

John Grinder, cocreador y pionero de la programación neurolingüística (PNL) desde 1976



VICTOR M. AMELA

IMA SANCHIS

LLUÍS AMIGUÉ

No voy ni a presentarme a mí mismo ni a darle ningún dato personal, porque, al revelar mi pasado y mis creencias, las pondría entre lo que digo y los lectores, y lo connotarían y condicionarían: pasaría como cuando señalas una puesta de sol maravillosa y sólo ven tu dedo

“Puede saber si le mienten por el movimiento de los ojos”



DANI DUCH

Nuestra cultura prescinde del subconsciente...
Ignora medio cerebro. Porque nos educan sólo para ser útiles en el sistema productivo y, sinceramente, creo que, como humanos, somos capaces de muchas más cosas...

... **Que se consideran secundarias.** Pagamos un precio por esa miopía: perdemos capacidad de aprendizaje y de conexión interpersonal y sufrimos ansiedades paralizantes y disfunciones frustrantes.

La razón no se entiende con la otra mitad de la mente, pero tampoco sin ella. No es que el subconsciente no tenga lógica; tiene sus reglas, pero no son las mismas de la razón y tampoco necesitamos saberlas para beneficiarnos de todo su potencial.

¿Y eso es lo que aprovecha la PNL? La programación neurolingüística la creