades emocionales).

De duración:

- **Fracaso a corto plazo.** Hay un rendimiento insuficiente en una o varias materias.
- **Fracaso a mediano plazo.** Cuando el niño es reprobado y tiene que repetir curso.
- **Fracaso a largo plazo.** Cuando el alumno abandona sus estudios.

El fracaso escolar no es solamente objetivo, donde las malas notas o el repetir curso nos indiquen su presencia, sino también es subjetivo, pues tiene que ver desde la manera en que el niño y la familia lo viven, la forma en que se ve afectada la relación maestro – alumno, así como con sus compañeros; y de mayor importancia el juicio que el niño hace de su propia persona. Hay alumnos que pueden obtener bajas calificaciones, pero que ante la actitud indiferente de él mismo y de su familia hacia la escuela no tiene repercusiones psicológicas, hay otros que aunque obtengan buenas notas se consideran o son considerados como fracasados porque sus resultados son inferiores a los que ellos mismos esperaban. Por lo tanto la gravedad del fracaso no es exclusivamente de las consecuencias objetivas, sino de sus implicaciones psicológicas en el alumno (Avanzini, 1985).

Con la anterior clasificación se puede observar que el problema del fracaso escolar puede tener diferentes lineamientos de intervención por que puede haber una serie de factores que ocasionan que en el niño se presente este problema como son: las características propias del niño, de la familia y de la escuela. Es difícil separar unos de otros para determinar cuál tiene mayor peso en el desarrollo y establecimiento del fracaso, pero todos ellos son importantes y merecen ser analizados a continuación.

## **1.2. Causas.**

El fracaso escolar es un problema complejo cuyas causas son múltiples y diversas, se entrelazan entre sí y actúan unas sobre otras, y que por lo tanto resulta difícil su separación. Entre las causas más sobresalientes están las vinculadas con la situación escolar, con el niño y con la familia (Avanzini, 1985), las cuales analizaremos a continuación por separado.

### *Causas de tipo personal*

Los factores personales que pueden estar relacionados con el fracaso escolar pueden ser de tipo biológico o de tipo psicopatológico (Portellano, 1989). Los factores de tipo biológico son todos los trastornos orgánicos que interfieren en el aprovechamiento escolar. Los factores de tipo psicopatológico se refieren al comportamiento de los niños como manifestación de factores emocionales.

#### Factores biológicos.

- Factores físicos. En estos factores encontramos los trastornos sensoriales, especialmente los auditivos y visuales que son muy frecuentes y causa de un bajo rendimiento. Cuando el niño presenta dificultades auditivas se manifiestan en su atención, su lenguaje oral y la lectoescritura. Cuando el niño tiene dificultades visuales presenta problemas de ortografía, caligrafía y en la lectura.

- Factores somatofisiológicos. Cuando el niño padece alguna enfermedad (por ejemplo cardiopatías, hepatopatías, etc.), ésta puede interferir en su aprovechamiento escolar puesto que el chico debe acudir continuamente a citas médicas, o por hospitalización y en el peor de los casos por intervenciones quirúrgicas. Sin embargo, hay otro tipo de trastornos, como los alimenticios, especialmente una dieta pobre e inadecuada, que no son fácilmente detectables por los profesores o padres de familia, y que al pasar desapercibidas generan un descenso en el rendimiento escolar.

#### Factores psicopatológicos.

Los factores de tipo psicopatológico hacen referencia al comportamiento del niño como manifestación de su estado emocional; en este caso encontramos trastornos como depresiones, neurosis fóbicas, de angustia, etc. Hay evidencias de que entre el 30 al 50 % de los niños que sufren fracaso escolar son debido a factores emocionales (Lurcat, 1997).

Entre estos factores, los más frecuentes son:

- De tipo depresivo. Se caracteriza por estados prolongados de tristeza, pérdida de concentración, lentitud en funciones intelectuales, pérdida de autoestima e insomnio.

- Conductas de evitación escolar. Estas se definen como cuadros de rechazo hacia la escuela asociados a dificultades emocionales; la conducta de evitación escolar puede ser de tipo fóbico (el niño presenta un rechazo activo hacia la escuela, con conductas de miedo y se niega asistir), o de tipo de desadaptación escolar (hay un rechazo al colegio por factores inherentes a él como son la personalidad del maestro, la interacción dentro del salón, etc). La desadaptación escolar se caracteriza por aburrimiento y desinterés, problemas de conducta, inseguridad y pérdida de autoestima. En este tipo no hay un rechazo activo a la escuela.

- Trastornos de personalidad. Se refiere a la presencia de neurosis, psicosis o psicopatías en los niños escolares.

El niño, como ser biológico, psicológico y social, presenta una serie de factores personales que pueden desencadenar el fracaso; a este tipo de niños se les ha llamado de “alto riesgo” (Avanzini, 1985). Sin embargo, su medio ambiente en particular juega un papel determinante en su éxito o fracaso escolar, ya que el niño puede ser de “alto riesgo”, pero el apoyo familiar positivo que le brindan y su adaptación al sistema educativo en general propician que el alumno no se enfrente a dicho problema.

#### *Causas del sistema educativo*

El sistema educativo presenta ciertas características que pueden influir en el desarrollo del fracaso escolar. Entre los autores que mencionan dichas características, y que en seguida enlistamos, están Portellano (1989), Avanzini (1985), Gutiérrez (1996), y Lurcat (1997).

- Métodos y técnicas de enseñanza
- Masificación del aula
- Excesiva movilidad del profesorado
- La personalidad del profesor y la relación de éste con el alumno

- Los programas educativos
- Cantidad de tiempo que pasan en la escuela

Los niños escolares aprenden y se comportan de manera diferente, tienen un estilo único cada uno de ellos, pero existe cierta normatividad. A los niños que se les considera como fracasados poseen buenas capacidades intelectuales pero con un rendimiento insuficiente en su aprendizaje, además de que los profesores reportan que su comportamiento dentro del aula no es del todo adecuado, puesto que son niños que se distraen fácilmente, se les olvida lo que aprenden, no cumplen con las tareas, no trabajan en clase, tienen alto nivel de actividad física, problemas de relación con el profesor y sus compañeros (Mendoza Reyes, 1996). Todo ello lo relacionan los profesores con la “pereza”; es decir, piensan que fracasan por ser niños flojos, pero en realidad su pereza es la consecuencia de sus fracasos. Los maestros, entonces se deslindan de su responsabilidad culpando al propio niño y/o a su familia.

Dentro de la escuela, como institución, existen ciertas normas ya establecidas como son el método de enseñanza, el papel de autoridad del maestro en el salón de clases, tomando las decisiones y arbitrariedades con respecto al alumno, por ejemplo cuándo hablar, cómo hacer las actividades, qué enseñar, etc. Así vemos que el profesor se interesa única y exclusivamente por cubrir sus programas de enseñanza, o sea la transmisión de conocimientos y no se interesa en su alumno como persona como son sus inquietudes respecto al interés por una materia determinada, o al deseo de trabajar en clase, o a la admiración que puede sentir hacia su profesor.

El papel del maestro, generalmente, se reduce a su aportación intelectual, y no como mediador entre la cultura y el alumno (Avanzini, 1985). Su verdadero papel consiste en suscitar en sus alumnos el deseo de conocer. Los programas sobrecargados y los salones con un alto número de niños empobrece la relación entre maestro-alumno quien termina el curso sin “conocer” a sus alumnos. Por eso es que el maestro aparece como factor de fracaso escolar porque no estimula el deseo de trabajar, y su propia personalidad no provoca en el niño cierta identificación ni establece empatía alguna.

Cuando un niño busca el éxito en su rendimiento, necesita saber que lo está haciendo bien, busca aprobación por parte de una figura importante como es el maestro, y se desanima y frustra cuando el maestro reacciona emocionalmente (y muchas veces equivocadamente) con reproches, con severidad o con indiferencia ante sus esfuerzos; y esto ocasiona en el niño la desmotivación y la desvalorización de sus actividades escolares y de su propia persona (Lurcat, 1997).

Otro aspecto importante dentro de las escuelas es la constante evaluación simbolizada como éxito o como fracaso mediante letras, notas o números, que en la mayoría de los casos reflejan el resultado de pruebas escritas (Gutiérrez Gómez, 1996). La palabra “examen” encierra una connotación muy especial pues provoca en los niños reacciones emocionales que van desde ansiedad que los paraliza y no pueden contestar la prueba, como si de verdad no hubieran estudiado; otros niños son lentos para contestar, y por lo tanto el factor tiempo les afecta. Pero estos aspectos no le interesa al profesor ya que se limita a “calificar” sin considerar las características individuales de cada alumno. Las calificaciones funcionan como índices de un rendimiento suficiente o insuficiente, o sea de la cantidad de conocimientos adquiridos.

La escuela, entonces, propicia el fracaso escolar en algunos niños, pero no es fácil que las personas involucradas en el sistema educativo lo reconozcan, y por lo tanto la búsqueda de soluciones o alternativas para prevenir este problema pasa a segundo término mientras que no acepten su responsabilidad.

#### *Causas familiares:*

El núcleo familiar en que nace y crece un niño determina ciertas características que pueden limitar o favorecer el desarrollo personal y educativo. Los factores propiamente familiares que intervienen en el fracaso escolar son: El nivel cultural de la familia; medio sociocultural y motivación del trabajo; el clima afectivo; la valoración del trabajo escolar; así como la supervisión de los trabajos escolares (Avanzini, 1985).

La familia tiene un papel muy importante en el éxito o el fracaso escolar; sin embargo, los padres de niños con este problema no entienden

por qué su hijo lo padece, ya que ellos han hecho todo para favorecer el éxito escolar. Así pues, no admiten su responsabilidad ante el fracaso escolar, de hecho sin quererlo ni saberlo, son responsables en gran parte de él (Avanzini, 1985).

Los niños trabajan en la escuela porque necesitan agradar a sus padres, es decir, cubrir las expectativas que en él depositan. Pero cuando el niño se da cuenta de que su trabajo no es valorizado por sus padres, pierde el interés en ello. Es importante la actitud de la familia ante el desempeño del escolar. El nivel en que se involucra la familia, específicamente los padres en la realización de los trabajos escolares es vital, ya que la familia puede tener buen nivel sociocultural, pero si los padres no se involucran o lo hacen muy poco en la actividad académica de su hijo, favorecerá el fracaso escolar. El aprendizaje escolar se vuelve significativo para el niño en la medida en que los padres muestren aprobación e interés. Otro aspecto de suma importancia es el nivel cultural familiar ya que éste influye de manera directa en el deseo de aprender, en la riqueza del vocabulario, en la actitud del niño ante la escuela, en las aspiraciones del niño, etc.

Las condiciones particulares de cada familia influyen en el ambiente afectivo en la relación con el niño, y de esta manera en su desempeño escolar. Los problemas conyugales, la ausencia de uno de los padres, el nacimiento de un hermano, la agresividad, el estilo de crianza, la comunicación, etc. son algunos ejemplos del ambiente afectivo que el niño vive en su familia y que influyen en su estado anímico y por lo tanto en su rendimiento escolar. Un gran porcentaje de niños utilizan el ámbito escolar para expresar su problemática personal o familiar. El niño es modelado cultural y afectivamente por su familia; determina su forma y modo de vivir sus experiencias (Gutiérrez y Ávila, 1996).

Cada uno de los factores antes mencionadas (personales, del sistema educativo y familiares) tienen influencia en la presencia del fracaso escolar. Cada uno de ellos tiene un peso importante y suficiente, y lo que sugieren algunos autores es determinar las causas que originan el fracaso escolar y actuar sobre ellas. Sin embargo, descubrir las causas es tarea difícil, porque el fracaso no se debe a una razón única, aislada y específica, sino a muchas razones que se superponen.

### 1.3. Consecuencias

El fracaso, opuesto al éxito, es un juicio de valor, el cual está en función de un ideal transmitido por la familia y por la sociedad en general. (Cordié, 1998). El fracaso escolar afecta al ser en su totalidad y despierta en él sentimientos o emociones de ira, derrotismo, baja autoestima, desánimo, culpa, etc., es una sensación de impotencia y genera desesperación.

Una situación de frustración crónica de fracaso habitual acompañada de castigos, críticas y comentarios menospreciativos suelen llevar a una crisis emocional en los niños. Por ello es “que la gravedad del fracaso no procede exclusivamente de las consecuencias objetivas que trae consigo, sino mucho más resulta de sus incidencias psicológicas” (Avanzini, 1985, p.153).

Lucart (1997) hace referencia que la primera imagen que un niño llega a tener de sí mismo se forma en la escuela porque es precisamente en ésta donde por primera vez se confronta con el grupo de niños de su edad y se compara con ellos. Las apreciaciones que de él hagan sus maestros contribuirán a una autovaloración o autodesvalorización y estas a su vez dan lugar a la aceptación del éxito o fracaso escolar. Así entonces se dice que un niño es inteligente porque tiene éxito en la clase, o que es tonto porque fracasa. Una vez que el niño interioriza el fracaso lo vive como fuente de conflicto con sus profesores y padres, ocasión de reproches, reprimendas o de sanciones; el conflicto se transforma en sentimiento de culpabilidad, entonces aparece la desmotivación el desinterés y la pérdida de autoestima. Esta se deteriora a través de las verbalizaciones menospreciativas y desvalorizantes que los padres y educadores suelen dirigir de manera habitual al niño con fracaso ([entorno@entornosocial.es](mailto:entorno@entornosocial.es)). Particularmente los padres reaccionan con mayor emotividad manifestando su decepción, su desaprobación e incluso su cólera, lo que repercute en el estado emocional del niño.

El fracaso escolar significa generalmente para la familia una vergüenza y humillación por lo tanto crea conflictos entre los padres cuando estos se imputan la responsabilidad el uno hacia el otro, o en su defecto empeora las relaciones.

La vergüenza que la familia siente, la proyecta ante su hijo el cual a su vez la manifiesta en el ámbito escolar; rechazando ir a la escuela, afectando la relación entre el profesor y el alumno, y no menos importante se ve afectada la relación con sus compañeros.

Tanto a los padres como a los profesores les conviene explicar los malos resultados del niño, diciendo que el pequeño no aprende porque es “flojo”, atribuyéndole de esta manera toda la responsabilidad al propio escolar, y así se liberan de la culpabilidad. El niño por su parte, identificándose como fracasado, pierde todo interés en lo académico, su insuficiencia en el trabajo es constante, crea el hábito de no hacer nada dentro del salón de clases y de tener malas calificaciones, además su angustia aumenta por no saber cómo salir de este problema. Por lo tanto, el problema se complica cada vez más mientras no se busque ayuda de profesionales. En este caso, la psicología ofrece una serie de programas tanto preventivos como de recuperación, así mismo, ofrece ayuda y orientación a padres y maestros.

#### **1.4. Actitudes de los Padres ante el Fracaso Escolar**

Un aspecto de gran importancia que ha sido estudiado ha sido la relación entre el rendimiento escolar y adaptación del niño, y las actitudes o conductas de los padres en relación a la educación escolarizada. Estas actitudes tienen que ver con la disposición y compromiso de los padres vinculadas a la educación de sus hijos, sus expectativas y sus capacidades para otorgarle apoyo para un mejor rendimiento (Arancibia y Herrera, 1999).

Las actitudes de los padres que han tenido mayor influencia en la educación son: El apoyo a las labores escolares que le brindan a sus hijos, la presión que ejercen en el desempeño escolar, los estímulos dados a las calificaciones y expectativas de un buen rendimiento académico, los recursos educacionales en el hogar, la motivación que se le brinde, supervisión de tareas y reacciones de los padres ante las calificaciones. Todas estas actitudes influyen de manera negativa o positiva en el rendimiento de los niños, y esto depende de las aspiraciones y perspectivas que los mismos padres tengan acerca de la educación escolarizada para sus hijos.

Un estudio realizado por Himmel en 1984 (citado en Arancibia y Herrera, 1999), encontró como significativo las expectativas y aspiraciones de los padres hacia sus hijos en el rendimiento escolar, hallando una alta correlación de estas actitudes con el buen o mal aprovechamiento. Las expectativas se refieren a cuál es el curso o nivel educacional que creen los padres que alcanzarán sus hijos; mientras que las aspiraciones hacen referencia hasta qué nivel educacional les gustaría que llegaran sus hijos.

Avanzini (1985), menciona que cuando el niño ingresa a la escuela algunos padres se preocupan por la adaptación de su hijo; ellos esperan buenos resultados, entendiendo éstos como buenas calificaciones y reportes de buena conducta. Sin embargo, cuando el niño presenta fracaso escolar, para los padres representa un problema serio del que muchas veces no saben cómo solucionarlo o cómo actuar.

Mendoza Reyes (1996), sostiene que para algunos padres, el fracaso constituye una situación transitoria, o creen que con el tiempo el niño se volverá más inteligente, o esperan que se hará más serio o maduro y con esta actitud favorecen que el niño continúe en el fracaso.

Otros padres no admiten fácilmente la situación de fracaso y reaccionan con enojo, buscando culpables en otras personas, por ejemplo el maestro. Con esta actitud de negación prolongan aún más el fracaso escolar y como consecuencia no buscan la ayuda pertinente (Campion, 1994).

Un tercer grupo de padres, al ser informados por la escuela o por algún otro profesional de que el niño presenta problemas de rendimiento, buscan ayuda por recomendación y esta ayuda puede ser desde clases extras de regularización académica, visitas al psicólogo y médicos, etc.

De lo anteriormente citado, podemos decir que a partir de que los padres son informados del problema académico, sus expectativas y aspiraciones pueden cambiar o agudizarse, porque por lo general viven el fracaso escolar del niño como una situación de frustración generalizada. Así entonces, los padres de familia reaccionan de diferentes maneras de acuerdo a las características propias de su personalidad:

- Perfeccionistas: regaños, castigos físicos, excesiva presión hacia el estudio, restricción de actividades recreativas, cursos de regularización.
- Permisivos: indiferencia, falta de autoridad.
- Autoritarios: Cursos de regularización como castigo hacia el niño, restricción de actividades recreativas, regaños, impaciencia
- Persuasivos: Promesas de premios o castigos para que los niños cumplan con sus responsabilidades.
- Sobreprotección: Hacerle la tarea y trabajos al niño, estar con él todo el tiempo de estudio

Estas actitudes paternas, lejos de ayudar a mejorar el aprovechamiento escolar, conducen al niño, por lo general, a tener aversión hacia todo lo relacionado al estudio, además de suscitar emociones como la baja autoestima, la culpabilidad, sube el nivel de ansiedad, sentimientos negativos, etc. y que prolongan el fracaso escolar.

Los padres, al sentirse frustrados descargan en el niño su cólera y piensan que con medidas correctivas que ellos utilizan son suficientes para que el chico mejore ya que consideran que es él quien tiene el problema. Por eso es importante que los padres reciban una orientación adecuada sobre lo que significa el fracaso escolar y lo que lo origina, así mismo darles recomendaciones de cómo ayudar al niño en casa y buscar ayuda profesional.

## **1.5. La Psicología ante el Fracaso Escolar**

La psicología educativa se ha interesado por tratar el problema del fracaso escolar considerando los múltiples factores que se presentan dentro del niño y de su entorno (Gilly, 1978).

Generalmente, los pequeños llegan al servicio de psicología, canalizados principalmente por su profesor esperando una valoración del

niño, un diagnóstico de sus aparentes dificultades y más que nada recomendaciones que puedan ayudarlos a superar dichas dificultades.

Campion (1994), menciona que la tarea de cada psicólogo consiste en tratar de remediar las necesidades de los niños con fracaso empleando al máximo su habilidad y los medios que le parezcan adecuados. El tratamiento psicológico es de manera individual tomando en cuenta muchos factores, entre ellos la naturaleza del problema del niño, después de haberlo observado y hecho su valoración psicológica, otro factor es el familiar en el cual se toma en cuenta la actitud y cooperación de los padres con el psicólogo, asimismo, se considera importante analizar el factor educativo como son las características de la escuela (su estructura, su ética y sus recursos educativos adicionales).

Tradicionalmente, el psicólogo tiene una entrevista con los padres para obtener información general del niño, posteriormente lleva a cabo la aplicación de una evaluación psicológica, que permite al profesionista hacer un diagnóstico y un pronóstico de intervención adecuados al caso en particular. Así entonces el psicólogo sitúa a cada quien ante sus responsabilidades exactas: indica a los padres en qué condiciones se verán los resultados positivos; a los profesores se les sugiere qué esfuerzo deben exigir para que su rendimiento aumente y en que sentido hay que dirigirlo, y con el niño aclara o platica a qué se deben sus dificultades y trabaja en el descubrimiento de sí mismo para colocarlo ante sus responsabilidades y les sugiere el modo de hallar solución a sus problemas (Avanzini, 1985).

Las diferentes corrientes psicológicas proponen una manera particular de llevar a cabo el tratamiento terapéutico, mientras que unos sugieren una terapia familiar, otros prefieren trabajar directamente con el problema del niño, o bien trabajar con un grupo interdisciplinario (pedagogo, médico, profesor, etc).

Hemos visto hasta aquí el papel del psicólogo en el diagnóstico y tratamiento en el fracaso escolar, pero es importante mencionar otra función del profesional que es la prevención, y la cual no se ha extendido en el ámbito educativo público y escasamente se lleva a cabo en el particular.

La prevención consiste en evitar que se presente en el niño el fracaso escolar y para ello lo ideal es aplicar exámenes psicológicos a todos los alumnos en cada ciclo de estudios, examinando sus capacidades. Así mismo importante es que los profesores reciban capacitación específica en cuanto a la detección de un futuro fracaso escolar. Sin embargo, esto no se da por diversos factores (económicos, pocos psicólogos capacitados, el tiempo para evaluar a nivel masivo, etc) y por lo tanto hay una alta incidencia en el problema del fracaso (Avanzini, 1985).

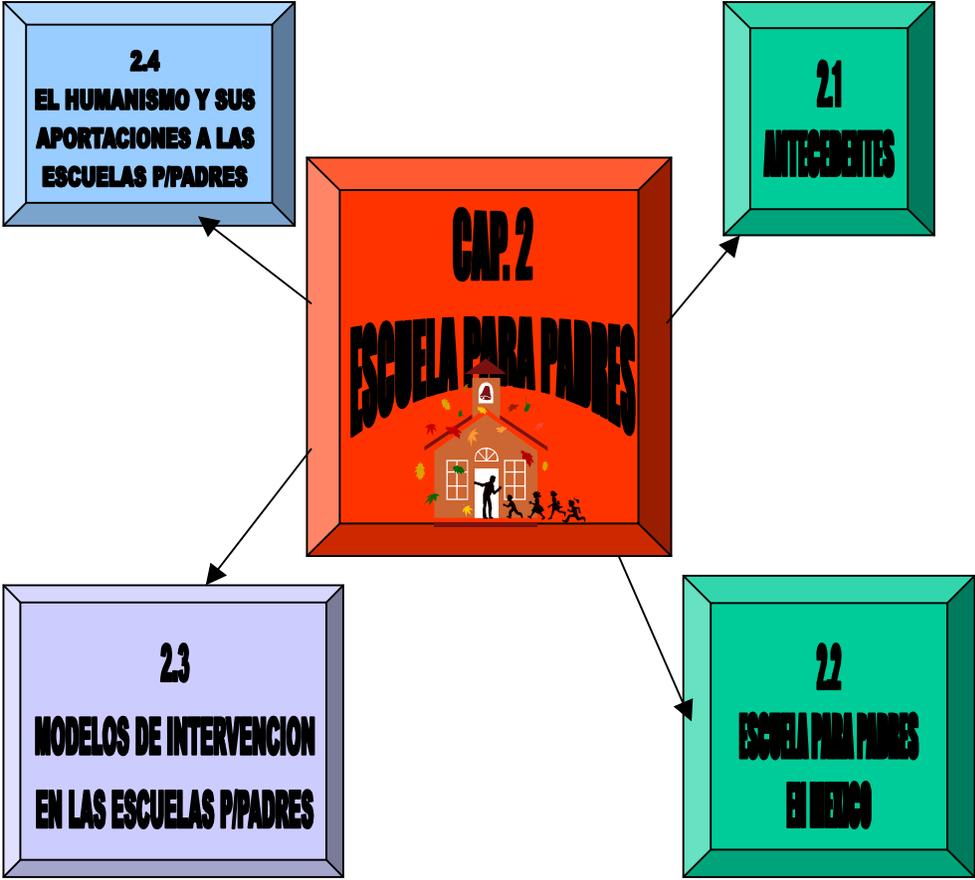
Contrariamente a la prevención donde no se da mucho apoyo al psicólogo, la institución educativa favorece el papel del mismo pero como orientador, donde lo más importante es dar recomendaciones a padres de familia y a maestros de manera general y de forma grupal, con la finalidad de que los niños tengan un mejor desempeño académico y detectar en los niños algún indicio que puedan conducir al fracaso.

Algunas de las principales recomendaciones que hacen los psicólogos para evitar el fracaso según Arancibia y Herrera (1999), Portellano, (1989), Avanzini, (1985) son:

- Hacer un examen médico al niño para conocer su estado de salud (ver deficiencias sensoriales como visual o auditiva, nutrición, etc.)
- Fomentar en el niño el interés y la curiosidad por todo lo que les rodea.
- Fomentar el hábito de la lectura, de esta manera se aumenta el vocabulario, desarrolla la capacidad de abstracción, la imaginación y el sentido crítico.
- Evitar el exceso de t.v., el consumo de televisión impide una mayor dedicación o motivación hacia la lectura, generando pasividad intelectual.
- Fomentar un ambiente familiar estable, de esta manera se evita el estrés que puede afectar al niño.

- Que los padres se involucren en el trabajo escolar de su hijo sin ser demasiado controladores, por ejemplo: invitar al niño a participar en la toma de decisiones, alabarlos por sus capacidades, sugerir más que dirigir, tomar en cuenta los sentimientos y las necesidades de los niños, otorgar la posibilidad de alternativas y elecciones.
- Involucrarse o asistir regularmente a la escuela para pedir informes sobre el desempeño escolar de su hijo.
- Asistir a las pláticas que ofrece la institución de las hoy llamadas “escuela para padres”, la cual tiene como prioridad la toma de conciencia de la familia y de los profesores para trabajar juntos en lo relativo a la educación de los niños.

Precisamente esta última recomendación acerca de la “escuela para padres” será el tema del siguiente capítulo dada la importancia que tiene para nuestro trabajo de investigación.



## **CAPÍTULO 2.**

### **ESCUELA PARA PADRES**

En el capítulo anterior se mencionaron las diferentes variables que influyen en el éxito o fracaso escolar, y destacamos la importancia del entorno familiar como una variable determinante en el fracaso, misma que elegimos en nuestro trabajo de investigación. En el presente capítulo expondremos lo que se ha hecho para obtener la participación de los padres en la educación de sus hijos.

Arancibia y Herrera (1999), con base en sus investigaciones afirman que en la medida en que los padres se involucren en la educación de sus hijos y participen en las actividades escolares, el progreso escolar del niño se verá influido positivamente.

Una de las recomendaciones más comunes que hacen los profesionistas es que los padres puedan coadyuvar en el éxito escolar de sus hijos participando en los cursos llamados “Escuelas para padres”, que puede impartir o no la institución educativa a la que asisten sus hijos, o las instituciones gubernamentales como el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), el Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población (IMIFAP), la Secretaría de Educación Pública (SEP).

Las escuelas para padres están dirigidas a continuar la formación de los padres, con una línea de educación permanente, para dotarlos de habilidades, conocimientos, comportamientos, estrategias y actitudes en relación a la educación que reciben sus hijos. A pesar de que hoy en día es común escuchar el término “escuela para padres” no siempre se concibió como tal, por lo que consideramos importante mencionar cómo surgieron estas escuelas en el mundo y particularmente en México.

#### **2.1. Antecedentes.**

En la antigüedad la educación de los hijos dependía exclusivamente de los padres quienes confiaban en su sentido común y tradiciones, las cuales eran perpetuadas por los consejos de los abuelos y familiares en general. Con esta práctica, los padres se colocaban en una posición de sabiduría que adquirirían por el simple hecho de constituirse en padres (Lomas Guzmán, 1998).

Vertiginosamente, las sociedades en todo el mundo seguían cambiando, y es en el siglo XVIII donde se da un cambio importante en los roles familiares: con la Industrialización, tanto los hombres como las mujeres participan en el trabajo asalariado, y es precisamente en esa época cuando surge también la educación institucionalizada por las necesidades sociales y económicas. Dichas circunstancias propician que se deleguen algunas de las tareas educativas de los padres hacia la escuela, y así entonces, muchos aspectos de la educación de los niños pasan por completo a ser responsabilidad escolar. Con esto, los padres adoptan un papel pasivo, considerando que los maestros son los especialistas en la educación infantil. Por su parte, los educadores se atribuyen un papel de “sabelotodo” y además como autoridad única e indiscutible respecto a la educación de los niños. Sin embargo, a través del tiempo, se siguen presentando estos mismos roles entre padres y maestros.

Dentro de las sociedades se siguieron dando muchos cambios de índole social, religiosos, y económicos y la educación no fue la excepción, también adoptó nuevos modelos. Así, los padres se enfrentan a situaciones distintas de las que ellos fueron educados, lo que en apariencia los coloca en una posición de inseguridad respecto a cómo ser padres. En este sentido se empiezan a formar asociaciones de padres de familia dentro y fuera de las escuelas con el fin de recibir ayuda y orientación en los principales aspectos de la educación de sus hijos. Pero esta información era escasa, sólo se limitaba a contactos personales y superficiales: el colegio solamente ofrecía información de los adelantos o problemas de los niños, pero no una orientación y educación de cómo los padres pueden ayudar a los niños, y al mismo tiempo de brindar apoyo a la escuela. Estas demandas no las satisfacen los educadores, y es así como los padres forman asociaciones y pueden exigir que les cumplan sus objetivos e inquietudes (Stern, 1967).

Se tienen datos que desde principios del siglo XVIII surgieron en el mundo instituciones que les ofrecían a los padres apoyo para la educación de sus hijos (Corona Solorio, 1995). En Estados Unidos, desde 1815 se creó la primera asociación de madres de familia con el objeto de ser orientadas sobre la mejor atención hacia los hijos. En 1897 se celebró en ese país el primer congreso nacional de padres; y es hasta 1923 cuando se funda el Consejo Nacional para la Educación de los Padres.

También en Francia, desde el siglo XVIII surgieron asociaciones de padres de familia. Pero es hasta 1929 cuando se funda la primera escuela para padres en el mundo, sus objetivos eran fomentar la educación de éstos en la formación social y moral del niño además de su desarrollo personal. En esta escuela se impartían cursos sobre crianza, educación sexual infantil, etc. En 1938 se comienzan a impartir de manera regular y sistemática los primeros cursos para educadores de padres (González Cruz, 1998).

## **2.2. Escuelas para Padres en México**

Así como en esos países, en casi todo el mundo se van desarrollando paulatinamente asociaciones de padres de familia compartiendo de forma general los objetivos. México no fue la excepción. Desde 1918 cuando se funda la Asociación Nacional de Padres de Familia, se ha luchado para que los padres, en primer lugar estén orientados de la mejor manera para educar a sus hijos, y en segundo lugar para que reciban información en cuanto a sus derechos y obligaciones como padres.

En la actualidad, en nuestro país, se han especializado instituciones públicas y privadas que brindan apoyo y asesoría a los padres de familia, no sólo a nivel educativo sino también tratan temas como: problemas emocionales, infancia, terapias de pareja, información sexual, etc. Como ejemplo de estas instituciones encontramos: Desarrollo Integral de la Familia (DIF), Instituto Mexicano de Investigación de la Familia y Población (IMIFAP), Secretaría de Educación Pública (SEP), Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Secretaría de Salubridad y Asistencia (SSA). Mencionaremos en forma breve la manera de trabajar del DIF y del IMIFAP, específicamente.

El sistema para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), promueve entre otros múltiples programas de atención, los que se refieren a las Escuelas para padres. De acuerdo con la información obtenida ([www.revista@sureste.com.dif](http://www.revista@sureste.com.dif)), se trata de una serie de actividades que lleva a cabo la Institución conjuntamente con los integrantes de la comunidad, y que consiste en desarrollar diversas estrategias para brindar a los integrantes de la familia la información necesaria para promover y fortalecer relaciones más

sanas y positivas, tanto en su interior social. Según precisa el DIF, el objetivo general debe de ser el de proporcionar educación preventiva a padres y futuros padres de familia con el fin de fortalecer las relaciones de su grupo familiar y mejorar su calidad de vida. De este propósito general se desprenden otros propósitos específicos: el desarrollar un espacio de reflexión a padres y futuros padres en torno a su papel en la familia a partir de las diversas características que ésta tenga; el sensibilizar a los padres acerca de las necesidades psicosociales de los integrantes de la familia en sus diversos momentos de desarrollo; promover estilos de crianza más sanos a partir del fortalecimiento de los valores, la comunicación y la autoestima entre los miembros de la familia.

Las asesorías y talleres dirigidos a padres que proporciona esta institución se imparten dentro de la misma, o bien dentro de las escuelas donde asisten sus hijos, el único requisito es que se solicite el servicio.

Por su parte el IMIFAP desarrolla cursos para padres para que se sientan con la capacidad suficiente de responder a las inquietudes de sus hijos. Se abordan temas de comunicación familiar, valores, intereses, afecto y confianza, toma de decisiones, sobreprotección, independencia, disciplina y planeación de actividades. El objetivo de los cursos es llevar a los padres a la reflexión para buscar alternativas que les permitan mejorar la relación con sus hijos y guiarlos a través de las diferentes etapas de su desarrollo (González Cruz, 1998).

Actualmente la orientación a padres constituye una actividad compleja la cual ha adquirido una base teórica para proporcionarles la ayuda necesaria, y esta orientación se ha dejado en manos de profesionales, especialmente de los psicólogos. La psicología ha propuesto diferentes modelos de atención a las escuelas para padres, y en la práctica la utilización de dichos modelos dependen de cada psicólogo y de la institución misma. Algunos modelos de intervención que se encontraron los mencionaremos a continuación.

### **2.3. Modelos de Intervención en las Escuelas para Padres**

Arancibia y Cols. (1999) mencionan que de acuerdo a las características de las escuelas para padres existen tres modelos que responden a objetivos distintos y que de esta manera determinan su metodología. Estos modelos son: el informativo, el instructivo y el social.

### *El modelo informativo.*

Este modelo es el más difundido y antiguo, y como su nombre lo dice, proporciona información útil para la familia. El especialista transmite conocimientos teóricos utilizando diferentes maneras y en ocasiones combinándolas, como pueden ser:

- Conferencias: Se programan una serie de pláticas dirigidas a un grupo de padres, con la finalidad de darles a conocer lo que algunas teorías plantean en el manejo de los niños.

- Lecturas y videos: Se recomiendan libros a los padres con información sobre diferentes problemáticas y se sugieren actividades para que enseñen hábitos y actitudes a sus hijos. También se pueden presentar videos de películas alusivas al tema expuesto. Aquí se demuestra la aplicación de técnicas con ejemplos (Corona Solorio, 1995).

Estos autores mencionan que este modelo genera dependencia y pasividad en los padres quienes solicitan “recetas” y consejos de los especialistas.

### *El modelo instructivo.*

El especialista indaga sobre las conductas educativas de los padres e interviene combinando información y respuestas a los intereses de los mismos. Se utiliza como estrategia la ansiedad de los padres, que es el motor para aumentar su motivación y mejorar la conducta con sus hijos; y el nivel de ansiedad va bajando cuando los padres se van dando cuenta de sus actos deficientes y también de cómo mejorarlos.

Este modelo logra un cambio de actitud en los padres, mediante el análisis crítico de sus actos.

### *El modelo social.*

Este modelo favorece la participación de los padres con la escuela. La reflexión se realiza bajo una metodología participativa y activa, lo cual genera mayor autonomía en los padres, mayor flexibilidad, mejor capacidad de

comunicación y de comportamientos, así como la autocrítica y toma de decisiones generalizada a la dinámica familiar.

Es importante mencionar que para llevar a cabo una escuela para padres dentro de una institución, la metodología a seguir es por lo general la misma, independientemente del modelo. Los pasos a seguir serían: (Cuentas Montejo, 2000):

- Convocar a directivos, profesores y mesa directiva de padres de familia para realizar la planeación de la escuela para padres y maestros.
- Integrar el grupo interdisciplinario que participará en el desarrollo de las sesiones.
- Elaborar un calendario de fechas y horarios de cada sesión.
- Diseñar carteles informativos en donde se especifique el tema a tratar y su objetivo, por lo menos con una semana de anticipación, así como enviar folletos a cada padre de familia.
- Elaborar cuestionarios de opinión y sugerencias con el fin de mejorar las actividades.
- Preparar el material requerido en cada sesión.
- Contar con bibliografía necesaria para los padres o maestros que deseen consultar más al respecto.

Por lo común se realizan varias sesiones, en las cuales se realiza trabajo grupal, dinámicas participativas, juegos, etc. con la finalidad de cubrir los objetivos propuestos, además de que estas sesiones se deben de llevar a cabo en un lugar y horario apto para la escuela como para los padres.

Al diseñar la escuela para padres se debe de tomar algunos puntos importantes como los que menciona Arancibia y Cols. (1999):

- Que los temas sean realmente motivantes para los padres.

- Se debe de propiciar un ambiente cooperativo y estimulante en el cual los padres se sientan motivados a participar.
- Ofrecer herramientas concretas y útiles que los padres puedan utilizar en su desempeño cotidiano.
- Realizar seguimientos para evaluar los resultados concretos, los cuales deben relacionarse con los objetivos.

Hasta ahora hemos planteado un panorama general de cómo es una escuela para padres y la manera en que puede llevarse a cabo, según los objetivos e intereses que se establezcan. Sin embargo, se ha observado que al diseñarla y llevarla a cabo se pueden presentar una serie de dificultades que obstaculizan realizarla con eficacia y fluidez (Stern, 1967).

- El escaso atractivo: En las asistencias a las escuelas para padres se ha visto que los participantes son de nivel sociocultural medio y alto, y por lo general son madres de familia, mientras que los padres son mucho menos accesibles e indiferentes por lo que hay un gran ausentismo paterno.

Se propone que haya un mayor atractivo en la difusión de los temas a tratar en las escuelas para padres, tratando de abarcar una mayor población, sobre todo de las clases socioeconómicas bajas así como motivar a los padres para que asistan.

- Nociones preconcebidas: Otra dificultad que se ha encontrado es que los asistentes llegan con ideas preconcebidas acerca del ejercicio de la paternidad en cuanto a su experiencia, lo cual influye en la manera de asimilar la información.

Lo que se sugiere es que la información proporcionada debe ser siempre discutida informalmente en relación con las opiniones, actitudes y experiencias de los padres.

- Orientación individual: Algunos padres de familia solicitan asesoría individual, pero se ha demostrado que trabajar en grupo es más eficaz.

Al realizar discusiones grupales se introduce el natural intercambio de ideas que en todos los casos tienen lugar entre los padres. El intercambio de opiniones y experiencias ha sido considerado valioso en sí mismo. Los padres juzgan útil escuchar que otros tienen más o menos el mismo tipo de problemas que ellos. Con la ayuda de otros padres y del asistente profesional pueden conducirse a las madres y a los padres a comprender mejor lo que están haciendo y a ver en perspectiva los cuidados de su propio hijo.

Hemos de aclarar que los modelos de intervención expuestos anteriormente dependen del marco teórico psicológico en que el profesional se haya formado, como puede ser el conductismo, el psicoanálisis o el humanismo. En esta investigación la postura teórica que trabajaremos será la corriente humanista, por lo que haremos una revisión del marco teórico de la misma, así como lo que propone y lo que se ha llevado a cabo en relación a las escuelas para padres.

Cabe mencionar que en la actualidad se han difundido con gran magnitud las escuelas para padres y que cada vez son más los participantes que acuden a ellos, lo cual es muy alentador para los profesionistas interesados en la educación.

#### **2.4. El Humanismo y sus Aportaciones a las Escuelas para Padres.**

El humanismo enfatiza que el “ser” tiene la capacidad para la autodirección y el control, es decir la voluntad y la habilidad de elegir su destino. Lo que distingue a la psicología humanista de otras posturas psicológicas es el reconocimiento del hombre como persona, respetando sus valores, sus decisiones y su identidad particular.

Ginger y Ginger (1993), mencionan que el humanismo surge a mediados del siglo XX en Estados Unidos, como contraposición al conductismo y al psicoanálisis ortodoxo, criticando estas dos corrientes por tratar al hombre como objeto y no como sujeto responsable de sus elecciones y de su crecimiento. Esta corriente genera una nueva concepción del hombre que

defiende la libertad y la tendencia del ser humano a desarrollarse y promoverse como ser.

Los principales fundadores de la psicología humanista fueron Abraham Maslow, a quien se le reconoce como “padre espiritual del movimiento humanista en la psicología”, Gordon Allport, Rollo May, Carl Rogers, Erick Fromm y Henry Murria (Ginger y Ginger, 1993). Estas personas formularon algunos principios de esta corriente y, estos principios han dado pie a muchos métodos con diferentes nombres, llamadas también las nuevas terapias, algunas de ellas son:

- Análisis transaccional (Erick Berne)
- Grupos de encuentro (C. Rogers y W. Schutz)
- Hipnosis (Erickson)
- Meditación (Dinámica oriental)
- Psicodrama (J.L. Moreno)
- Psicoterapia existencial (L. Binwanger)
- Programación Neurolingüística (Bandler y Grinder)
- Relajación (E. Jacobson)
- Terapia familiar sistémica gestáltica (Perls).

Estas líneas teóricas y terapéuticas que se desarrollaron a partir de la postura humanista tienen como común denominador el respeto por la persona. El reconocimiento de que los otros no son un caso, un objeto, un campo de fuerzas o un conjunto de instintos, sino un Ser. Esto significa respeto por las capacidades de creatividad y responsabilidad del individuo (Matson, 1984).

Este reconocimiento del hombre como persona y Ser individual, opuesto al hombre generalizado lleva al corazón de la diferencia entre la psicología

humanista, en cualquiera de sus formas o escuelas, y la psicología determinista como el conductismo o el psicoanálisis.

Los principales objetivos de esta corriente son: ( Matson, 1984)

1. Centrar la atención en la persona que experimenta (vive algo), y por lo tanto, centrarse en la vivencia como fenómeno primario del estudio del hombre.
2. Hacer énfasis en las cualidades típicamente humanas tales como: elección, creatividad, valoración y autorrealización como opuestos a la concepción de los seres humanos en términos mecanicistas y reduccionistas.
3. Fidelidad a la plenitud de significado en la selección de problemas de estudio y procedimientos de investigación.
4. Lo concerniente al valor de la dignidad y el valor del hombre. Mostrar interés en el desarrollo del potencial inherente de cada persona. Lo central es la persona al descubrir su propio ser y relacionarlo con otras personas y grupos sociales.

Uno de los principios más importantes que rige esta teoría, es su creencia de que las personas son capaces de enfrentar adecuadamente los problemas de su propia existencia, y que lo importante es llegar a descubrir y utilizar todas las capacidades en su resolución.

Las características más importantes de la psicología humanista son (Arancibia y Col. 1999):

- Hace énfasis en la libertad individual de elegir y de la responsabilidad.
- Su gran virtud es que responde a las impresiones instructivas de las personas sobre lo que es el ser humano.
- Ofrece un marco de trabajo flexible en el cual se puede estudiar y observar la conducta humana. Consideración de la persona total en

un ambiente total, de relaciones interpersonales y sentimientos intrapersonales.

- Confianza en la libertad y autoresponsabilidad del ser humano.
- Importancia de considerar los aspectos afectivos.
- Permite considerar al ser en todas sus dimensiones, desde una perspectiva holística, que integra a la persona y su rol activo.

Los principios que sustentan la base teórica y práctica de la psicología humanista han dado origen a su aplicación en diferentes campos como son: terapia individual, grupal, familiar, orientación laboral, escuela para padres, etc. Y es precisamente ésta última en la que a continuación profundizaremos desde éste marco teórico.

En las últimas décadas se ha incrementado el interés tanto por parte de instituciones públicas como privadas para impartir cursos, así como de los padres de familia para asistir a ellos. Es por esto que tanto padres de familia como instituciones deben de estar en contacto para identificar los temas relevantes de la educación de los niños. Una vez señalados los temas, se lleva a cabo programas para la orientación y apoyo tanto a nivel preventivo como para reestablecer la relación familiar. Algunos de los temas que han sido abarcados en la enseñanza a padres han sido: la violencia, el suicidio, el abuso de menores, la drogadicción, el SIDA, enfrentando el estrés, mejorar la autoestima, incrementar la eficacia, mejorar la comunicación, planeando el tiempo, etc.

Bajo la corriente humanista, la forma de impartir la educación a los padres se ha llevado a cabo mediante técnicas y métodos basados en los diferentes modelos ya mencionados, sobre todo en el modelo social, en el cual se pretende que los padres logren una autonomía plena y una mayor flexibilidad. Se le da gran importancia a la autocritica y la toma de decisiones. La metodología va desde la realización de talleres, cursos dirigidos, lecturas de libros, guías, proyecciones de video, conferencias, etc.

A continuación haremos mención de algunos trabajos realizados bajo el modelo humanista.

El libro titulado *Padres Eficaz y Técnicamente Preparados (PET)* del Dr. Gordon (1978), reporta un estudio que se llevó a cabo en Estados Unidos, aproximadamente en los años 70's en el cual se realizaron entrevistas de primera instancia, y posteriormente se llevaron a cabo los talleres con el objeto de enseñar a los padres a educar a sus hijos para que sean libres y responsables. Los resultados de estos talleres fueron publicados en dos libros de los cuales el primero menciona los principios básicos de cómo educar; mientras que el segundo libro es la respuesta a las dudas y vivencias de los padres que llevaron a la práctica dicho método.

El Dr. Gordon considera que éste método no ha sido estático, sino que ha tenido cambios y mejoras ya que se ha retroalimentado con los mismos padres sobre sus éxitos y dificultades acerca de su aplicación.

Los temas que abarca son: la comunicación efectiva (saber escuchar, escuchar activamente), solución de problemas (nadie pierde), identificación y manejo de los sentimientos y valores (la magia de: te escucho)

Otro libro basado en la corriente humanista, fue escrito por el Dr. Richard C. Robertiello (1993) titulado "Abrázalos estrechamente y después déjalos ir". Esta guía proporciona una visión general de los conceptos centrales que el autor maneja acerca de la educación de los hijos como son: el respeto a la individualidad, autenticidad, fomentar la independencia y seguridad, que los padres utilicen la intuición y no se dejen llevar por "recetas" que dan algunos autores. Hace hincapié en desarrollar el autoconocimiento como ser y, como resultado, el de su hijo. Para él es importante la educación infantil en el desarrollo de una independencia psicológica.

Igualmente importante es el libro titulado "Cómo criar hijos con actitudes positivas en un mundo negativo" de Ziglar (1994). Este autor ha dado conferencias respecto al tema presentado en su obra. Él está convencido de que el ser positivo es una gran ventaja y esta actitud ayuda a realizar nuestros objetivos y principalmente en la educación de los hijos. Ziglar menciona dos principios fundamentales a saber: a) "uno es como es y está donde está por lo que tiene en la mente". Dicho de otra manera, nuestra forma de pensar afecta nuestro comportamiento. b) "La vida no es fácil; de hecho es difícil". Dice el autor, si uno es exigente consigo mismo, la vida será más fácil; para él significa que adquirir el dominio de sí mismo no es fácil y hasta a veces es doloroso,

pero aprender a auto conocerse y auto dominarse significa tener las bases para el éxito en un mundo difícil. Así mismo hace hincapié en que si la información es positiva, el resultado será positivo en todos los aspectos y viceversa. También afirma que estos principios se aplican en las áreas de la comunicación con la familia, en la sexualidad, en la perseverancia, en la disciplina, en la enseñanza de valores (honradez, responsabilidad, etc) y sobre todo en el amor verdadero hacia sí mismo.

Marina David (1997), en su libro ‘Saber amar’ invita a los padres a reflexionar sobre la capacidad de amar y sobre la manera en que están educando a sus hijos. Menciona que en México uno de los principales problemas es la educación, pero en el sentido amplio de educar, que es ‘conducir hacia la plenitud, guiar hacia la felicidad, a lograr el total desarrollo de la persona’ (David, 1997, p. 4).

Para la autora la educación es el deber ‘ser’ en el servicio del amor, es decir que el amor es la base de la civilización, pero además la comprensión del ser humano. Y es muy importante el papel de la familia ya que ésta es en donde se aprende a dar amor. Este libro es una guía para los padres basada en consejos para que se responsabilicen de la educación de sus hijos.

Un ejemplo de los consejos que da la autora dice: ‘La verdadera disciplina está en la sobriedad de la vida, en la unidad entre el pensar, el decir y el obrar, y sobre todo está en la constancia. La verdadera disciplina consiste en conducir al chico a que adquiera esa disciplina, no manipulándolo, sino convenciéndolo de que ésta es la que logra campeones en los deportes, en las ciencias, en la vida, y <sabes una cosa, hijo, por medio de la disciplina alcanzas aquello que te has propuesto, realizas los planes, llegas al lugar que te has fijado, es el vehículo ideal pero por ser tan valioso cuesta mucho>’ (David, 1997. p. 128).

Como este consejo, en el libro se encuentran 203 más en total, que son muy útiles para los padres que buscan orientación; pero la autora hace hincapié que no basta leerlos, sino llevarlos a la práctica teniendo en cuenta que cada ser humano es diferente y que estos consejos deben de adaptarlos a su situación en particular.

Otro material lo presenta la casa editorial Selector, la cual tiene una colección llamada Familia, que consta de una serie de libros de diferentes temas bajo título como:

- ↓ Consejos obligados para padres.
- ↓ Cómo hablar de autoestima.
- ↓ Cómo hablar de sexo a los niños.
- ↓ De padres a hijos
- ↓ Hacer la tarea
- ↓ Cómo lograr que sus hijos triunfen en la escuela.

En este último libro (Popkins y Cols. 2001) encontramos que es teórico y práctico, presenta explicaciones y razones de lo que los padres pueden y deben de hacer, y al final de cada sesión se presentan hojas de auto evaluación. Los temas que presenta esta obra están relacionados al aprendizaje de los niños, dando sugerencias de cómo los padres pueden ayudarlos y apoyarlos, por ejemplo, en los hábitos de aprendizaje. El autor hace hincapié en que cada niño es diferente y lo que se tiene que hacer como padre es observarlo y conocerlo para poder ayudarlo, específicamente en el aprendizaje escolar.

Uno de los principales consejos que da, y que reitera de manera constante es que los padres estén en continua relación con la escuela, así obtendrán información de cómo apoyar a sus hijos; y de igual importancia es que establezcan un hogar adecuado donde los niños encuentren amor, motivación, buena nutrición, límites, comunicación, y que se les dedique tiempo haciéndolos sentir importantes.

Este libro resulta ser muy interesante y motivante porque se presenta en forma teórica y práctica, para que los padres puedan ir reflexionando y auto evaluándose en su aprendizaje. Popkins menciona que el niño es un ser individual con capacidades que desarrolla con ayuda de sus padres. Además, los padres son el ejemplo (modelo) para sus niños y por eso deben de cuidar su lenguaje, sus actitudes, sus críticas, etc. les enseña a ser coherentes entre lo que enseñan y lo que hacen.

María de Jesús González (1999), elaboró un material de cuentos para que los padres trabajen con él, y también otro libro de trabajo para el niño. Estos libros están dirigidos a los padres de familia y maestros de niños entre 3 y 11

años de edad. En el libro se encuentran fundamentalmente cuentos, rimas, canciones y algunas dinámicas para que los niños aprendan más fácilmente actitudes positivas. Lo que se pretende resaltar es ejercitar el espíritu crítico y de reflexión de los niños, trabajando en la toma de decisiones, usar su inteligencia en lugar de la fuerza, y aceptar y comprender a los demás como son. Todo esto es con el fin de darle un nuevo sentido de ver y vivir la vida. La autora dice. “démosles la oportunidad de verse así mismos y a los demás como seres humanos capaces de armonizar y de entenderse cuando se tiene el conocimiento y la voluntad para hacerlo”.

Este material se utiliza en los talleres de escuelas para padres del Instituto para el Desarrollo de los Atributos Personales (IDAP). Algunos de los temas que se presentan son: El uso de la inteligencia y la fuerza; El orden; Cómo decir que no; Cómo ganar amigos; Cómo escuchar correctamente, etc.

Por otra parte, el Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población (IMIFAP) ha llevado a cabo diversas investigaciones en el área de educación para la salud, la sexualidad y la vida familiar. Con base a los resultados se han desarrollado programas y materiales dirigidos a grupos de diferentes edades.

En este instituto, en 1995 se presentó un programa inicial llamado “Planeando tu vida” diseñado por Susan Pick y Cols., que han dado pautas para elaborar otros programas dirigidos a padres de niños pequeños hasta adolescentes. Otro programa se tituló “Yo mi familia y mi medio ambiente”, dirigido a niños de preescolar y primaria: Este programa presenta una fase de capacitación y supervisión para los maestros y un curso para los padres de familia. Finalmente, se desarrolló un programa final llamado “Yo quiero, Yo puedo”, el cual contiene 14 temas:

- Me conozco y me quiero.
- Mi sexualidad
- Mi familia y mis amigos.
- Pertenezco a una comunidad.
- En qué nos parecemos y en qué somos diferentes los hombres y las mujeres.
- Observo, escucho y me comunico.
- Expreso mis sentimientos.

- Soy responsable.
- Me organizo y soy productivo.
- Me cuido.
- Me alimento sanamente.
- Crezco y dejo crecer.
- Cuido mi ambiente
- Me divierto y aprendo.

Con la intención de apoyar a los niños en este programa, se desarrolló paralelamente un curso taller para los padres de familia “Aprendiendo a ser papá y mamá” (Pick, S. 1995). Los contenidos de este programa abarcan las mismas áreas del programa “Yo quiero, yo puedo” y el objetivo principal es darle elementos a los padres para que manejen las dudas y los conflictos propios en cada edad de los niños. Sus objetivos generales son el de favorecer que los padres comprendan y valoren el papel que desempeñan, y que conozcan pautas generales que apoyen el desarrollo integral de cada miembro de la familia.

El libro ‘Los 7 hábitos de las familias altamente efectivas’ de Covey (1998) hace referencia a 7 ‘valores’ que de acuerdo al autor todo ser humano tiene y que además los ha aplicado en su vida. Menciona que estos valores los ordenó de una forma eficaz y el éxito radica en utilizarlos sistemáticamente y cada valor sea un hábito en nuestra vida diarias. Pueden aplicarse en el ámbito organizacional, educacional y familiar y, sus resultados son efectivos.

Covey menciona que la familia es primero y lo que realmente importa, por lo tanto necesita de tiempo, planeación, pensamiento y prioridades. Realizó este libro con tres objetivos: Primero: que las familias tengan y desarrollen un “enunciado de misión familiar”, lo que significa que identifiquen su destino, los lineamientos a seguir dependen de los valores que poseen. El segundo propósito es mostrar el cómo, es decir la manera de llegar a la meta sin importar la situación. El marco de los siete hábitos es una manera muy útil para ayudar a diagnosticar cada caso y crear un cambio positivo de dentro hacia fuera. El tercer objetivo es reconocer y desarrollar los cuatro dones (Autoconciencia, Conciencia, Voluntad independiente e Imaginación) que cada uno posee y que le permiten convertirse en un agente de cambio que ayudará a la familia en el camino correcto mientras se dirige a su destino.

Los 7 hábitos como los interpreta Covey son:

Hábito 1. Ser Proactivo. Las familias y sus miembros son responsables de sus elecciones y tienen la libertad de elegir con base en principios y valores en vez de en estados de ánimo y condiciones. Desarrollan y usan sus cuatro dotes humanos únicos: autoconciencia, conciencia, imaginación y voluntad independiente, y toman un enfoque de dentro hacia fuera para crear el cambio, Eligen no ser víctimas, no ser reactivos, no culpar a otros.

Hábito 2. Comenzar con el fin en la mente. Las familias forjan su propio futuro creando una visión mental y un propósito para cualquier proyecto, ya sea pequeño o grande. No viven día a día sin un propósito claro en la mente, la forma mental es un enunciado de misión matrimonial o familiar.

Hábito 3. Poner primero lo primero. Las familias se organizan y se desempeñan alrededor de sus prioridades más importantes como se expresan en sus enunciados de misión personal, matrimonial y familiar. Tienen tiempos semanales familiares y tiempos de acercamiento uno a uno. Están impulsadas por un propósito, no por las agendas o las fuerzas que las rodean.

Hábito 4. Pensar ‘ganar – ganar’. Los miembros de la familia piensan en términos de beneficio mutuo. Fomentan el respeto y el apoyo mutuo. Piensan independientemente ‘nosotros’ no ‘yo’ y desarrollan acuerdos ganar – ganar. No piensan egoístamente (ganar – perder), o como mártires (perder – ganar).

Hábito 5. Buscar primero entender... luego ser entendido. Los miembros de la familia buscan primero escuchar con la intención de entender los pensamientos y sentimientos de los demás. Luego buscan comunicar efectivamente sus propios pensamientos y sentimientos. A través de entender, construyen relaciones profundas de confianza y amor. Dan retroalimentación útil. No retienen la retroalimentación, no buscan primero ser entendidos.

Hábito 6. Sinergizar. Los miembros de la familia prosperan sobre fortalezas individuales y familiares, por medio de respetar y valorar las diferencias de los demás, todo el proceso se vuelve más grande que la suma de sus partes. Crean una cultura mutua de solución de problemas y aprovechamiento de oportunidades. Fomentan un espíritu familiar de amor, aprendizaje y contribución. No buscan un arreglo ( $1 + 1 = 1 \frac{1}{2}$ ) o simplemente cooperación ( $1 + 1 = 2$ ), sino por la cooperación creativa ( $1 + 1 = 3...o más$ ).

Hábito 7. Afilar la sierra. La familia aumenta su efectividad a través de renovación regular personal y familiar en las cuatro áreas básicas de la vida física social/emocional espiritual y mental. Establecen tradiciones que nutren el espíritu de la renovación familiar.

Con el planteamiento de la utilización de estos 7 hábitos, el autor hace referencia que cada familia puede resolver sus problemas muy particulares sin ayuda externa, ya que cada una es y tiene características y metas muy diferentes a otras, y lo que puede ayudar a unas puede no funcionar para otras. Es por ello que trata de que cada familia sea independiente, asertiva, responsable en cuanto a la toma de decisiones como grupo, basada en valores particulares. Así entonces, no están en espera de “recetas de educación” ni dependiendo de otros para conducirse.

La enseñanza de la utilización de los 7 hábitos, se lleva a cabo a través de programas conducidos y talleres abiertos. Este método se ha difundido en más de 40 países. Además se han implementado materiales de apoyo como son cintas de audio, libros y software de computadora que permiten utilizar efectivamente los conceptos y las habilidades.

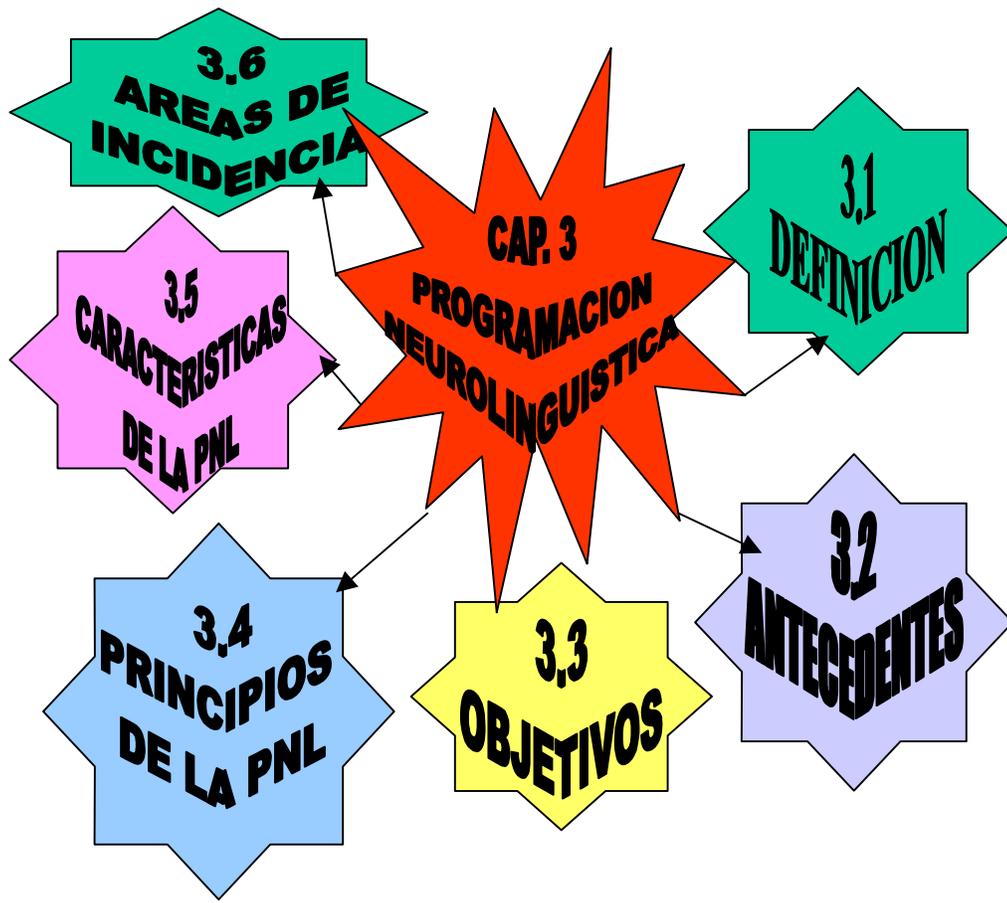
Todos los materiales anteriormente descritos están dirigidos a los padres de familia para que ellos reciban una orientación de los diferentes temas que abarcan en la educación infantil. Todos ellos son útiles si se toman precisamente como una orientación general para que incorporen y adapten a sus vidas únicamente lo que ellos consideren importantes en su experiencia particular como familia y como seres individuales.

Si bien es cierto que el tema de la educación de los niños es muy importante, también es cierto que la educación para padres es un tema controversial ya que algunos autores mencionan que los padres no necesitan de una educación, basta con que se dejen guiar por su sentido común, mientras que para otros autores es importante que los padres reciban una educación, ya que señalan que muchos de los problemas sociales en la actualidad son producto de una inadecuada educación familiar.

En cuanto a lo anterior, consideramos que los padres necesitan recibir información sobre la educación de sus hijos, pero ésta no basta, también

necesitan una formación en donde hagan conciente su papel como padres, pero basado en el auto conocimiento y en la auto aceptación de su ser en total.. Esto desde luego implica la responsabilidad del uso de sus capacidades para la formación que ellos esperan de sus hijos.

Una técnica derivada de la corriente humanista que ofrece alternativas para el desarrollo del ser y que consideramos un modelo que los padres, en este caso particular y cualquier persona en general que desee cambios rápidos y positivos es la que se ha llamado Programación Neurolingüística, misma que revisaremos en los siguientes tres capítulos: en el primero se llevará a cabo la revisión teórica para dar a conocer lo qué es y las bases que la sustentan. En el segundo apartado se hará mención de las aportaciones que este modelo ha hecho a la educación, es decir la manera en cómo la concibe, la forma de trabajar en ella y por supuesto lo que ha generado desde este punto de vista. En el último capítulo mencionaremos las técnicas específicas que proponemos como modelo de intervención para cumplir nuestro objetivo.



## CAPÍTULO 3.

### POGRAMACION NEUROLINGÜÍSTICA

En los capítulos anteriores mencionamos que un padre de familia no necesita de recetas para educar a sus hijos, sino hacer consciente su papel de padre, lo que significa que debe primero conocerse así mismo, aceptarse y saber lo que quiere y a donde quiere llegar. En este caso la PNL es la alternativa de cambio que proponemos para que los padres desarrollen sus potencialidades en todas y cada una de las facetas de su vida y principalmente en la familiar. Específicamente donde hay un niño que presenta problemas escolares, consideramos que este método ofrece un conjunto de herramientas y técnicas que les permitirán a los padres utilizarlas y al mismo tiempo servir de modelo para que sus hijos las aprendan y las apliquen en su vida cotidiana superando de esta manera sus problemas escolares y al mismo tiempo formándose para una vida exitosa.

Las ventajas de este modelo son:

- ¬ Los resultados se ven a corto plazo.
- ¬ Su aplicación ha alcanzado casi todas las áreas, de la actividad humana, deportes, negocios, salud, familia, etc.
- ¬ Respeto la individualidad permitiendo libertad de elección y decisión haciendo uso de la responsabilidad.

Para entender que es la PNL y cómo se aplica mencionaremos su definición, así como, sus antecedentes, sus fundamentos teóricos (principios), sus objetivos y aplicaciones y por último sus características.

#### **3.1. Definición.**

La Programación Neurolingüística (PNL) es un método que enseña una serie de estrategias que permiten al ser humano desarrollar todas sus capacidades: resolver problemas, plantear objetivos, modelar conductas y creencias, tener una comunicación eficiente con nosotros mismos y con el exterior, poder influir en los procesos mentales mediante el lenguaje verbal, corporal y gestual, tener un control sobre las propias emociones, administrar y desarrollar los recursos intelectuales, capacidades, habilidades y destrezas en forma breve, duradera y precisa bajo ciertos principios sencillos que respetan la

libertad e individualidad humana. Concretamente es la ciencia de la excelencia personal, la ciencia de cómo se logra el éxito.

Los diferentes autores revisados dan sus propias definiciones de lo que es para ellos la PNL; y así encontramos palabras diferentes y sinónimos que emplean cada uno de ellos. Estas definiciones incluyen lo siguiente:

- ⊖ El estudio de la experiencia subjetiva (Mc Dermott, 1999).
- ⊖ Una actitud que es una curiosidad insaciable sobre el ser humano (Bandler, 1985)
- ⊖ El estudio de la estructura de la subjetividad (O'Connor y Mc Dermott 1997).
- ⊖ Software para el cerebro y/o programa personal (O'Connor, 1995).
- ⊖ Una nueva ciencia de la realización (Porcel, 2000).
- ⊖ La capacidad de dar lo mejor de sí con mayor frecuencia (Harris 1999).
- ⊖ El arte y la ciencia de la excelencia personal (O'Connor, 1995 y Forner, 2002).
- ⊖ Técnica del desarrollo personal (Schwarz y Schweppe, 2001).

La mayoría de los autores se refieren a la PNL como: modelo, técnica, programa, disciplina, método.

Por las características de esta disciplina (crecimiento constante y el respeto del mapa mental de cada persona) todas las definiciones son válidas puesto que cada autor la define según su percepción.

Los fundadores de la PNL le llaman al modelo de esta manera por contener tres componentes:

La palabra “Neuro” expresa la idea fundamental de que todo comportamiento proviene de nuestros procesos neurológicos de visión, oídos, olfato, tacto, gusto y sentimiento (parte emocional). Nos relacionamos con el mundo a través de los cinco sentidos, y le damos “sentido” a la información y actuamos de acuerdo a ello. Nuestra neurología cubre los procesos invisibles del pensamiento, así como nuestras reacciones fisiológicas visibles frente a las ideas y acontecimientos. Cuerpo y cerebro forman una unidad indivisible.

La PNL ha basado su sistema en un modelo de comunicación que permite interpretar las señales provenientes de las diferentes zonas del cerebro e integrarlos de forma global que ayude a ampliar los modelos, a cambiar las estrategias, y en general a agudizar la capacidad perceptual, enriqueciendo los modelos del mundo de cada persona. También ha creado estrategias para que las distintas áreas del cerebro establezcan una mejor comunicación y las personas desarrollen sus capacidades, generando estados de congruencia entre pensamientos, sentimientos y acción.

La palabra “Lingüística” indica que usamos el lenguaje para ordenar nuestros pensamientos y conducta, así como para comunicarnos con los demás y con nosotros mismos, es decir “nuestro diálogo interior”.

La PNL considera que el ser humano es comunicativo por excelencia usando los diversos canales de comunicación que son los órganos de los sentidos. La voz, los gestos, la postura, la escritura, los colores, los gustos, los ruidos, los sueños, etc. son lenguajes específicos que una persona elabora para comunicar su mundo interior. Para comunicarse al mundo exterior utiliza la palabra. Para la PNL tiene mayor importancia el “cómo se dice” más que “lo que se dice”.

La palabra “Programación” se refiere en la PNL a la forma que elegimos para organizar nuestras ideas o pensamientos con el propósito de producir resultados. Investigar cómo se estructura nuestro pensamiento, sentimiento o conducta es averiguar de qué modo lo hemos programado (Forner, 2002).

De la teoría de la informática, la PNL retoma sus principios mencionando que en las computadoras el Hardware, son los circuitos físicos, y el software son las instrucciones de cómo procesar la información, y se produce el 100% de eficacia cuando ambos componentes son totalmente correctos. En el cerebro del

ser humano el hardware está constituido por los millones de células nerviosas y las redes neuronales, las cuales son el soporte fisiológico de la mente; y el software está formado por los innumerables programas adquiridos gracias a las experiencias pasadas, las cuales determinan como va a ser usado ese conglomerado de redes neuronales. Entonces cuando realizamos una actividad y el resultado no es el que esperábamos, debemos analizar lo que hicimos para mejorar nuestras acciones subsiguientes; es decir reprogramar nuestro cerebro proporcionándole la información de manera sistemática, precisa y coherente. Por consiguiente ser exitoso es algo que se aprende utilizando los programas adecuados a nuestro cerebro.

### **3.2. Antecedentes.**

A principios de los años 70's, el estudiante de psicología de la Universidad de Santa Cruz en California, Richard Bandler; y el profesor de Lingüística en la misma universidad, John Grinder, originaron un trabajo de investigación, que al cabo de un corto tiempo los llevaría al desarrollo inicial de la Programación Neurolingüística (PNL), como se le llamó posteriormente. Su objetivo inicial era tan sólo el estudio sistémico de las técnicas que utilizaban con tanto éxito algunos terapeutas famosos como: Virginia Satir (extraordinaria terapeuta familiar), Milton Erickson (hipnoterapeuta mundialmente conocido) y Fritz Perls (creador de la terapia de la Gestalt). Concluyeron que a pesar de que los psiquiatras tenían personalidades muy diferentes, los tres empleaban patrones muy similares en lo fundamental. La intención de Bandler y Grinder era identificar los patrones terapéuticos empleados exitosamente por los mejores psiquiatras y divulgarlos, sin embargo el resultado fue el inicio de una nueva escuela de terapia (O' Connor, 1995). Fundamentalmente elaboraron modelos que funcionaban en la práctica y que podían enseñarse a otras personas, con la finalidad de repetir los resultados brillantes.

El fácil y rápido aprendizaje de la nueva técnica permitió que en muy poco tiempo proliferaran profesionales que se dedicaran por completo al estudio y aplicación de la misma. Comenzaron a expandirse centros de formación de PNL y a crearse distintas ramas o especializaciones; Estados Unidos se inundó con las nuevas aportaciones que iban dando los nuevos integrantes de la creciente PNL.

Así, comenzaron a interesarse por el perfeccionamiento personal, la creatividad y la comunicación; la base fundamental de la mayoría de las actividades era la curiosidad. Entonces, nace la búsqueda de la excelencia humana y el concepto fundamental del modelado. Modelar es llegar a saber qué tipos de procesos internos (pensamientos, imágenes, sentimientos y valores) desarrolla el individuo para llegar a determinado resultado. Al respecto Porcel (2000), menciona que se trata de “procesos complejos” que incluyen diferentes niveles lingüísticos, conceptuales y emocionales, con éstos podrá aprender cualquier persona a desarrollar habilidades útiles.

La PNL surge como un método altamente eficaz proporcionando herramientas y técnicas efectivas que se van desarrollando, cambiando y evolucionando para mejorar y avanzar en sus objetivos, mismos que mencionaremos a continuación:

### **3.3. Objetivos:**

La PNL ha ido evolucionando en cuanto a estrategias, modelos, técnicas, y también en su objetivo. En sus inicios el objetivo principal era el analizar la manera en que tres terapeutas sobresalientes de esa época impartían sus terapias exitosamente y así Bandler y Grinder podían modelar el éxito en otros profesionales. Conforme se ha desarrollado este modelo, también ha ido cambiando su objetivo, siendo el principal, lograr la excelencia personal en diferentes áreas, a partir del modelado. Así para los diferentes autores revisados el objetivo sería:

- Incrementar las opciones y mejorar la calidad de vida, aumentando su libertad (O’ Connor y Seymour, 1995. Porcel, 2002).
- Ayudar al ser humano a conocer o utilizar de forma efectiva sus recursos, a reaprender quién es, y cómo puede hacer para mejorar su rendimiento en todos los campos (Forner, 2002. Sambrano, 2000).
- Ayudar a las personas a desenvolverse mejor en todo lo que hacen. Se concentra en el rendimiento basándose en una serie de puntos, algunos de los cuales son: Primero, una buena actuación se puede modelar (analizar) y transferir de una a otra. Segundo, un alto rendimiento requiere el desarrollo de cierta habilidades, pero también requiere el

desarrollo de los correspondientes estados físico y mental. Y tercero, los estados físico y mental se pueden descomponer en pequeños y diferentes elementos y modificarse para alcanzar los resultados deseados (Harris, 1999).

Lo que hace que la PNL cumpla con su objetivo y sea realmente efectiva es su capacidad para descomponer una conducta en elementos muy pequeños y tener en cuenta los procesos “internos” como los pensamientos y sentimientos, así como la conducta “externa”, cuando se ayuda a otras personas a aprender a aprender y evolucionar. Y para esto se basa en principios que sustentan el método. A continuación se analizarán cada uno de los principios que propone la PNL.

### 3.4. Principios de la PNL.

Las presuposiciones fundamentales de la PNL forman la epistemología básica a partir de la cual se construyen tanto la metodología como las técnicas. Ellas forman la filosofía existente detrás de todos los modelos, técnicas y distinciones de la PNL. Los supuestos básicos son principios que el terapeuta de PNL deberá tomar como preexistentes, y sólo así podrá aplicar las técnicas de esta disciplina con la convicción de que logrará resultados exitosos.

Estos principios son afirmaciones que no necesariamente deben ser “verdaderos” pero que se emplean como presunciones que influyen en gran medida la conducta y las respuestas de quienes utilizan la PNL. Al revisar la bibliografía, encontramos que no todos los autores mencionan el mismo número de principios, ni todos les dan el mismo título. A continuación presentaremos los principios que se encontraron en los principales exponentes de la PNL.

#### • *Primer principio: “El mapa no es el territorio”.*

Un mapa es la representación que cada uno hace de los sucesos que nos rodean, es decir que la percepción que se recibe se elabora de una manera particular para cada quien.

Construimos nuestros mapas personales a partir de los canales sensoriales que nos conectan con el mundo interior: visual, auditivo, kinestésico, olfativo y

gustativo (Álvarez,1996). Esto significa que cada uno de nosotros percibimos la realidad de diferente manera a partir de nuestras experiencias personales, pero esta realidad es una representación de la realidad, pero no la realidad misma; el mundo que llamamos real es la imagen interna que cada cual se forma del universo, es decir, que el mundo es siempre más rico que la idea que tenemos de él. Nosotros únicamente podemos hacer interpretaciones de aquello que nos sucede; recibimos la información, la organizamos, la consolidamos en nosotros y la representamos a través del comportamiento.

Un ejemplo de este principio lo citan Schwarz y Schweepe (2001 p. 10) ‘Carlos ve un lago y piensa en seguida en humedad, frío, ahogarse y el peligro de la profundidad. Tina ve el mismo lago y piensa en diversión, nadar, verano y descanso. ¿Ven verdaderamente el mismo lago?’. Los seres humanos tenemos distintos mapas o reproducciones interiorizadas del mundo, con los que nos conducimos dentro del mismo y los formamos de acuerdo a experiencias pasadas, creencias, sentimientos, etc. Pero ninguno de estos mapas constituye una representación completa del entorno.

La acción de la PNL sobre este principio es el cambiar los mapas, no la realidad (O’ Connor y McDermott, 1997). Es decir, que con la PNL se puede ayudar a las personas a cambiar sus mapas, si éstos lo entorpecen para que pueda desenvolverse mejor en su vida.

◦ ***Segundo principio: “El mejor mapa es aquel que muestra más caminos”***

Un mapa que sólo muestra un camino es bastante superfluo porque no existe posibilidad de elección. Cuánto más exacto es el mapa, más caminos muestra, con lo que hay más posibilidades de llegar a la meta. La flexibilidad es la clave del éxito por que aumenta más elecciones en el mapa. Cuantas más capacidades tenga una persona, tendrá más facilidad para obtener los resultados deseados, y así aumentar su adaptación, su flexibilidad y su creatividad.

Las dificultades personales en situaciones problemáticas son la consecuencia de la utilización de mapas mentales limitados por que se quieren resolver los problemas de una manera particular, sin contemplar que cada situación es diferente, por lo tanto requiere solucionarlo con comportamientos,

pensamientos y creencias diferentes. El problema radica en no disponer de variedad de alternativas para elegir.

O' Connor (1997) menciona que siempre debemos actuar para ampliar nuestro campo de elección y de esta manera se tendrá mayor influencia sobre cualquier interacción.

◦ ***Tercer principio: “Toda conducta tiene una intención positiva”***

Toda conducta, incluso la que parezca más negativa se hace con un propósito positivo. Esta es una suposición útil cuando se trata con otras personas porque permite contemplar los motivos de su comportamiento, analizar sus necesidades reales y, posiblemente, encontrar alternativas (Harris,C. (1999).

En la situación en la que se desarrolla una conducta, ésta tiene un efecto positivo. El siguiente ejemplo es muy representativo de este principio: Cuando una persona quiere dejar de fumar no toma en cuenta que este hábito de fumar tiene una intención positiva, y parece negativa por que no vemos su propósito.. El fumador tuvo alguna vez la experiencia de que un cigarrillo le provocaba relajación y le ayudaba a concentrarse. En este caso, la intención positiva consciente es esa relajación y el aumento de la concentración (Schwarz y Schweepe, 2001. p.20).

La PNL separa la intención o el propósito de una acción de la acción en sí. Buscar las intenciones positivas de una conducta nos facilita sustituirla por conductas más apropiadas.

◦ ***Cuarto principio: “Cada experiencia tiene una estructura”***

Cada experiencia está estructurada y los elementos que la componen son las percepciones a través de los sentidos. McDermott (1996), en su libro ‘PNL para la salud’, menciona que todo comportamiento proviene de nuestros procesos neurológicos de visión, audición, olfato, gusto, tacto y sentimiento y por medio de éstos nos relacionamos con el mundo dando respuestas.

Por lo general, tomamos como totalidad nuestros pensamientos, sentimientos y recuerdos, pero cada uno es una parte de las experiencias. La PNL propone que mediante un cambio en los elementos que la componen se puede modificar su efecto global. Por ejemplo, se hace uso de recuerdos agradables, para hacer agradables nuevas experiencias, para neutralizar experiencias desagradables o para despertar fuerzas internas (Schwarz y Schweppe, 2001).

◦ ***Quinto principio: “Tener elección es mejor que no tenerla”***

La PNL parte de la idea de que cualquier problema tiene solución. Evidentemente, no todas las soluciones que nos podemos imaginar se pueden llevar a cabo. Sin embargo, la aparente falta de solución de un problema no se halla en el problema, sino en los caminos que somos capaces de ver. En este sentido, O’ Connor (1997) opina que si aumentamos el campo de elección, es decir contemplar otros caminos para solucionar el problema, y junto con ello nuestra libertad emocional dispondremos de más y, quizá, mejores opciones.

Por ejemplo, un problema es como un muro que aparece ante nosotros en medio del camino. Mientras veamos ese muro como una barrera infranqueable no podremos encontrar ninguna solución. Se tiene que cambiar la percepción para poder imaginar soluciones y disponer de ellas.

◦ ***Sexto principio: “Toda persona cuenta con los recursos necesarios para conseguir los cambios que desea”***

Las personas poseen potencialmente, todos los recursos dentro de sí con los que puede actuar eficazmente. Los recursos se componen de la suma de los elementos que subyacen a las experiencias, es decir a las percepciones; y cada persona lleva consigo esos elementos de manera fija y acabada. Algunos ejemplos de recursos serían: la tolerancia, la seguridad, el amor el escuchar, etc. Sólo el hecho de que algunos recursos se usan muy raras veces, sirve de base para que algunos piensen que no posee esos recursos.

Lo que nos ofrece la PNL es aprender a activar los recursos que cada uno necesite o requiera en el momento y lugar deseado (Forner, 2002).

◦ ***Séptimo principio: ‘Si alguien puede desarrollar determinada habilidad o actitud, cualquiera puede hacerlo’***

Esto no significa que todos puedan ser atletas olímpicos, cirujanos plásticos, o artistas, simplemente significa que si alguien puede hacer algo, entonces, ‘potencialmente’ todos pueden hacerlo en circunstancias adecuadas”. sólo es cuestión de prepararse, de saber qué hacer, cómo hacerlo y por qué, ya que es un proceso largo (Harris, 1999).

Precisamente, este principio es uno de los núcleos de la PNL, el cual se refiere específicamente a modelar la excelencia humana averiguando los procesos mentales y emocionales que una persona desarrolle para conseguir lo que quiere. Como mencionan O’ Connor y McDermott (1997), que la creación de modelos eficaces conduce a la excelencia, puesto que si una persona es capaz de hacer algo, puede tomarse como modelo de ello y enseñarlo a otras personas.

◦ ***Octavo principio: ‘El cuerpo y la mente son un solo sistema’***

La mente y el cuerpo son interactivos y se influyen mutuamente. No se puede realizar un cambio en uno sin que el otro se vea afectado. Pérez (1995) sostiene que hay un mundo interno y otro externo susceptible de comunicarse y transformarse de modo consciente, por lo que hoy en día sabemos que cada pensamiento y cada sentimiento trae consigo cambios corporales. Pero también vale al revés, cada cambio corporal se refleja también en un cambio de los procesos mentales.

En la PNL estos conocimientos desempeñan un papel muy importante. Por un lado, mediante cambios de modelo de pensamiento se modifican problemas corporales. Por otro lado, mediante el control de parámetros corporales como por ejemplo la tensión muscular, se ejerce una influencia positiva en los sentimientos y en los pensamientos. Un ejemplo de esto último, sería que la postura corporal es el reflejo del estado anímico: una persona triste adopta una postura de encorvamiento, su caminar es lento y su tono de voz bajo; si le sugerimos que cambie su postura corporal y su tono de voz, seguramente estas acciones influirán para que también cambie su pensamiento y por lo tanto su estado anímico.

◦ ***Noveno principio: ‘El significado de toda comunicación se encuentra en el resultado’***

En la comunicación entre personas con mucha frecuencia se producen malentendidos, mientras uno piensa que ha explicado claramente una cosa (transmisión de la información), el otro habla como si no hubiese recibido el mensaje (en verdad no lo ha recibido). Y así se genera el malentendido (Schwarz y Schweepe, 2001). Un ejemplo de este principio, es la imagen del típico americano cuando viaja al extranjero; ante las miradas desconcertadas de los oriundos, se limita a repetir sus palabras mas des-pa-cio y más ALTO, con la vana esperanza de que así lo comprenderán.

El responsable de la interpretación del mensaje es, por lo tanto, el emisor. Así, el comunicador puede tener una determinada intención, y sin embargo, obtener una respuesta de su interlocutor diferente a lo que esperaba; la PNL nos dice que tenemos que cuestionarnos la pertinencia de los mensajes emitidos tanto a nivel de los contenidos significativos como de sus modos de expresión. Con esto obtendremos una comunicación más eficiente; es decir, que es la percepción del receptor lo que determina la efectividad de una interacción y no la intención del emisor.

◦ ***Décimo principio: ‘No existen los fracasos sino sólo son Mensajes de respuesta’***

El término ‘Fracaso’ es sólo una etiqueta verbal, un rótulo de nuestro mapa lingüístico que a menudo utilizamos para auto limitarnos (Álvarez, 1996). El camino hacia el resultado sólo se puede encontrar mientras siga habiendo mensajes de respuesta que indiquen que la dirección hacia la meta es la correcta porque posibilita al ser humano a obtener retroalimentación o información que le permita seguir adelante; en caso contrario también le permite analizar por qué sus resultados no son los que esperaba y así entonces cambiar de rumbo. Tratar las dificultades como obstáculos lleva a la pasividad, tratarlas como mensajes de respuesta, por el contrario, abre nuevas vías hacia la meta.

Si no se consigue lo que se desea, esto se puede utilizar como una información útil que sirva de ayuda en futuros intentos en vez de tomarlo como una derrota o como una evidencia de la propia incapacidad para conseguir lo que se propone.

⊖ ***Onceavo principio: ‘Si algo no funciona, intente otra cosa’***

Sorprendentemente, muchas personas son extremadamente insistentes en lo que hacen aunque evidentemente su conducta o respuesta no funcione en absoluto. Si se modifica la forma de hacer las cosas hasta obtener un resultado aspirado será más probable conseguirlo que si se persiste en mantener una conducta que no permite llegar al objetivo deseado. La flexibilidad es una clave para la efectividad. (Harris, 1999)

Con este principio la PNL ayuda a reconocer y modificar comportamientos antiguos e inefectivos para aquellas personas interesadas en mejorar sus relaciones personales, y propone que si lo que se hace no genera la respuesta que se busca, se debe de seguir haciendo cambios en la conducta hasta lograr la respuesta deseada.

Lo valioso de estos principios es que capacitan a las personas para que amplíen sus puntos de vista.. Al actuar “como si” las pre suposiciones fueran verdaderas, es sorprendente lo que se puede conseguir en nuestras relaciones con otras personas y con nosotros mismos. El carácter particular de la PNL es que a partir de los principios antes mencionados se crean estructuras, técnicas y modelos para conseguir la excelencia, es decir son la base fundamental de éste método y por lo tanto es importante conocerlos, pero sobre todo llevarlos a cabo para conseguir la efectividad de la PNL.

### **3.5. Características de la PNL.**

Hemos encontrado que, para que la PNL le funcione a una persona, debe ser practica, utilizando las estrategias que se sugieren para cada caso en particular; pero lo que distingue a la PNL de otras disciplinas no son sus técnicas propiamente dichas.

Con base en la bibliografía revisada, hemos podido distinguir las características específicas que distinguen a la PNL. Dichas características son:

⊖ *La PNL no es una ciencia, sino un modelo.*

La ciencia se ocupa de estudiar un fenómeno cualquiera para establecer una teoría “lógica” que permita explicar el “qué” o el “por qué” de dicho fenómeno. La PNL no se interesa en formular teorías que afirmen ser objetivamente verdad, por eso se dice que es un Modelo el cual no se centra en criterios de veracidad o falsedad, sino en los de utilidad o inutilidad.

Mientras que la ciencia se ocupa del “qué”, la PNL se ocupa del “cómo”; es decir, descubrir cómo hacemos lo que hacemos.

⊖ *Tiene un enfoque integral y sistémico.*

Es integral porque considera que todas las partes de una persona se relacionan entre sí, y que un cambio en una parte se refleja en las demás. Como mencionan O’ Connor y Seymour (1995) que es como un “holograma”, donde todas las partes de relacionan entre sí.

Y al mismo tiempo se considera sistémica porque trabaja con microdetalles. Para la PNL es importante descomponer una actitud en elementos muy pequeños tomando en cuenta los pensamientos y sentimientos, así como la conducta manifiesta con la finalidad de comprender y asimilar cada elemento y poder trabajarlo individualmente.

⊖ *Se basa en la competencia y en la formación de modelos.*

La PNL enseña cómo lograr el éxito, y esto es algo que se aprende y que por lo tanto también se puede enseñar. Centra su atención en la excelencia (habilidades y capacidades individuales), mostrando alternativas para obtener resultados satisfactorios. Las personas aprenden a identificar sus modelos y en caso de ser necesario, cambiarlos por otros más beneficiosos para él mismo.

⊖ *Se centra en los procesos mentales.*

La PNL considera importante la conducta, pero también es importante cómo los pensamientos influyen en el rendimiento de las personas. Así genera

estrategias para modificar los patrones mentales y por consiguiente mejorar la vida de las personas. A este respecto Carrión López (2001) menciona que no sólo son importantes los canales de percepción, sino es más importante enterarse de cuándo y cómo se utilizan y cuáles de ellos actúan y cómo lo hacen”.

⊗ *Los resultados que se obtienen al aplicar la PNL, son rápidos.*

La PNL sustenta que el cerebro trabaja y aprende rápidamente y que se pueden producir cambios a gran velocidad.

⊗ *Su enfoque es neutral.*

La PNL se considera un instrumento para conseguir la meta personal, pero no es una receta. Así entonces, hay diversidad en las aplicaciones dependiendo del profesional que asesore a la persona. La asesoría debe de adaptarse a las necesidades de la persona.

⊗ *Es respetuosa.*

La PNL busca que el ser humano aprenda a realizarse y tiene en cuenta su libertad, y así le ayuda comprender el modo en que estructura su experiencia. Es decir, que para la PNL es importante las necesidades y deseos de las personas y tiene en cuenta su punto de vista y situación, por lo que respeta lo que desea lograr.

⊗ *Trabaja con la mente consciente e inconsciente.*

En la PNL el estado de conciencia se reconoce como el conocimiento de uno mismo o de los elementos del propio entorno, es el darnos cuenta. El estado inconsciente es el que está fuera de nuestra conciencia.

La mente inconsciente tiene una poderosa influencia en nuestras actitudes y nuestra conducta, ya sea positiva o negativa de acuerdo a los resultados que se obtienen. La PNL integra dentro de su trabajo el proceso inconsciente/consciente (de dentro hacia fuera y de afuera hacia dentro) para lograr cambios a niveles profundos. Por ejemplo, cuando queremos enseñarle a alguien una habilidad que cree que no podrá desarrollar (mente consciente), entonces se

trabaja con las estructuras subjetivas como los pensamientos, sentimientos, creencias, etc. para que la persona incorpore los elementos y lleguen así a la mente inconsciente (la parte emocional). Un ejemplo de esto, es cuando queremos hacer algo, y hacemos otras cosas diferentes: El que fuma “sabe” que no lo debe hacer, pero lo sigue haciendo.

Todas las características antes mencionadas hacen que la PNL sea única, que se distinga de las demás disciplinas y que se siga desarrollando sin perder su esencia. Las personas que han trabajado PNL han contribuido a este desarrollo dándole su toque personal, porque esta disciplina tiene como cualidad la flexibilidad y gracias a esto sus áreas de incidencia se han ido ampliando, y las cuales mencionaremos a continuación.

### **3.6. Áreas de Incidencia.**

Por su carácter práctico la PNL ha desarrollado poderosos recursos a los que ha llamado estrategias, modelos o técnicas, todos ellos encaminados a alcanzar el objetivo de esta disciplina; a saber el desarrollo de la excelencia personal. Todas las estrategias toman como base el modelado y el aprendizaje. Al proporcionarnos conocimientos y herramientas útiles nos permiten alcanzar nuestras metas tanto en lo personal como en lo profesional.

Roseta Forner (2002, p. 11) menciona que las más importantes contribuciones de esta disciplina son necesarias “cómo usar y expandir nuestros sentidos, reconocer la magia del lenguaje, cambiar posiciones preceptuales, potenciar la creatividad, responder a las intenciones positivas, añadir niveles de percepción, descubrir el genio que llevamos dentro y, trabajar con nuestras creencias cambiándolas o redefiniéndolas”. Con lo anterior podemos afirmar que si alguna persona cree que no tiene el conocimiento ni los recursos para conseguir lo que desea, la PNL le ofrece la posibilidad de aprender las habilidades y pensamientos de otras personas competentes o destacadas y así conseguir la meta que se haya propuesto.

La manera en que se puede aplicar cualquier estrategia desarrollada en la PNL es mediante dos procesos importantes (Harris, 1999): Primero, tener conciencia de sí mismo, es decir el conocimiento de lo que se es capaz de hacer, de lo que se hace realmente y de los resultados de haberlo hecho, esto incluye la conducta, los pensamientos, sentimientos, creencias y valores. Y en

segundo lugar: el movimiento, este es el proceso de cambio y progreso, y consta de tres partes: estado actual en determinada situación; estado deseado, que son los objetivos; y la transición del estado actual al deseado mediante sus propias estrategias. Por lo tanto para conseguir el éxito se requiere conocerse a sí mismo, saber en qué lugar está actualmente, conocer lo que le gustaría conseguir y saber cómo hacerlo.

La PNL es una propuesta revolucionaria en múltiples aspectos del comportamiento humano, tanto que ha penetrado en la psicología del aprendizaje, en la psicoterapia, en la medicina, en el deporte de alta competencia, en las empresas y organizaciones, y en general en todas aquellas disciplinas que requiera el ser humano lograr la excelencia. Es por ello que O' Connor y Seymour(1995) afirman, que es el paso siguiente de la psicología y se le ha llamado nuevo paradigma del aprendizaje y nuevo lenguaje de la psicología.

A continuación mencionaremos de manera breve las áreas en que la PNL ha incursionado.

### *Psicoterapia.*

Precisamente, la PNL se originó como un modelo para psicoterapeutas. Lo que ofrece en esta área es dirigir a las personas hacia el logro de objetivos, con estrategias claras, precisas y eficientes, mejorar su autoestima y que sea capaz de resolver por sí solas las situaciones que se les presentan en la vida diaria. Algunos aspectos que se han trabajado son: desarrollo personal, cambio de hábitos, creatividad, equilibrio de las emociones, relaciones de pareja, fobias, depresiones, estrés, anorexia, bulimia, etc.

### *Salud.*

La PNL enseña a las personas a pasar de un estado de incongruencia a uno de congruencia o de salud. Se les ayuda a entender y hallar la "causa" de la enfermedad, a cambiar los efectos, a entender la intención positiva, es decir, el porqué de esa enfermedad. Se les ayuda a reparar la causa que originó tal padecimiento y desde ahí alcanzar un resultado de salud plena. Ejemplo de ello es el tratamiento de enfermedades psicosomáticas, refuerzo del sistema

inmunitario, control del dolor, mejorar la calidad de vida en enfermedades graves, etc.

### *Negocios.*

La PNL ha mostrado que la confianza es la base de la comunicación efectiva, porque la confianza motiva y ayuda a analizar o entender situaciones de manera más efectiva, logrando la persuasión y la comprensión del mundo del otro. Ejemplos de trabajo en esta área son: ventas, dirección, selección de personal, organización de las relaciones profesionales, liderazgo, hablar en público, la política.

### *Educación.*

El mejoramiento de la calidad del aprendizaje fue uno de los propósitos fundamentales que se planteó la PNL, de ella proviene que el aprender con placer es aprender con más eficacia. Bandler (1985, p. 115) hace referencia en que ‘la capacidad de aprendizaje se actualiza de verdad no cuando alguien lo inunda a uno con el contenido, sino cuando alguien puede enseñarles el mecanismo por el cual se puede lograr, es decir, las estructuras y las secuencias subjetivas imprescindibles para aprender’. La PNL entonces se centra en la experiencia subjetiva de los procesos mediante los cuales la gente aprende las cosas.

La PNL ha trabajado con docentes para eliminar paradigmas de enseñanza frustrantes que generaban alumnos llenos de miedo, de bloqueos, de limitaciones y baja autoestima. Estos producían problemas de aprendizaje, que la PNL considera que eran problemas de enseñanza. Algunos ejemplos de trabajos realizados en la educación son: ejercicios para disléxicos y personas con dificultades de aprendizaje en general, mejoramiento de la ortografía, hiperactividad, trastornos de atención, recursos pedagógicos, métodos de disciplina flexibles y efectivos, técnicas de estudio, incremento de la memorización, trabajo con profesores utilizando técnicas para lograr cambios rápidos en el rendimiento y en la motivación. Se centra básicamente en cómo aprender a aprender.

La Programación Neurolingüística ha demostrado su eficacia de sus técnicas aplicadas a las áreas antes mencionadas, de tal manera que su campo de acción está logrando nuevos alcances, generando nuevas estrategias y por supuesto, el desarrollo de la PNL en sí misma.

Las autoras pensamos que la PNL esta indicada para trabajar con personas que desean cambiar y mejorar algún aspecto de su vida que piensen que les obstaculiza su desarrollo personal. También creemos que para utilizar la PNL tenemos que hundirnos en ella, impregnarnos de sus principios y modelos, conocer su esencia y, sobre todo, ponerla en práctica en uno mismo, como primera instancia, y posteriormente enseñarla a otras personas que lo requieran, como son los padres de familia para mejorar la relación con sus hijos, ayudarlos y apoyarlos en sus actividades, mejorar su comunicación, elevar su autoestima, etc. Como el objetivo de este trabajo es brindar herramientas a los padres de familia para trabajar con sus hijos que presenten dificultades en su aprendizaje, en el siguiente apartado se mencionarán las aportaciones que la PNL ha hecho en cuanto al campo de la educación para comprender la manera en que la concibe y lo que ha generado con esta concepción. Posteriormente se analizarán las técnicas que se proponen para los padres de familia.



## CAPÍTULO 4.

### LA PNL EN LA EDUCACIÓN.

En el presente capítulo expondremos las aportaciones que la PNL puede hacer a los padres de familia en el trabajo con sus hijos que sufren problemas académicos. Consideramos necesario en primer lugar especificar algunos aspectos de la educación tradicional que de una u otra forma limitan el desarrollo de las capacidades de los niños, así mismo mencionaremos el concepto de aprendizaje que propone la PNL; posteriormente revisaremos algunos elementos que son importantes en la relación padre-hijo para el mejor aprovechamiento del aprendizaje.

#### 4.1. Educación: Enseñanza- Aprendizaje en la PNL

La palabra educación proviene del Latín: **ex**, que significa *hacia fuera*, y **ducere**, que significa *conducir, dirigir*. Entonces educar es *conducir hacia fuera, o sea acompaña el proceso mediante el cual una persona logra dar lo mejor de sí mismo, realizar sus capacidades, desarrollar sus potencialidades y talentos*.

Sin embargo en la práctica educativa actual la educación se da en sentido contrario es decir, consiste en meter información a quien intenta aprender, lo que conocemos como el sistema de la educación tradicional. (Gómez Pezuela, 2002).

La educación tradicional se centra en la adquisición de conocimientos, y esto es lo principal con que se mide el aprendizaje y la formación del alumno. El trabajo escolar se basa en un proceso memorístico, de transmisión de información, es secuencial, lineal o unilateral, carente de significado para el alumno, y la práctica educativa consiste en llenar de información al estudiante. De acuerdo a los cofundadores de la PNL, este sistema tradicional de educación da como resultado alumnos con miedo, con frustraciones, con bloqueos y limitaciones, y como consecuencia son catalogados como niños que tienen problemas para aprender, es decir con problemas de fracaso escolar. Bandler (1985) menciona que los maestros tradicionales sólo se limitan a ver los problemas de los niños, pero no analizan que cuando un niño presenta estas dificultades puede deberse a la manera en que ellos enseñan, por lo tanto pueden ser problemas de enseñanza ya que se limitan solamente a dar la

información sin tener en cuenta las particularidades de cada alumno, como son el ritmo para aprender, el modo con que aprenden, etc. En otras palabras, los maestros tienen la idea clara de que el aprendizaje es reunir conocimientos, con un entorno y comportamientos establecidos y “obligatorios”, como el permanecer sentado por cuatro o cinco horas, permanecer en silencio mirando el pizarrón y al profesor, etc.

Desde tiempos remotos, algunos filósofos como Sócrates, pensaban que el ser humano tenía una gran capacidad innata para aprender. Actualmente, y gracias a las investigaciones de la neurociencia se ha confirmado esta teoría, encontrando que el cerebro humano posee una capacidad extraordinaria para almacenar y desarrollar su potencial de aprendizaje. Con esta aportación, aunada al significado de la palabra educación, entre otras aportaciones, se ha desarrollado el nuevo paradigma educativo que tiene como base tres aspectos importantes los cuales son: **los valores humanos** (como principios universales) **el aprendizaje significativo** (proceso mediante el cual cada persona modifica su capacidad de respuesta ante el entorno) y **la nueva tecnología** educativa (la aplicación de técnicas al servicio de la realización plena de la persona).

La PNL ha desarrollado técnicas y herramientas para el desarrollo humano, mismas que se han utilizado exitosamente en el ámbito educativo, por lo cual analizaremos la educación desde esta perspectiva.

La educación es un proceso intencionado que tiene como propósito coadyuvar en el desarrollo armónico e integral del ser humano. Por lo tanto para Bandler (1985), uno de los creadores de la PNL, la capacidad de aprendizaje se actualiza cuando alguien puede enseñar el “mecanismo” por el cual se puede lograr; es decir, enseñar las estructuras y las secuencias subjetivas básicas para aprender. Desde este punto de vista, el aprendizaje es un fenómeno existencial que se produce por la experiencia única y personal, por lo tanto, el verdadero aprendizaje se produce por la experiencia de las estructuras subjetivas, es decir, cómo piensa la gente, cómo siente y cómo actúa.

Robert Dilts (1997), define el aprendizaje diciendo que cuando una persona aprende o piensa reúne componentes de imágenes, sonidos, texturas, olores y sabores; y cuando las ordena cambia su experiencia sensorial, a lo que en PNL se conoce como estrategia. El desarrollar y crear estrategias está basado en la importancia de aprender a aprender, porque cada ser humano es único y

cada uno posee diferentes métodos de aprendizaje, unos serán favorables en cuanto a resultados y otros no. Lo que intenta la PNL es enseñar los métodos que pueden ser eficaces para cada alumno en particular, y para cada situación. Entonces, a diferencia de la educación tradicional que se centra exclusivamente en llenar de información al alumno, la PNL propone que el aprendizaje, además de incluir memoria y comprensión de la información para llegar al conocimiento, también se debe centrar en enseñar cómo aprender; o sea, desarrollar estrategias de aprendizaje que los alumnos puedan utilizar, y que los docentes sean capaces de enseñar, y para ello deben conocerlas. Un ejemplo de técnicas desarrolladas bajo este modelo es el libro de Dilts y Epstein (1997) titulado “Aprendizaje Dinámico”, en el cual se explican técnicas específicas para mejorar la ortografía, la lectura, etc.

## 4.2. Etapas del Aprendizaje.

Otra de las aportaciones que la PNL hizo fue el establecer y utilizar las etapas del aprendizaje que consisten en (Sambrano, 2000):

- ) **Incompetencia inconsciente:**  
 Es ignorancia total. No sabemos que no sabemos.
- ) **Incompetencia Consciente:**  
 Se toma conciencia de la ignorancia, entonces, ya sabemos algo: Sabemos que no sabemos y esto nos permite comenzar.
- ) **Competencia Consciente:**  
 Estamos aprendiendo y aún no somos expertos, somos aprendices.
- ) **Competencia Inconsciente:**  
 Las cosas brotan de manera fluida y ya nos consideramos expertos

Con esta concepción de las etapas del aprendizaje, podemos decir que para aprender, los alumnos pasan por ellas, y no sólo para aprender los contenidos de la información, sino también el desarrollo de habilidades. Además con estas etapas podemos analizar nuestras habilidades con el fin de tener más opciones y más flexibilidad para usar las estrategias; también nos permite que de una manera consciente podamos desaprender y reaprender cuando nuestros métodos no nos están dando los resultados que esperamos.

Por lo tanto, la PNL ayuda a mejorar la calidad del aprendizaje, aprender con placer y con más eficacia, para mejorar el rendimiento en las diversas actividades que desarrollamos.

### **4.3. Niveles Neurológicos de Influencia en la Enseñanza-Aprendizaje**

Otra de las aportaciones de la PNL a la educación fue la adaptación que hicieron Robert Dilts y Epstein del modelo de Bateson sobre los niveles neurológicos, aplicados al aprendizaje; estos niveles son: el entorno, comportamientos, capacidades, creencias y valores, y por último la identidad.

Se llaman niveles neurológicos porque relacionan el nivel de procesamiento de percepción con el sistema nervioso. Todos estos niveles neurológicos están influenciados unos a otros entre sí y todos son importantes. Estos se basan en la concepción de que el individuo es un ser como un todo complejo, en el que la modificación de una de sus partes genera una transformación en el nivel global.

Para estos autores, el aprendizaje es un proceso que se da en múltiples niveles, es decir que no se produce en un único nivel, sino en varios y simultáneamente. Estos niveles neurológicos se deben de tener en cuenta en el proceso del aprendizaje, ya que cuando se presenta alguna dificultad para aprender, se puede identificar en qué nivel está el problema y así se puede intervenir para realizar el cambio deseado.

Cuando se presenta un cambio en un nivel superior de los niveles neurológicos siempre tendrá un efecto en los niveles inferiores y será más penetrante y duradero, pero no siempre un cambio en los niveles inferiores afectará a los superiores. (En el esquema No. 1 se presentan los niveles neurológicos que tienen influencia en el aprendizaje (tomado de Dilts y Epstein, 1997).

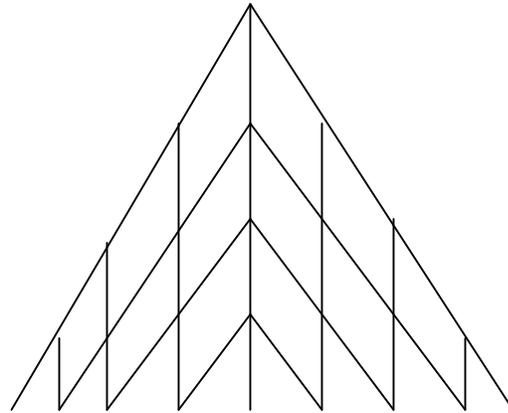
Identidad: ¿Quién?

Creencias, valores: ¿Por qué?

Capacidades: ¿Cómo?

Comportamiento: ¿Qué?

Entorno: ¿Dónde? Y ¿Cuándo?



Esquema No. 1. Niveles Neurológicos de Influencia

Consideramos importante explicar a qué se refiere cada uno de los niveles neurológicos para que así sea más fácil identificar el nivel en donde se encuentra el problema y que por lo tanto obstaculiza el aprendizaje.

**Entorno.** Todo lo externo a nosotros (condiciones climatológicas, comida, nivel de ruido, etc.), así como todas las personas con las que estamos en contacto (la sociedad). El entorno puede ser benéfico o limitante para el aprendizaje en general, y específicamente en los niños se debe de tener en cuenta este nivel, para proporcionarles un entorno adecuado y agradable que coadyuve al aprendizaje. Las preguntas para identificar este nivel son: ¿Cuándo y dónde?

Por ejemplo, en casa se debe de procurar un entorno agradable con buena iluminación, buena ventilación, armonía, tranquilidad, etc.

**Comportamiento:** Es la conducta que llevamos a cabo como una reacción a los estímulos de nuestro entorno. En el aprendizaje se refieren a hacer algo en relación con lo que se aprende. Identificamos este nivel con la pregunta ¿Qué?

**Capacidades:** Son un conjunto de comportamientos dirigidos a resolver un problema (comportamiento + habilidades + estrategias para resolver un problema = capacidades). Usamos la pregunta ¿Cómo? Para identificar este nivel.

Dilts y Epstein (1997), mencionan que en este nivel no se aprende acerca del contenido, sino acerca de las técnicas necesarias para aprender nuevos comportamientos. En este nivel podemos alterar o ajustar nuestros comportamientos a una amplia serie de situaciones externas.

**Valores y Creencias:** Son los mapas internos que empleamos para dar sentido a nuestro mundo ejerciendo gran influencia a nuestras conductas. Las creencias vienen de la educación, traumas del pasado, experiencias repetitivas y las que construimos a partir de nuestras experiencias en el mundo y con los demás. Las creencias pueden ser potencializadoras que estimulan las capacidades, y pueden ser limitantes que giran en torno al “no puedo”.

En el área del aprendizaje tienen que ver con la motivación y la autorización para aprender. Como dice O’Connor (1995) que es difícil aprender algo sin creer que será agradable y que será para nuestro provecho. Este nivel lo podemos identificar con la pregunta ¿Por qué?

**Identidad:** Tiene que ver con el sentido de quién soy Yo. La percepción que tenemos de nosotros mismos es la que va a determinar nuestras creencias, capacidades y conductas. La identidad está también relacionada fisiológicamente con el sistema inmunológico, el sistema endócrino y otras funciones que mantienen la vida a niveles muy profundos; esto significa que un cambio en la identidad puede corregir o afectar la fisiología de uno de manera casi mágica. Este nivel lo identificamos con el ¿Quién?.

#### **4.4. Elementos de la enseñanza-aprendizaje y su aplicación.**

Consideramos importante mencionar algunos elementos que intervienen en el proceso de enseñanza – aprendizaje, no sólo en el ambiente escolar, sino también en la casa cuando los niños estudian con sus padres. La PNL es muy clara al tomarlos en cuenta ya que favorecen el logro en el aprendizaje, además estos elementos son sugeridos por la Alianza Internacional para el Aprendizaje (IAL) (Gómez Pezuela, 2002). Los elementos que vamos a considerar y que explicaremos en este apartado son: El conocimiento acerca del cerebro, Estado emocional, La música, Inteligencia individual, Imaginación y sugestión, Cooperación, Objetivos claros, Ambiente del aprendizaje, Mapas mentales.



El hemisferio izquierdo (controlador):

- C ontrolador
- O rganiza el lado derecho del cuerpo
- N umérico
- T extual, verbal
- R egulador, normativo
- O rdenado, secuencial
- L iteral
- A nalítico
- D isciplinado
- O bjetivo, lineal
- R eglamentario, literal.

Se pretende que el niño utilice ambos hemisferios del cerebro y que aproveche las capacidades que tiene cada uno de ellos para mejorar su aprendizaje. Sin embargo, se sabe que en los actuales métodos de enseñanza se favorece solamente el desarrollo del hemisferio izquierdo.

Para estimular la enseñanza a través del hemisferio derecho se puede centrar en el desarrollo del pensamiento visual, la fantasía, el lenguaje evocativo, las metáforas, la manipulación de materiales, el aprendizaje multisensorial, entre otros. Se recomienda que se promueva la imaginación en los niños en lugar de cohibirlos y limitarlos (Chávez Rosas, 2002).

} La alimentación:

El cerebro se enriquece y funciona favorablemente con una adecuada alimentación, logrando con esto el máximo de aprendizaje. El cerebro necesita agua y descanso físico, pero también necesita de nutrientes como tiroxina, selenio, vitaminas B, fructuosa y ácidos grasos omega 3, entre otros (Kasuga, 1999). Estos elementos se encuentran en alimentos como el pescado, huevo, germen de trigo, nueces, etc. Es por esta razón que se recomienda de manera importante que se lleve a cabo una alimentación balanceada, sobre todo en los niños, para que su cerebro se alimente bien y pueda funcionar al 100%.

## } Descanso y ejercicio.

Otro aspecto de considerable importancia es el ejercicio físico y el descanso. El cerebro, al igual que otros órganos necesita descansar para reordenar circuitos, limpiar pensamientos inútiles y procesar eventos emocionales. (Chávez Rosas, 2002).

Se recomienda que los niños duerman 8 horas diarias, pues en caso contrario la habilidad para aprender se afecta al día siguiente. También es aconsejable que durante las horas de estudio se realicen series de 50 minutos de estudio con descansos de 12 minutos. (Ribeiro, 2000).

El ejercicio físico es un elemento de suma importancia ya que guarda una estrecha relación con el cerebro; el ejercicio estimula el crecimiento y el desarrollo del cerebro joven, y también previene el deterioro en cerebros ya viejos. Cada vez que hacemos movimientos de manera organizada se activa todo el cerebro y se produce la integración, y el aprendizaje se da de manera natural y espontánea. Así pues, en el libro de Gimnasia Cerebral (Ibarra, 2001) se presentan una serie de ejercicios muy fáciles de llevar a cabo y muy divertidos para los niños, además se explica que cada ejercicio tiene una finalidad como es: incrementar la lectura, escuchar y hablar mejor, mejorar la memoria, manejar el estrés y acelerar el aprendizaje, etc. Pero además se sugiere que los niños practiquen algún deporte de manera regular y constante, con ello proporcionarán oxigenación al cerebro entre otros beneficios.

***Estado emocional.*** El estado emocional influye de una manera importante en el aprendizaje, por ello es necesario propiciar un ambiente de bajo estrés, lleno de diversión y motivación. Si el ambiente que se le presenta al niño es de confianza, calidez y comprensión seguramente mejorará la calidad de su aprendizaje (Pezuela, 2002).

En varias ocasiones hemos escuchado decir que algunos niños se “bloquean” emocionalmente cuando van a exponer un tema, o cuando les preguntan un cuestionario, o bien cuando van a realizar un examen. Este bloqueo se refiere específicamente a que el niño estudió y aprendió pero que no contesta y se queda callado en una exposición sin saber qué decir. El miedo y la tensión nerviosa que en ese momento siente no permiten procesar la información que ya posee, y por lo tanto no puede demostrar que sí sabe.

En estos casos se sugiere que los padres traten de estructurar un ambiente agradable; es decir, que en el lugar físico donde los niños estudien haya buena iluminación, buena ventilación, pero sobre todo un ambiente sin estrés ni miedos. Para esto se recomienda que los padres aprendan a relajarse y al mismo tiempo que también se lo enseñen a sus hijos, pues mediante la relajación se eliminan tensiones corporales y mentales; y la mente está lista para estudiar y trabajar en lugar de angustiarse y desesperarse (Pezuela, 2002). Mediante la relajación se pretende obtener calma y serenidad. La relajación libera al organismo de tensiones innecesarias lo cual mejora el rendimiento y mantiene la salud física.

Hay gran cantidad de técnicas de relajación, y la que proponemos es una muy sencilla de aprender y de llevar a cabo. Se sugiere que se realice constantemente para lograr relajarse fácilmente. Seguramente, y lo más viable es que los padres requieran de una persona que les ayude a aprender esta técnica, para que después ellos lo puedan hacer solos. El siguiente método de relajación se tomo del libro ‘Superaprendizaje’ de Sambrano (2002, p 32).

#### *Técnica de relajación.*

*Colocarse en una posición cómoda, ya sea acostado o sentado, con la columna en posición recta, los ojos cerrados, si es posible con una música de fondo suave, y tratar de estar en un ambiente tranquilo.*

*Establezcamos una diferencia entre lo que es un cuerpo lleno de tensión y uno en completa relajación...*

*Tomemos aire, tensemos el cuerpo reteniendo aire...Exhalemos el aire, destensar y sentir de nuevo la relajación...*

*Hacemos esto tres veces, tomando todo el tiempo que sea necesario para ello.*

*Sintamos cómo fluye la sangre dentro de nuestro cuerpo, es el líquido de la vida...*

*Nos preparamos para una última vez, tomemos aire, hacemos mucha, mucha tensión, en la cara, en todo el cuerpo...*

*Sintamos como si estuviéramos afinando una cuerda de un instrumento musical...*

*Bien, muy bien. El aire circula por nuestro cuerpo, llenándolo de energía dulce, de relajación...*

*Ahora, suavemente, aflojamos, exhalando el aire, quedando totalmente cómodos.. en una posición en la que sentimos mucha tranquilidad...*

*Los pies ligeramente separados del cuerpo. Los dedos de la mano siguiendo la curvatura natural, con las palmas hacia arriba.*

*Movemos la cabeza de un lado a otro y la dejamos donde nos sintamos más cómodos.*

*Preparándonos para realizar un viaje hacia todo nuestro cuerpo.*

*Tomemos, por un momento conciencia de nuestra respiración. Esta se hace cada vez más lenta, más profunda, sin esfuerzo.*

*Sintamos cómo entra el aire, cómo circula por todo el cuerpo, llenándolo de salud.*

*Y ahora , observa cómo sale, llevándose consigo la tensión que había en nosotros.*

*Con la atención puesta en la respiración, seguimos tomando conciencia de nuestros pies, llevamos el aire hasta ahí.*

*Hacemos un movimiento interno de aflojamiento...*

*Sentimos la relajación en los pies, suaves...Eso es, muy bien...*

*Ahora pasamos a las pantorrillas. Sintamos cómo se destensa esta zona.*

*Damos una orden para que se relaje aún más...siempre se puede un poco más...*

*Que agradable es sentir pies y pantorrillas relajados, nuestra base de sustentación está recibiendo un descanso bien merecido...*

*Ahora llevamos el aire a los muslos y, con él, la relajación. Hacemos un movimiento interno de aflojamiento y rápidamente se relajan los muslos.*

*Tenemos las extremidades inferiores totalmente relajadas... Respiramos y sentimos... seguimos adelante... con el*

*aire de la respiración, se relajan también los muslos de la pelvis, los glúteos, los órganos sexuales.*

*Ahora toda la parte inferior de nuestro cuerpo se encuentra recibiendo la energía sublime de la relajación, mientras respiramos pausadamente...*

*Llegamos a la región de la cintura, el estómago y la parte media de la espalda; ahí sentimos un calor agradable, producto de la energía regeneradora y revitalizadora... descanso merecido... respiramos profundo y lo sentimos con mucha fuerza...*

*El pecho... la parte alta de la espalda... los hombros... ¡Maravilloso!*

*Ahora se relajan los hombros con una dulce energía tranquilizadora que llega con la respiración...*

*Desde los hombros va hacia los brazos, antebrazos y manos, hasta los dedos. Y podemos sentir en las yemas de los dedos, un agradable cosquilleo que proviene de la energía divina del descanso.*

*Seguimos respirando tranquilamente mientras se destensa el cuello, cada pequeño músculo se relaja... pausada... paulatinamente...*

*La cara... la boca... los labios... una ligera sonrisa se esboza en nuestros labios tranquilos, la lengua está ubicada en su lugar...*

*Todo está relajado... las mejillas... los ojos... los párpados... la frente... el entrecejo... liso como el de un bebé...*

*Se relaja el cuero cabelludo, mientras sentimos todo el cuerpo, todo, completamente relajado...*

*Revisamos todo el cuerpo... y con una respiración suave y sin esfuerzo, profunda y serena, sí en un lugar quedó algo de tensión, sencillamente, le enviamos un poco de aire y, al exhalarlo, sale con él lo que había de tensión...*

*Bien... muy bien... lo estamos haciendo bien...*

*Ahora, con todo el cuerpo, disfrutando de la sensación agradable de la felicidad de la relajación, seguimos respirando acompasadamente... tomemos una pausa para sentirlo...*

*Sentimos ahora cómo fluyen los pensamientos. Observamos cómo se desplazan tranquilos y serenos por el río de la conciencia. Como si fuera un arroyuelo cristalino y transparente...*

*Los pensamientos, como si fueran hojitas pequeñas que fluyen por esa corriente, van pasando, llegan y se van... así.. serenamente, dulcemente...*

*Estamos viajando, con todos los sentidos despiertos, con una armonía profunda que nos provee de una gran serenidad... En ese sitio del universo estamos.*

*Es el verdadero encuentro durante unos minutos... Nos sentimos vibrar con la naturaleza, con todo el universo.*

*Plenos de felicidad... descanso... y por sobre todo, mucha paz.*

*Es el silencio infinito de estar con nosotros mismos... Muy seguros de haber obtenido un descanso eficaz y con la certeza de que cada vez que deseemos encontrarnos con la energía de la relajación, podemos volver a ese lugar en donde todo es posible, nos disponemos, con mucha pausa, a reactivar el cuerpo, moviendo un poco los dedos de los pies, de las manos, despezándonos como cuando apenas estamos despertando de un sueño profundo...*

*Nos estiramos hacia un lado... hacia el otro... y cuando estemos listos, abrimos los ojos y nos incorporamos a las actividades de la vida con actitud positiva, con pasión por vivir y nuevas energías de acción.*

Esta técnica de relajación se puede usar directamente, constantemente. Se sugiere que se realice a un horario específico. Se puede grabar la voz con el texto de la relajación, y como ya se mencionó, usando una música suave como fondo.

**Música.** La música facilita el aprendizaje porque crea ligas emocionales y puede influir en el ritmo, el tono, el estado de ánimo y el nivel de energía (Gómez Pezuela, 2002).

Después de algunas investigaciones se detectó que hay movimientos como los llamados Largo, Grave y Larghetto, los cuales están compuestos por pulsaciones rítmicas entre 40 y 60 pulsaciones por minuto, que es la frecuencia que se ha demostrado que genera ondas alfa en el cerebro, lo cual favorece un estado de conciencia propicio para lograr un aprendizaje más eficaz y sin tensión (Sambrano, 2002).

A los papás se les recomienda escuchar la música a bajo volumen y cada 25 minutos aproximadamente cambiar de tipo de música con la finalidad de que el cerebro se active para el desempeño de las tareas y no se fatigue. Se sugiere que primero se realicen algunos ejercicios de respiración y relajación, y después iniciar la sesión de estudio escuchando música.

Guadalupe Gómez Pezuela (2002) recomienda algunos autores y melodías que pueden utilizarse ampliamente, como por ejemplo:

- X Música para pensar o estudiar:  
Bach, Concierto de Brandenburgo.  
Pachelbel, Canon en Re Menor.
  
- X Música para meditar y orar:  
Bach, Come Sweet Death  
Bach, Tocata y fuga
  
- X Música para relajación:  
Beethoven, Sinfonía núm. 6 (pastoral)  
Bach, Air con cuerda de Sol.
  
- X Música para centrar:  
Bach, Conciertos de Brandenburgo.  
Andel, Música acuático.
  
- X Música para contar historias.  
Bach, Conciertos de Brandenburgo (para leer información en voz alta)  
Beethoven, Sinfonía núm. 6 (pastoral).

- X Música para estimular la imaginación.  
Beethoven, Sinfonía núm. 6 (pastoral)  
Mozart, Pequeña serenata.
  
- X Música para estimular la creatividad:  
Respighi, Los pinos de Roma  
Mozart, Pequeña serenata (movimientos con niños).
  
- X Música para favorecer la energía o la motivación:  
Vivaldi, Las cuatro estaciones  
Andel, Música acuática.
  
- X Música para mitigar la depresión:  
Beethoven, Concierto para piano núm. 5: Emperador  
Mozart, Sinfonía de Hoffner núm. 35
  
- X Música para aumentar las ondas alfa y realizar el aprendizaje.  
Bach, Fantasía para órgano en Sol Mayor.  
Fantasía en Do Menor.  
Fantasía y fuga en Sol Mayor.
  
- Beethoven, Concierto núm. 5: Emperador.  
Concierto para violín.

Toda esta música recomendada puede utilizarse diariamente para las diferentes actividades que se realicen con los niños. Además existen discos y cassettes que cuentan con toda una colección de música específicamente, para aprender.

***Inteligencia individual.*** Según Howard Gardner, de la Universidad de Harvard (Ribeiro, 1997) el ser humano tiene siete maneras distintas de expresar su inteligencia, que están combinadas en diferentes grados en todas las personas.

Es importante respetar las diferencias individuales, fortalecer las limitaciones personales y el mayor número de inteligencias, esto permitirá una mayor confianza en sí mismo. Estas inteligencias son:

#### 4 Lingüística:

Facilidad de comunicarse mediante las palabras. Es la habilidad para leer y escribir, para utilizar bien las palabras. Los niños que son lingüísticamente inteligentes tienen buena memoria para lo que leen y escuchan y además les gustan los juegos de palabras. Los estudiantes que no han desarrollado su inteligencia lingüística pueden tener dificultad para aprender a usar estas técnicas y pueden sentirse inseguros e incapaces.

#### 4 Espacial:

Facilidad de comunicarse por medio de formas y de orientarse espacialmente. Los niños con esta inteligencia pueden recordar bien las cosas, cuando son puestas en forma de imágenes. Utilizan las imágenes mentales y las metáforas para aprender.

#### 4 Musical:

Facilidad de comunicarse mediante sonidos con ritmo. Las personas con inteligencia musical son muy sensibles ante el poder emotivo de la música. Sin embargo en nuestra sociedad con frecuencia no clasificamos la habilidad musical como inteligencia, sino que la consideramos ligeramente como una “destreza” o un “don”. Los niños que tienen inteligencia musical pueden reducir el estrés del aprendizaje integrando la música con otras áreas importantes. Pueden aprender fechas y otro material que se “debe memorizar” a través de ritmos.

#### 4 Corporal:

Facilidad de comunicarse por medio de gestos y expresiones corporales. Los niños cinéticamente inteligentes tienen buen control sobre su cuerpo y les gusta practicar los deportes, la danza, cualquier cosa que requiera coordinación y movimiento. Tienen un buen sentido del tiempo y son sumamente sensibles ante el medio ambiente físico. Estos niños aprenden mejor actuando, tocando, moviendo los objetos. Estos niños se estresan cuando los obligan a permanecer quietos durante mucho tiempo, cuando deben escuchar, sin participar físicamente.

#### 4 Matemática:

Facilidad de comunicarse por medio de números y del razonamiento lógico; es la capacidad para razonar o calcular. Los niños que han desarrollado bien su inteligencia lógica les gusta analizar y comprender lo que hace que sucedan las cosas. En el salón de clases se da énfasis al pensamiento deductivo.

#### 4 Interpersonal.

Facilidad de comunicarse con otras personas. Los niños con este tipo de inteligencia son muy sociables; tienden a formar parte de grupos, a comprender a otros niños, a comunicarse e incluso a manipular bastante bien a los demás. Disfrutan las actividades escolares que requieren compañeros o trabajo en equipo, mejor que las situaciones que les exigen actuar solos.

#### 4 Intrapersonal.

Facilidad de comunicarse con uno mismo. A esta inteligencia a menudo se le llama intuición y es la habilidad para hacer uso de la información almacenada en la mente subconsciente. Los niños con esta inteligencia son muy sensibles, se comprenden así mismos bien y se automotivan. Este tipo de personas desean ser diferentes, desean utilizar su autoconocimiento y desarrollar sus propios sentimientos. Les gusta tener un propósito en la vida y están concientes de sus propias fortalezas y de sus debilidades. En el salón de clases, estos estudiantes a menudo aprenden más rápidamente cuando se les permite llevar a cabo actividades de estudio independientes y tomara el control de su propio aprendizaje.

***Imaginación y Sugestión.*** Kasuga (1999) describe a la imaginación como una habilidad para crear imágenes internas, de ver y visualizar anticipadamente los resultados de planes y metas, y menciona que los genios han sido grandes visionarios que usaron su imaginación. Asimismo, Gómez Pezuela (2002), también menciona que una de las características de los genios ha sido la imaginación, por lo que recomienda trabajar mucho con la visualización, ya que fortalece la memoria y la creatividad.

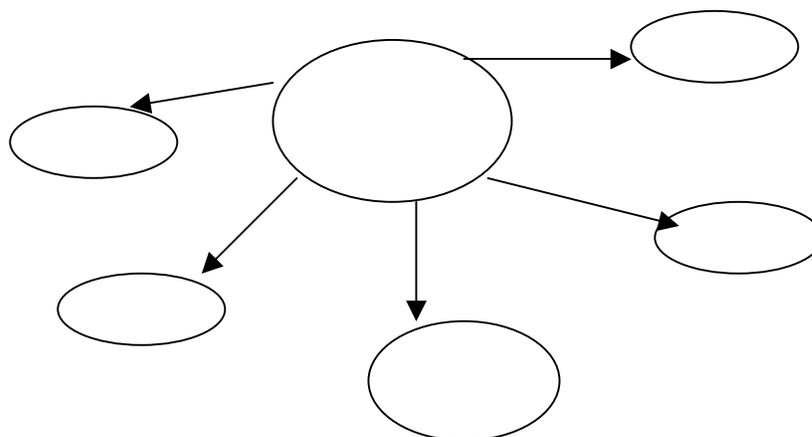
La imaginación combinada con la sugestión es una herramienta que logra cambios casi milagrosos. La sugestología ahora conocida como aprendizaje acelerado, fue un método creado por Lozanov, (en Kasuga, 1999) para utilizarlo en los procesos de aprendizaje con la finalidad de ayudar a eliminar el miedo, a la autocensura, valoraciones pobres sobre uno mismo, etc. Los factores comunes que más se utilizan son: los ejercicios de relajación, inducción de visualizaciones, uso de música apropiada, ejercicios de respiración, la sugestión efecto Pigmaleón). Para estimular la imaginación así como para aplicar la sugestión se recomienda utilizar la metáforas así como leer cuentos, inducir a los pequeños a pasar el puente de los viejos esquemas de pensamiento hacia la excelencia mediante una relajación diaria en la que cierran los ojos y creen una película mental de la persona que les gustaría ser o verse así mismos logrando aquello que pretenden.

***Objetivos de aprendizaje claros:*** Para que sea significativo el aprendizaje o para estimular el aprendizaje es recomendable que se les explique o informe la finalidad de la tarea o de la materia que se estudia para que vean la importancia que tiene en su vida la adquisición de ese conocimiento.

***Mapas mentales.*** Los mapas mentales son una representación gráfica que mediante colores, lógica, imágenes y palabras claves, se escriben los aspectos importantes de la información que necesitamos recordar de manera rápida, sistemática y holística. Los mapas mentales incrementan la capacidad para asimilar, procesar y recordar cualquier información (son similares a la toma de notas de los grandes cerebros como Edison, Da Vinci, etc) ya que se utilizan los dos hemisferios cerebrales. El esquema 2 muestra un ejemplo de cómo se puede representar un mapa mental.

Los mapas mentales ayudan a desarrollar la creatividad, la planificación eficiente, el estudio eficaz, etc. Se sugiere:

- Utilizar palabras gatillo.
- Iniciar del centro hacia arriba a la derecha.
- Usar muchos colores y dibujos
- Usar imágenes.
- De preferencia utilizar hojas blancas.



Esquema No. 2 Representación de un Mapa Mental

***Cooperación Casa – Escuela.*** La labor educativa de los padres no termina cuando los hijos se han ido a la escuela. La misión de los padres no es únicamente inscribir a sus hijos en un centro de enseñanza y dejar toda la responsabilidad a los maestros, esa creencia ya es muy anticuada y poco funcional. A partir de la escuelas para padres, este concepto ha cambiado y ahora los padres pueden y deben participar activamente en la formación escolar de los niños. Debe de existir el binomio casa – escuela para ayudar a mejorar el aprendizaje de las nuevas generaciones. A continuación se dan algunas sugerencias:

- Cuidar la asistencia de los hijos a la escuela.
- Procurara en los hijos los hábitos de orden y limpieza.
- Colaborar en la formación de valores morales y cívicos.
- Asegurar a los hijos los medios necesarios para su enseñanza.
- Informarse del aprovechamiento escolar
- Asistir y participar en las reuniones o talleres convocados por la escuela
- Estar informados de los avances educativos en el país.

En este capítulo hicimos una revisión de la educación desde la perspectiva de la PNL, así como de algunos elementos que se han derivado de dicho modelo, con la finalidad de entender un poco lo que es la educación y la enseñanza y poder así tener herramientas que faciliten a los padres ayudar a sus

hijos que presentan dificultades académicas. Claro está que en primera instancia necesitan de orientación y apoyo para poder aplicarlas, pero esto solo es presentar la noción de que hay diferentes maneras de enseñar y aprender, teniendo en cuenta las diferencias individuales, y quien mejor que los padres que conocen a sus hijos para saber cómo enseñarles.

Enseguida se presentarán técnicas específicas de la PNL para ayudar a los padres que les permitan descubrir su propio ser y como consecuencia concientizar su papel como padre y de esta manera ayudar a sus hijos de una manera eficiente en lo académico.



## **CAPÍTULO 5.**

### **SUGERENCIAS DE TÉCNICAS DE LA PNL PARA EL TRABAJO CON PADRES DE NIÑOS DE BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO.**

Como ya se mencionó previamente, la PNL ha desarrollado técnicas específicas aplicadas a la educación, como es el caso de los métodos para mejorar la memoria, la ortografía, la lectura, cómo estudiar para los exámenes o presentar una exposición, etc. Sin embargo, no haremos mención de ellas ya que nuestro propósito es proporcionar herramientas a los padres de familia para mejorar su papel como individuos en primera instancia y en consecuencia como padres. Es por ello que las técnicas que en seguida se proponen son aplicadas y recomendadas para todos aquellos aspectos de la vida que queremos mejorar como individuos, y especialmente los de la educación académica en casa.

Para mejorar la calidad del aprendizaje es necesario considerar tres aspectos: En primer lugar, plantearse metas bien definidas. En segundo lugar, identificar nuestros sistemas representativos predominantes, y en tercer lugar, tener la flexibilidad para ir cambiando nuestra forma de actuar, pensar y sentir hasta lograr nuestra meta.

#### **5.1. Planteamiento de Metas.**

Una meta es el estado ideal al cual se aspira (es lo que dirige todas las aspiraciones), es identificar qué se quiere lograr, o qué se desea obtener. Cualquiera que sea el fin, el proceso para un resultado exitoso es establecer una meta que sea congruente con la verdadera identidad para mantener la motivación. Schwarz y Schweppe, (2001) señalan que han sido descritos los pasos para definir una meta.

El primer paso para llevar a cabo una meta es aclarar lo que deseamos o lo que anhelamos de manera precisa, ejemplo: “No me gusta sentirme insegura”, entonces, ¿cómo deseamos sentirnos?. La respuesta apropiada sería “Quiero sentirme segura”. Otra forma para identificar nuestra meta es preguntarnos ¿de qué queremos alejarnos? O ¿a qué queremos acercarnos?.

El segundo paso es, que se debe de plantear la meta en tiempo presente, de forma positiva y en primera persona, por ejemplo: “Yo soy segura de mi misma”.

En tercer lugar, el planteamiento debe de estar bajo nuestro control, ser alcanzable y realizable. Por ejemplo: “Quiero que mi hijo sea responsable con sus tareas”. Esta meta no está bajo nuestro control, pero si podemos cambiarla por “Yo enseño a mi hijo a ser responsable”. Es muy importante mencionar que la meta debe de hacerse de forma personal ya que el pretender cambiar a otros significa querer lograr una meta inalcanzable, porque no sabemos programar el cerebro del otro. En el segundo ejemplo de este apartado, se puede decir que es una meta realizable porque se puede comprometer con ella de una manera activa y positiva.

El cuarto paso es tener en cuenta los recursos con los que contamos para lograr el objetivo. Los recursos son las habilidades, aptitudes, aspectos materiales, etc. La PNL asegura que todos contamos con los recursos y potenciales necesarios, solamente es cuestión de identificarlos y usarlos.

El quinto paso en la formulación de la meta es no hacer comparaciones, por ejemplo: “quiero ser más segura”, entonces surge la pregunta ¿más segura que quién?, lo cual nos limita en la realización de nuestro objetivo.

El sexto paso se refiere a que una vez identificada y bien definida la meta es importante considerar el impulso o motivación para llevarla a cabo. Es necesario estar motivado e identificar esos motivos para poder realizar la meta.

Y por último se debe de tener en cuenta la escala de valores. Una vez que se tenga claro lo que es importante en nuestra vida, se activa la acción hacia la meta, ya que los valores son la base de nuestros actos. Una manera de identificar los valores es llevarlos a cabo y no llevarlos a cabo, en ambos casos debemos de analizar nuestras emociones, identificándolas como negativas o positivas; si las emociones son fuertes respecto a ese valor es que es importante en nuestra vida.

Es muy importante que los padres de familia aprendan a formular sus propias metas y así poder enseñarles a sus hijos. Cuando una persona aprende a formular metas se le aclara el camino de qué quiere y cómo lograrlo, por lo tanto puede alcanzar su propia meta y realizarla logrando así su éxito personal.

En este caso particular de niños con bajo rendimiento académico, los padres de familia pueden formularse metas en cuanto a mejorar la relación con

sus hijos en todos los aspectos, específicamente en el momento de estudiar y hacer la tarea para favorecer que su hijo cumpla con sus tareas de una manera agradable y satisfactoria; y al mismo tiempo enseñarles a sus hijos a plantearse metas cortas que les resulten apremiantes a ellos, como es el caso de “todos los días cumplo con mi tarea”. De esta manera el niño se crea un compromiso particular que a diario ejercita y obtiene resultados. Así entonces, se espera que obtenga resultados favorables a partir de definir lo que quiere lograr.

## **5.2. Sistemas Representativos.**

Todo ser humano percibe el entorno a través de los órganos de los sentidos, pero cada uno de nosotros le damos sentido a partir de nuestras experiencias y creencias (Forner, 2002), un sentido muy personal que nos lleva a representar la realidad que nosotros mismos nos creamos, conocido esto por la PNL como nuestro mapa mental, el cual determina nuestras respuestas o conductas, y si el mapa no es lo suficientemente rico o preciso actuaremos de una manera limitada.

Sambrano (2000), menciona que se han realizado investigaciones por neurolingüistas y encontraron que los sistemas de representación que cada uno usa la mayor parte del tiempo, puede ser tipificado como predominantemente Visual (si usa la vista), Kinestésico (si usa las sensaciones corporales, así como el olfato y el gusto), o Auditivo (si usa el oído). Sin embargo, esto no quiere decir que no utilicemos los demás sistemas de representación, simplemente que utilizamos más un sistema que otro. Las personas que utilizan todos sus sistemas representativos, puede decirse que son personas notables, como por ejemplo Da Vinci, Mozart, Einstein, etc.

La ventaja de conocer cuál es el sistema representativo predominante de cada uno de nosotros es el poder disfrutar con mayor intensidad de la vida, lo mismo que conocer más acerca de uno mismo y de los demás; así mismo significaría tener mayor capacidad de empatía con los demás para establecer una comunicación más eficaz. Por ejemplo: en una relación madre-hijo, donde la madre es predominantemente visual y el hijo es kinestésico, se podría mejorar esa relación si la madre tuviera contactos físicos y al dirigirse hacia él lo hiciera hablándole de sensaciones; esto propiciaría que el pequeño se sintiera más relajado y comprendido. Esta situación formará un puente entre ambos en la relación en general y especialmente en su comunicación.

No hay ningún sistema representativo que sea mejor que otro, depende de lo que se quiera hacer.

Para conocer que sistema representativo usamos con mayor frecuencia, y el de nuestros interlocutores, es necesario investigarlo a través de tres señales o pistas de acceso, a saber: El lenguaje, el fisiológico y las señales oculares; mismos que explicaremos a continuación:

### *Lenguaje.*

Las personas usan palabras para comunicar sus pensamientos, por lo que al elegir las palabras estarán indicando qué sistema representativo emplean con mayor frecuencia. Se puede llegar a identificar los sistemas representativos preferidos, fijándose en los verbos, adverbios y adjetivos, que en PNL se llaman PREDICADOS (Mohl, A. 1998) los cuales nos indican si en el relato de una persona predominan las percepciones visuales, auditivas o kinestésicas.

Enseguida se presentan unas listas de algunos ejemplos de predicados de cada sistema representativo (Forner, 2002. p. 40):

VISUAL	AUDITIVO	KINESTÉSICO
ver	oír	coger
mirar	escuchar	tocar
perspectiva	sonido	sensación
claro	resonancia	sólido
brillo	sonido alto	pesado
	imagen	palabra
	brumoso	ruidoso

Sambrano (2000) por su parte, presenta unos inventarios que permiten identificar el sistema representativo predominante de cada persona, teniendo como base el mayor puntaje, y cada quien puede aplicárselo para conocer sus sistema. En seguida se presentan los tres inventarios.

El inventario consiste en colocar un círculo a cada una de las afirmaciones que aparecen a continuación y que uno considere que se ajustan a la manera de comportarse usualmente. Se toma el total asignándole un punto a cada círculo

que se haga, y de los inventarios presentados, el que obtenga mayor puntaje será el sistema representativo predominante.

### Inventario Visual

1. Me gusta la gimnasia.
2. Hago gimnasia
3. Cuando suena música, sigo el ritmo con el cuerpo
4. Me gusta sentir la brisa en el rostro
5. Tengo buena coordinación
6. Me gusta sentir el material de la ropa que me pongo
7. Me acariciaron y cargaron mucho cuando niño (a)
8. Disfruto mucho de los mensajes
9. Me gusta comer
10. Me estiro y bostezo cuando siento deseos
11. Me gusta el tacto y el contacto
12. Muchas veces me siento tensa
13. Me agrada que me rasquen la espalda
14. Me encanta tomar un baño caliente
15. Acaricio a los animales.
16. Abrazo a la agente con frecuencia
17. Tiendo a ganar peso
18. Disfruto haciendo trabajos manuales
19. Aprendo más rápido cuando escribo las cosas
20. Practico algún deporte.

Total de puntos para la orientación kinestésica \_\_\_\_\_

### Inventario visual

1. Me gusta mirar televisión.
2. Me gusta leer libros y revistas.
3. Me gusta que me den las instrucciones por escrito
4. Escribo listas de lo que tengo que hacer
5. Resuelvo crucigramas, dameros, sopas de letras, etc.
6. Me interesa mucho la forma como luzco

7. Voy a museos y galerías de arte
8. Me gusta ver fotos.
9. Me gusta ver mapas.
10. Me gusta el cine
11. Me gusta mantener mi casa impecable
12. Miro a la gente
13. Miro los avisos, pancartas y grafitis
14. Cuando viajo, tomo muchas fotografías
15. Compró flores.
16. Soy observador
17. Decoro mi casa con buen gusto
18. Me fijo cómo están vestidas las personas
19. Siempre arreglo las abolladuras y rayones de mi carro
20. Cuando estudio o atiendo a una conferencia tomo apuntes.

Total de puntos para la orientación Visual\_\_\_\_\_

### Inventario Auditivo

1. Oigo radio.
2. Hablo con los animales
3. Oigo música para relajarme
4. Hablo mucho
5. Soy buen oyente
6. Compró muchos discos y cassettes
7. Me gusta conversar largamente
8. Estudio en voz alta
9. Hablo bastante por teléfono
10. Grabo las clases o conferencias
11. Voy a conciertos
12. Hablo con las plantas
13. Me hablo a mi mismo (a)
14. Hablo con los objetos.
15. Me repito a mi mismo (a) para recordar las cosas
16. Oigo los ruidos de los carros y me pueden molestar
17. Me gusta que me den instrucciones verbalmente
18. Escribo poesías rimadas

19. Escucho el sonido del viento  
 20. Me atraen los sonidos de las ciudades.

Total de puntos para la orientación auditiva\_\_\_\_\_

Estos inventarios son muy sencillos y muy fáciles de aplicar, así que los padres de familia pueden aplicárselos ellos mismos y a sus hijos para identificar el sistema representativo predominante de cada uno, con la finalidad de aprovechar mejor este sistema en el aprendizaje y en la enseñanza así como en la comunicación y en la relación en general.

### *Estado fisiológico*

Otra manera de identificar el sistema representativo es el prestar atención a las señales fisiológicas como el ritmo respiratorio, la expresión facial, postura, rascarse la cabeza, etc.

A continuación se presentan algunas pistas del estado fisiológico para cada sistema representativo, mismas que los padres de familia pueden utilizar observándose ellas mismas y a sus hijos (Dilts y Epstein, 1997).

**Auditivo:** Respiración diafragmática, entrecejo fruncido, voz y movimiento, cabeza inclinada hacia un lado, postura centrada, posición de relajamiento medio.

**Kinestésico:** Respiración abdominal profunda, tono de voz grave, descenso lento, cabeza inclinada hacia delante, postura relajada, hombros caídos.

**Visual:** Respiración rápida y superficial, mirada furtiva, timbre de voz más alto y movimiento rápido, postura erguida y rígida.

### *Señales de acceso ocular.*

Son señales visuales que nos dejan ver cómo acceden las personas a la información; es decir, es la relación existente entre determinados movimientos involuntarios de los ojos y la forma de procesar la información. Este es uno de los descubrimientos más interesantes que hizo Bandler (Porcel, 2000). El

movimiento de los ojos pueden ser claves que predisponen al sistema neurológico, con el fin de preparar al sistema nervioso para sentir o recuperar información; con los movimientos oculares se puede detectar si una persona piensa mediante imágenes, sonidos o sensaciones, es decir, cuál es su sistema representativo.

Además de detectar el sistema representativo mediante los movimientos oculares también se puede ayudar a las personas a que realicen los movimientos adecuados para acceder a la información que necesitan. En el área del aprendizaje esto resulta muy útil cuando se les enseña a los alumnos a mover los ojos según la información que se les pide. Por ejemplo, al pedirles que recuerden como se escribe una palabra determinada, se les debe de indicar con la mano a donde deben de dirigir su mirada para que recurra al canal visual recordado.

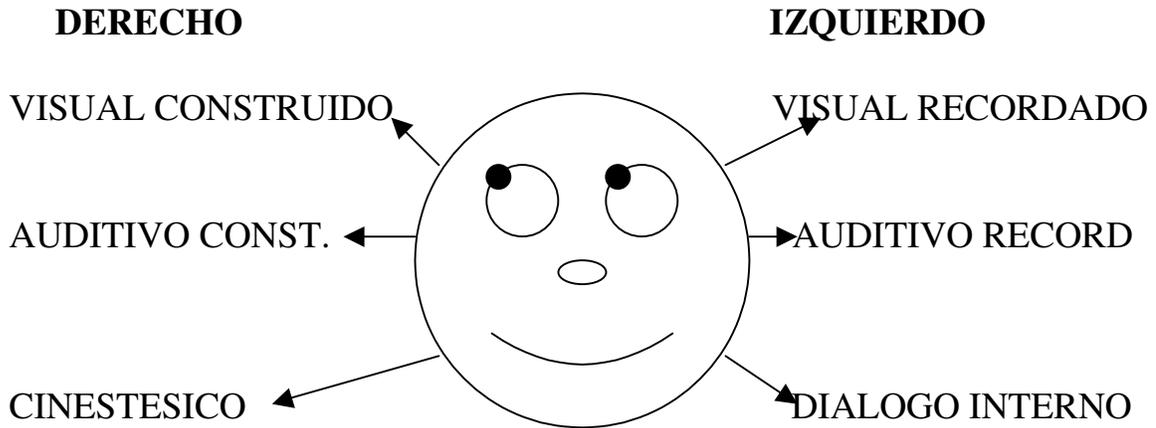
Existen seis movimientos típicos (porcel, 2000):

1. El Visual Recordado (VR) es la rememoración de imágenes visuales.
2. El Visual Construido (VC) es la creación de imágenes totalmente nuevas.
3. El Auditivo Recordado (AR) es la rememoración de palabras que hemos escuchado en el pasado.
4. El Auditivo Construido (AC) es la creación de nuevos sonidos cinestésicos.
5. EL Kinestésico (K) es todo aquello que se puede sentir, oler o saborear, ya sea del presente, pasado y futuro.
6. Diálogo Interno (DI) es lo que nos decimos internamente, cuando valoramos algo o reflexionamos acerca de algo.

Los padres de familia pueden apoyarse de estos movimientos oculares para ayudar a sus hijos a aprender utilizando adecuadamente su sistema neurológico.

Cuando se le pida al niño alguna tarea manual se le puede indicar que mire hacia arriba y a la derecha, así podrá utilizar su creatividad en imágenes. Estos movimientos oculares no son una regla general, hay excepciones como es el caso de las personas zurdas.

El siguiente esquema (No. 3) muestra la localización de estos movimientos oculares.



Esquema No. 3 Movimientos Oculares

### 5.2.1. Submodalidades.

Son los elementos o detalles que dan información precisa a la experiencia individual, y también se clasifican en visuales, kinestésicas y auditivas.

Las submodalidades visuales se refieren a los elementos de la experiencia relacionada con el sistema de la vista. Las submodalidades auditivas se relacionan con los aspectos auditivos. Mientras que las submodalidades kinestésicas se componen de las sensaciones del tacto y movimiento, así como lo relacionado con el gusto y el olfato; pero también tiene que ver con las emociones y los sentimientos, ya que están relacionadas con las respuestas fisiológicas que las acompañan (Álvarez, 1996).

Al cambiar las submodalidades puede tener efectos en cuanto a los sentimientos relacionados a un recuerdo específico. Esto resulta muy útil en cuanto al cambio de experiencias, ya que cuando vivenciamos una situación y esta nos afecta de forma negativa ya no podemos cambiar la situación, pero si el recuerdo, de tal manera que las emociones que se relacionan a la experiencia ya no nos afecten de la misma forma. Es por esto que al identificar y usar las

submodalidades adecuadamente tiene ventajas muy grandes, ya que entonces seremos nosotros mismos quienes decidimos qué guardar y qué desechar para nuestro bienestar, nos da poder personal y libertad de nuestro estado de ánimo.

Algunos ejemplos de submodalidades serían:

Submodalidad:

<b>V i s u a l</b>	<b>A u d i t i v a</b>	<b>K i n t é s i c a</b>
- Color.	- Palabras / sonidos	- Temperatura
- Contraste	- Tono	- Textura
- Tamaño	- Ritmo	- Presión
- Forma	- Volumen	- Movimiento
- Intensidad	- Dirección / Frecuencia	- Localización
- Distancia	- Intensidad / Distancia	- Forma
- Situación	- Duración	- Posición
- Movimiento	- Calidad de la voz	- Cualidad del sabor
- Densidad		- Olor
- Asociado		
- Disociado		
- Profundidad		
- Plan		
- Velocidad		

Álvarez (1996), nos presenta un cuestionario exploratorio de submodalidades, el cual a continuación presentamos.

Cuestionario sobre la submodalidad visual.

4 Color:

¿La imagen está en color o en blanco y negro?

¿Qué colores predominan?

4 Brillo:

¿El recuerdo es más o menos brillante que la realidad?

4 Contraste:

¿Están delimitadas las zonas de luz y sombra?

¿Los diferentes colores?

4 Enfoque:

¿Está la imagen enfocada o desenfocada?

4 Textura:

¿Los objetos conservan su textura en el recuerdo?

4 Detalle:

¿Hay detalles de fondo?

¿Están todos los objetos en el mismo o diferentes planos?

4 Tamaño:

¿Qué dimensiones tiene la imagen equivocada?

4 Distancia:

¿A qué distancia parece formarse la imagen?

4 Situación:

¿Hacia qué lugar del espacio parece formarse?

4 Extensión:

¿Tiene límites la imagen mental?

¿Está delimitada o parece envolverse por completo?

4 Movimiento:

¿Es una imagen estática o dinámica?

4 Asociado / Disociado

¿Ves los objetos y personas como si tú mismo estuvieras ahora mismo dentro de la imagen o es más bien una película donde te ves a ti mismo desde fuera?

¿Estás detrás de tu imagen, por encima de ella...?

¿A qué distancia estás de tu imagen?

4 Perspectiva:

¿Te ves a ti mismo desde la derecha o desde la izquierda, desde el frente, desde atrás, desde arriba, desde abajo...?

4 Proporción:

¿Los objetos guardan las proporciones adecuadas?

¿Hay objetos, personas, mayores o de menor tamaño que en la vida real?

4 Dimensión:

¿Es plana o está en tres dimensiones?

¿Se mueve a tu alrededor?

Cuestionario sobre la submodalidad auditiva.

4 Tema:

¿Escuchas alguna voz o sonido determinado

4 Localización:

¿Lo oyes desde tu interior o desde el exterior?

¿Dónde se origina el sonido / voz?

4 Identificación:

¿Es una voz de hombre o de mujer?

¿Es tu propia voz?

¿Es una voz reconocida o extraña?

4 Volumen

¿Es normal, fuerte, un susurro?

4 Mono – estéreo

¿La voz parece proceder de algún punto concreto o te envuelve completamente?

Cuestionario sobre la submodalidad Kinestésica:

4 Cualidad

¿Cómo describirías la sensación en tu cuerpo? (Tensión, temblor, calidez, escalofrío, algo confuso, enredado...)

4 Intensidad:

¿Cómo es de fuerte la sensación que experimentas?

4 Localización:

¿En qué lugar de tu cuerpo lo sientes?

4 Movimiento:

¿Esa sensación parece moverse, latir...?

¿Experimentas oleadas, pulsaciones, saltos rápidos y repentinos?

4 Dirección:

¿Dónde comienza la sensación?

¿Dónde eres más conciente de su presencia?

Un ejercicio que se puede utilizar en el cambio de submodalidades cuando éstas obstaculizan algún aspecto de nuestra vida es el siguiente (Sambrano, 2000):

*“Recuerda una experiencia agradable, siente que la ves con tus propios ojos y que la sientes con tu propia piel (estás asociado). Siente la experiencia.*

*Ahora sal de la experiencia, obsérvala como si estuvieras afuera (estas disociado), fíjate que esa persona eres tú mismo.*

*Esto probablemente cambiará la sensación de la experiencia.*

*Disociarse con un recuerdo le quita el poder emocional. Un recuerdo agradable perderá lo placentero, uno desagradable disminuirá el dolor.*

*La próxima vez que venga a tu mente una experiencia desagradable, disóciate de ella. Perderá poder. Asóciate con lo placentero. Puede cambiar tu forma de pensar”*

Identificar nuestro sistema representativo y usar adecuadamente las submodalidades, permiten que se realice el primer paso del cambio que deseamos, pues de esta manera podemos conocer la manera en que nos representamos nuestra realidad

### **5.3. Flexibilidad.**

Uno de los principios de la PNL dice: “La persona que dispone de más opciones tiene más alternativas”. Esto se traduce en que al tener más alternativas tendremos mejores resultados, la base es tener la flexibilidad para cambiar las estrategias utilizadas con anterioridad.

Antes que nada es necesario saber qué se quiere lograr (meta), usar nuestro sistema sensorial para lograrlo (sistema representativo) y ser capaces de adaptarnos y cambiar a las condiciones que se presentan (flexibilidad).

La flexibilidad es entonces tener la elasticidad para comprender a los demás, colocarse en su lugar y desde ahí propiciar los cambios necesarios. Al emplear la flexibilidad se obtienen beneficios como los que menciona Sambrano (2000):

- Se obtiene mayor idoneidad al resolver problemas.
- Desarrollamos más habilidad para negociar el éxito.

- Adquirimos una gran capacidad para relacionarnos en forma más adecuada.
- Nos capacita para ser líderes exitosos.
- Nuestra conducta provoca mayor impacto en los otros.
- Permite cambiar de estrategia cuando la que estamos usando no funciona.
- Nos da la oportunidad de aprender de los errores.

El ser flexible, entonces, nos permite tener diferentes resultados por el hecho de utilizar diferentes estrategias.

En la relación padre – hijo, en el momento de hacer la tarea, es importante la flexibilidad para no caer en situaciones de tensión, ansiedad, enojos, agresión, etc. un ejemplo de flexibilidad podría ser que el niño prefiera hacer la tarea tirado en la alfombra en lugar de realizarla sentado sobre una silla enfrente de una mesa; o bien, si han estudiado mediante la memorización de cuestionarios, hacerlo ahora mediante la asociación de preguntas y respuestas a determinada circunstancia que le resulte familiar al niño, etc.

Uno de los aspectos importantes en el tema de la flexibilidad es el tener la habilidad de la empatía. La empatía se define como la aptitud de una persona para comprender el punto de vista de su interlocutor como si tuviera la facultad de poder ver el mundo a través de los ojos de éste (Álvarez, 1996). Podemos entender los motivos de cualquier acción al tiempo que mantenemos la suficiente distancia para no confundir nuestros sentimientos con los de quien se está comunicando con nosotros.

El ser empático mejora notablemente la comunicación con los demás pues permite conectarnos en su propio modelo del mundo, pero no por ello estamos obligados a aceptar y estar de acuerdo siempre con él, sino más bien llegar a comprender sus motivaciones personales.

La actitud empática considera no sólo lo que se dice en la comunicación, sino también los mensajes no verbales como son gestos, tono de voz, postura corporal, respiración, etc. Estos mensajes no verbales expresan las emociones de las personas que nuestro receptor está continuamente descifrando para entendernos.

El considerar la empatía como un elemento importante en la comunicación nos permite explicar brevemente algunas técnicas propuestas por la PNL para mejorar la comunicación en una relación y en este caso particular, la comunicación efectiva entre padres e hijos. Estas técnicas son sencillas de aprender y de aplicar, y además muy efectivas.

### *Empatía.*

La técnica de empatía comprende dos aspectos: los aspectos no verbales y los componentes verbales (Álvarez, 1996).

Aspectos no verbales. El objetivo de este ejercicio es doble: por una parte procura la adquisición de la habilidad de tomar conciencia de las pautas no verbales de aquellos con quienes nos relacionamos y de reflejarlas voluntariamente; por otro lado, la finalidad es aprender a captar los sentimientos que tales pautas evocan en nosotros para así tener una comprensión más clara de las vivencias de los demás. Dedicar algún tiempo a observar y adoptar intencionalmente algunas de las pautas gestuales de los interlocutores, no se trata de imitar descaradamente sus gestos o movimientos como si se tratase de una burla sino más bien de acompañar algunas de sus pautas no verbales a través de las cuales está reflejando un universo interno de emociones y sentimientos.

Se puede utilizar la siguiente guía para centrarse en cada uno de los aspectos que componen el lenguaje postura básico e ir adquiriendo un entrenamiento paulatino.

#### X Postura global.

Ajustar la posición del cuerpo hasta que se aproxime a la postura del interlocutor. Se puede centrar en reflejar la posición de todo el cuerpo o bien limitarse a la mitad superior (posición de los brazos, hombros y tronco), o inferior (piernas, caderas y pies).

#### X Cabeza-hombro.

Reproducir las poses características de la otra persona: inclinación de la cabeza, orientación de los hombros, etc. Se puede probar reflejando su posición simétricamente, como si fuera un espejo, o bien adoptar la posición exacta

X Expresión del rostro.

Copiar los diferentes componentes de la expresión facial del interlocutor (fruncidos, sonrisas, etc.).

X Gestos

Con los movimientos de la propia mímica personal, se reproducen directamente se reproducen directamente algunos gestos de la otra persona.

X Movimientos repetitivos.

Es reflejar algún movimiento repetitivo del interlocutor, con su misma cadencia (por ejemplo el parpadeo).

X Respiración.

Ajustar la propia respiración que se sincronice con la cadencia del otro.

X Características vocales.

Es reproducir la tonalidad, ritmo, volumen, timbre de voz de la otra persona.

*Componentes verbales.*

También es importante asegurar la empatía a través del contenido verbal del mensaje. De hecho saber escuchar es un arte difícil que requiere práctica y constancia. Normalmente estamos más atentos a nuestro propio diálogo interno que al mensaje que intenta transmitirnos la persona que busca comunicarse con nosotros. Se considera que se trata de un importante aspecto entrenable de la comunicación humana y debemos tratar de mejorar algunos aspectos, como son:

) Repetir expresiones:

Cada persona tiene una cierta manera de comunicar sus mensajes y recurre a determinadas expresiones con preferencia a otras. Se trata de estar atentos a las claves que nos puedan indicar un tipo de procesamientos de predominancia

visual, auditivo o kinestésico para canalizar nuestra comunicación a través de esa vía de preferencia e intentar así una mejor comprensión mutua.

) Reflejar sentimientos.

demostrar a alguien que somos capaces de detectar el estado de ánimo que subyace debajo de sus palabras es el modo más palpable de comunicarle que lo entendemos plenamente e estamos en total comunicación con su mundo interno. Para entrenarnos en buenas escuchas podemos incluir frases que empiecen por : “quieres decir que te sientes....” y después esperar la confirmación o rectificación por parte del otro.

*Compartir y Dirigir (reflejar).*

Al utilizar la técnica de reflejar nos permite construir un puente hacia la otra persona, con este puente se puede empezar a cambiar la propia conducta y así el interlocutor estará en una situación para seguirnos, así lo podemos guiar a otra situación entonces, compartir es establecer un puente mediante la sintonía y el respeto. Dirigir es cambiar su propia conducta para que otra persona lo siga (O’connor y Seymour, 1995).

Compartimos intereses, aficiones, emociones, etc. por ejemplo, cuando un amigo se encuentra triste usamos un tono de voz más bajo y gestos más comprensivos, lo importante en este caso, sería que gradualmente se ajustara la postura para que se vea más positiva y de ésta manera nuestro amigo también cambiara su actitud.

La técnica presupone que se debe ser lo suficientemente flexible en la propia conducta para ajustarnos a lo que vemos y escuchamos en la comunicación.

La técnica de compartir y dirigir consiste en (Alvarez, 1996):

Es posible sintonizar emocionalmente con alguien a través de sus gestos y pautas verbales, y también podemos invitarlo a que acceda a nuestro propio universo personal a través de esos mismos canales. Para sintonizar con alguien podemos utilizar sus propias pautas no verbales, por ejemplo adoptar su mismo

ritmo respiratorio, después podremos ir introduciendo pequeñas variaciones del ritmo respiratorio para invitarlo sutilmente a que tome nuestro propio ritmo. De este modo lo estaremos dirigiendo para salir de su propio estado.

El siguiente es un ejercicio para ir entrenando, y se debe de tener en cuenta lo siguiente:

∅ Postura:

Tras reflejar durante algún tiempo la posición global del cuerpo de nuestro interlocutor o de algunos de sus segmentos más evidentes, introducir cambios en nuestra propia postura.

∅ Gestos de manos:

Acompasar el jugueteo o los movimientos realizados con las manaos por nuestro compañero e iniciar después alguna variación con nuestras manos.

∅ Respiración / Parpadeo:

Después de acompasar el ritmo respiratorio y el parpadeo de la persona que está frente a nosotros, acelerar y disminuir nuestra propia pauta respiratoria o parpadeo y observar los posibles cambios que se produzcan en el otro.

∅ Acelerar / retardar la velocidad del habla:

Experimentar con la velocidad del discurso tras asegurarnos que hemos conectado previamente con este aspecto de la comunicación de nuestro interlocutor.

∅ Volumen de la voz:

Introducir variaciones aumentando o disminuyendo el volumen de nuestra voz para comprobar el efecto sobre la otra persona.

Los padres de familia deben de aprender y utilizar esta técnica en la relación con su hijo, tomando en cuenta los siguientes aspectos. Es importante usarla en el momento de estudiar o hacer la tarea ya que ayudará a mejorar la

comunicación y la calidad de lo que se aprende; pero también es importante usarla en cualquier situación que se presente, por ejemplo, cuando un niño llega triste de la escuela porque se enojó con su mejor amigo. Esto es un problema real y muy importante para él ya que le afecta su estado de ánimo, y entonces como padres pueden aplicar esta técnica en ese momento sentándose con él como si fuera su mejor amigo, escucharlo y ayudarlo a superar esa situación emocional.

El uso de estas técnicas que proponemos para los padres de familia tiene como finalidad el que tengan herramientas efectivas para mejorar como personas, y al mismo tiempo como padres, sobre todo en niños con problemas académicos. Sin duda alguna, se requiere en un primer momento, que acudan con un facilitador para que les enseñe a utilizarlas en su vida cotidiana; y en segundo lugar, no crear dependencia hacia el profesional y, por lo tanto, los padres desarrollarán sus propias técnicas en su vida familiar en particular.

La PNL asegura el éxito en estas técnicas, siempre y cuando la persona desee un cambio positivo en su vida.

## CONCLUSIONES

La importancia de estudiar el problema del fracaso escolar radica en la alta incidencia que en los últimos años se ha observado a nivel mundial. Entonces surge una pregunta ¿de qué depende que un niño sufra un problema de fracaso escolar?

Seguramente en cada niño son diferentes las causas que pueden desencadenar un problema de este tipo, pero de manera general encontramos que tres áreas se encuentran interrelacionadas entre sí y resulta difícil otorgarle mayor peso a una que a otra, tales áreas son: las personales (nivel madurativo bajo, pocos o nulos hábitos de estudio, o trastornos sensoriales como los auditivos y visuales, o trastornos de la personalidad sobre todo del tipo de las neurosis). Estos factores de tipo personal pueden ser desencadenados o no dependiendo del entorno familiar y educativo.

Dentro de las causas de tipo educativo que pueden influir en el desarrollo del fracaso escolar se encuentran los métodos y técnicas de enseñanza, la masificación del aula, los programas educativos, la personalidad del profesor, etc. Es en este contexto donde se determina si un niño es catalogado de fracaso escolar, dependiendo de las calificaciones que la escuela le asigna con base en la adquisición de ciertos conocimientos y en base a los criterios dictaminados por el profesor y la institución.

Finalmente dentro de las causas que se encuentran relacionadas en el fracaso escolar son las del tipo familiar donde se destacan principalmente el nivel cultural de la familia, el clima afectivo, el medio socioeconómico, la supervisión del trabajo escolar, la motivación al estudio y las actitudes de los padres.

Algunas investigaciones mencionan que es importante conocer las causas para poder dar una solución adecuada a cualquier problema; en este caso específico los tres tipos de causas se encuentran tan íntimamente relacionadas que no se puede trabajar con unas sin que las otras se vean afectadas, es decir que si abordamos el aspecto educativo, entonces los familiar y lo personal se ven influenciadas de una u otra manera. En este trabajo de investigación solamente se propone trabajar en el aspecto familiar puesto que la familia es el ámbito en el que todos los seres humanos realizan su “aprendizaje básico”. Sin embargo, en determinadas familias el ambiente no es el más apto para el

desarrollo general del niño por diversas situaciones que pueden ser desde problemas económicos, desavenencias conyugales, etc. y que provocan un ambiente tenso y frustrante.

En las investigaciones del fracaso escolar relacionadas con la familia, se encontraron que las actitudes de los padres son determinantes en la aparición o agravamiento del problema escolar, aunado y perpetuado por las instituciones educativas. Entre estas actitudes se encuentran las diferentes modalidades de crianza por ejemplo, padres demasiado severos, rígidos, poco comunicativos y afectivos, así como los padres sobreprotectores o permisivos. Las actitudes pueden variar desde mostrar indiferencia al trabajo escolarizado hasta demasiada presión hacia el chico.

Ante una situación de fracaso, los padres reaccionan frecuentemente con regaños, castigos, restringen actividades, buscan ayuda con cursos de regularización, y en el peor de los casos le hacen la tarea y sus trabajos manuales. Pero cuando los padres se dan cuenta que lo que llevan a cabo no resuelve la situación ni aminora, buscan que le ayuden a su hijo a superar su problema.

Las escuelas para padres ha sido una de las alternativas que los padres han utilizado para solucionar el problema académico de su hijo. El objetivo de estas escuelas es brindar a los padres orientación acerca de la educación.

El método de estas escuelas es dar información acerca de temas relevantes a la familia, por lo común lo hacen a través de pláticas o conferencias. Los padres de familia acuden a ellas porque buscan recetas de métodos, es decir, qué hacer, cuándo, dónde y cómo aplicarlo con sus hijos; por su parte los especialistas que llevan a cabo estas pláticas, cubren las expectativas de los padres y dan la información en forma de recetas. La manera en que se da la información es muy importante porque permite que los padres estén enterados sobre aspectos que les interesan acerca de los niños, y de esta manera pueden entender y comprender a sus hijos.

Sin embargo, también es importante que los padres conozcan y comprendan que cada ser humano es diferente y cada situación también es diferente, y que por lo tanto las “recetas” no funcionan, los métodos no se

pueden generalizar, por eso se dice que lo que funciona es una situación o en una persona, puede no funcionar en una situación diferente, incluso en la misma persona. Desde este punto de vista, los padres, pierden la motivación para seguir asistiendo a estos cursos porque se dan cuenta que cuando aplican las técnicas sugeridas no obtienen los resultados esperados; otra de las consecuencias de asistir a estas escuelas es que pueden generar cierta dependencia de los padres hacia los instructores porque continuamente solicitan su opinión respecto a qué hacer en cada situación; es decir, los padres usan cada vez menos su sentido común y su intuición. El punto central de este método es dar soluciones establecidas, y no permiten la elección personal.

Otro aspecto importante, es que los padres acuden a estas escuelas con la finalidad de ayudar de ayudar a su hijo pues piensan que el problema es único y exclusivo de él; esto se ve reflejado cuando los padres hacen expresiones como “mi hijo no aprovecha las oportunidades que le doy”. Sin embargo, este problema de fracaso escolar tiene mucho que ver con la situación familiar, es por ello que las escuelas para padres son importantes para que den información y sensibilicen a los padres de que ellos están involucrados en este problema, pero no para hacerlos sentir culpables, sino para que tomen conciencia de su responsabilidad e intenten generar cambios. Muchos padres se sienten culpables y lo expresan diciendo: “No sé que he hecho mal”.

Sin duda alguna, cuando los padres buscan ayuda es porque están desesperados, desconcertados, angustiados y buscan cambios en el entorno (por ejemplo cambiar a su hijo de escuela), cambios en las conductas (que el niño estudie más tiempo, presionarlo más, etc.). Pero éstos son cambios superficiales y que por lo tanto no son duraderos.

Es importante que los padres reciban información, pero también es importante que reciban una formación en cuanto a conocerse mejor como personas, en su ser, y después en cuanto a ser padres.

Ser padre representa ser el formador fundamental de otros seres, que son sus hijos; es transmitirles un proyecto de vida basado en una educación. Pero si los padres no poseen un autoconocimiento de sí mismos y no han establecido un proyecto de vida personal y familiar ¿cómo es que pueden educar a su hijo?

Se trata de generar cambios profundos en su persona, pero antes tienen que reconocerse como son y quienes son para que ellos mismos puedan determinar qué les gustaría cambiar y cómo les gustaría ser.

La Programación Neurolingüística es el modelo que reúne las características necesarias para que los padres de familia realicen cambios importantes en su vida personal y familiar, y con ello puedan ayudar a sus hijos en la solución de cualquier problema, incluso de fracaso escolar.

La PNL establece que es muy importante tener pensamientos positivos porque esto provoca una comunicación afirmativa y positiva con el poder interno de las personas, que le permite conseguir un estado fisiológico y emocional que contribuye a lo que se desea lograr. Al proponer que los padres deben de establecer metas es con la finalidad de programarse en lo que desean lograr; es importante saber qué se quiere para dirigirse hacia el objetivo, y no andar perdidos en la nada, sin saber que se desea, o en su defecto cómo lograrlo. Cuando se formula una meta existe la posibilidad de elegir diferentes caminos para obtenerla y por lo tanto desarrollar diferentes estrategias. De hecho, uno de los principios de la PNL sostiene que si se sigue haciendo lo que siempre se ha hecho, se seguirán obteniendo los mismos resultados, de ahí la importancia de hacer cambios para mejorar en todo lo que se hace.

Una de las capacidades que posee el ser humano es la de la adaptación y el cambio. Poseer la elasticidad para cambiar es poseer flexibilidad, la cual permite la adaptación y el cambio a las condiciones que se presenten. El propiciar la flexibilidad es los padres es con la finalidad de que obtengan mayor capacidad para relacionarse en forma adecuada, cambiar de estrategia cuando no funcione la que se está usando, permitir aprender de los errores, y además permitir comprender a los demás, y en este caso en particular a su hijo. Al ser flexibles utilizarán los recursos que en cada caso en particular se necesiten. Como lo establece la PNL en uno de sus principios: ‘las personas tienen en potencia todos los recursos necesarios’; de esta manera, los padres pueden hacer uso de la tolerancia, la comprensión, la seguridad, etc. que en un momento determinado necesitan usar en la relación con su hijo, principalmente.

La PNL es el modelo ideal para que lo aprendan los padres de familia; algunas de sus ventajas son que los resultados son a corto plazo y de larga durabilidad, ya que propicia cambios profundos, además de que dispone de gran

cantidad de técnicas y estrategias que pueden utilizarse en situaciones personales específicas.

El proponer algunas técnicas de la PNL para cumplir nuestro objetivo de investigación, representa sólo un ejemplo de lo que los padres de familia pueden aprender para mejorar su calidad de vida como individuos y como padres. Sin embargo, todas las estrategias que propone este modelo requieren de un aprendizaje previo, es decir de la ayuda de un facilitador, pero en la medida que se vaya avanzando en esta terapia, la persona puede ir creando sus propias estrategias personales, por eso es que la PNL no da soluciones, sino que permite la elección personal.

El problema del fracaso escolar, es un asunto personal y familiar, que repercute en todas las áreas del estudiante; sin embargo tiene solución en la medida que se trabaja a nivel profundo, es decir encontrando los motivos principales que pueden originarlo. Muchos niños utilizan el ambiente escolar para externar problemas familiares, es por esta razón que se propone trabajar con los padres de familia, porque la mayoría de sus creencias, expectativas, pensamientos y conductas repercuten de manera positiva o negativa en el rendimiento de sus hijos. Cuando se identifican todas estas actitudes paternas se augura un cambio positivo en los mismos padres y por tanto en sus hijos. Es así como se pretende que los padres aprendan a conocerse, aprendan a ser, aprendan a hacer y aprendan a vivir juntos en armonía. Aprender a ser representa que florezca la propia personalidad, y se actúe con capacidad de autonomía, de juicio y de responsabilidad personal; para que al dar educación a sus hijos le brinden oportunidades de crecimiento, realización y futuro, es decir, el éxito.



## BIBLIOGRAFÍA

Álvarez R. (1996). *Manual Práctico de PNL*. Serendipity, Declée De Brouwer, España.

Arancibia, V. Herrera, P. y Strasser, K. (1999). *Psicología de la Educación*. Alfaomega, México.

Avanzini, G. (1985). *El Fracaso Escolar*. Herder, Barcelona.

Bandler, R. (1985). *Use su Cabeza para Variar*. Cuatro Vientos, Chile.

Campion, J. (1994). *El Niño en su Contexto. Educación y Sistema Familiar*. Piados, México.

Carrión López, (2001). *Inteligencia Emocional con PNL*. EDAF. México.

Cordié, A. (1998). *Los Retrasados no Existen. Psicoanálisis de Niños con Fracaso Escolar*. Nueva Visión. Buenos Aires.

Corona Solorio.. (1995). *Atención a Padres: Una Alternativa del Trabajo del Psicólogo, en Escuelas para Deficientes Mentales*. Tesis de Licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México, Campuz Iztacala, Estado de Méx., México.

Covey, S. (1998) *Los 7 Hábitos de las Familias Altamente Efectivas. Construyendo una Hermosa Cultura Familiar en un Mundo Turbulento*. Grijalbo, México.

Cuentas Montejo. (2000). *Escuela para Padres y Maestros*. Ediciones Culturales Internacionales. México.

Chávez Rosas, E. (2002). *Hijos Geniales, 12 Claves para Potenciar las Capacidades de sus Hijos*. Alfaomega. México.

David, M. (1997). *Saber Amar. Los Momentos Felices*. Panorama, México.

Dilts, R. y Epstein, T. (1997). *Aprendizaje Dinámico con PNL*. Urano, España.

Fornier, R. (2002). *PNL para Todos*. Quarzo, México.

Gilly, M. (1978). *El Problema del Rendimiento Escolar*. Oikostav, Barcelona.

Jiménez, P. (1999). *Causas y Soluciones del Fracaso Escolar*. Revistas Escolares y Errores Sociales. (En red) Disponible en: entornoentornosocial.es

Ginger, S. y Ginger, A. (1993). *La Gestal: Una Terapia de Contacto*. El Manual Moderno, México..

Gómez Pezuela, G. (2002). *Optimicemos la Educación con PNL. Su Aplicación Práctica en el Trabajo Docente*. Trillas, México.

González Cruz, (1998). *La Educación de los Padres en un Centro de Desarrollo Infantil. Una Alternativa de Intervención*. Tesis de Licenciatura no Publicada. Universidad Nacional Autónoma de México Campus Iztacala, Estado de Méx., México..

Gordon, T. (1978). *Padres Eficaz y Técnicamente Preparados (PET) en Acción*. Diana, México.

Gutiérrez Gómez, (1996). *Construcción del Concepto de Alto y Bajo Rendimiento de Educación Primaria*. Tesis de Licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México Campus Iztacala, Estado de Méx., México.

Harris, C. (1999). *Los Elementos de PNL, Qué es y Cómo Utilizar la PNL*. Edaf, España.

Ibarra, L. (2001). *Aprende Mejor con Gimnasia Cerebral*. Garnik, México.

Kasuga, L. y Cols. (1999). *Aprendizaje Acelerado, Estrategias para la Potencialización del Aprendizaje*. Tomo, México.

Lomas Guzmán, (1998). *Trabajo con Padres de Niños con Discapacidad desde la Perspectiva del Grupo Operativo*. Tesina de Licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México Campuz Iztacala, Estado de Méx., México.

Lucart, L. (1997). *El Fracaso y el Desinterés Escolar. Cuáles son sus Causas y Cómo se Explican*. Gedisa, Barcelona.

Matson, F. (1984). *Conductismo y Humanismo ¿Enfoques Antagónicos o Complementarios?* Trillas, México.

McDermott, I. y O'Connor, J. (1996). *PNL para la Salud*. Urano, México.

Mendoza Reyes, (1996). *Influencia Familiar en los Problemas de Aprendizaje*. Tesis de Licenciatura no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México Campuz Iztacala, Edo., de México.

Mohl, A. (1998). *El Aprendiz de Brujo*. Sirio, Madrid.

O'Connor, J.. y Seymour, J. (1985). *Introducción a la PNL*. Urano, España.

O'Connor, J. Y McDermott, I. (1997). *El Lenguaje Corporal*. Plaza & Janes, Editores, España.

Oñativia, O. (1984). *Bases Psicológicas de la Educación*. Guadalupe, Buenos Aires, Argentina.

Pérez, F. (1995). *Aprendiendo a Cambiar. Cómo Aplicar la PNL en Nuestra Vida Diaria*. PAX, México.

Pick, S. y Givaudan, M. (1995). *Aprendiendo a Ser Papá y Mamá (de Niños y Niñas del Nacimiento hasta los 12 años)*. ¿Ideame?, México.

---- (1996). *Yo Papá, Yo Mamá. (La Forma Responsable de Educar y Disfrutar con tus Hijos e Hijas)*. ¿Ideame?, México.

Popkins, M. Y Cols.. (2001). *Cómo Lograr que sus Hijos Triunfen en la Escuela*. Selector, México.

Porcel, C. (2000). *¿Qué es la PNL?. Ejercicios para la Transformación Personal Mediante la PNL*. PAX, Manuales Integrales, Barcelona.

Portellano, J. A. (1989). *Fracaso Escolar. Diagnóstico e Intervención. Una Perspectiva Neuropsicológica*. Ciencias de la Educación Preescolar (CEPE), Madrid.

DIF. (2000): *¿Qué es una Escuela par Padres?* (en red) Disponible en: revista sureste.com.dif.

Riveiro, L. (2001). *¿Cómo Aprender Mejor? Técnicas para Mejorar tu Aprendizaje*. Urano, España.

Robertiello. R. (1993). *Abrázalos Estrechamente y Después Déjalos Ir*. Diana, México.

Sambrano, J. (2000). *PNL para Todos. El Modelo de la Excelencia*. Alfaomega, México.

---- (2002). *El Placer de Aprender a Aprender. Superaprendizaje para Todo*. Alfaomega, México..

Schwarz, A. y Schweppe. R. (2001). *Guía Fácil de PNL*. Robin Book, España.

Stern, H. (1967). *La Educación de Los Padres*. Kapelusz, Argentina.

Ziglar, Z. (1994). *Cómo Criar Hijos con Actitudes Positivas en un Mundo Negativo*. Norma, Barcelona.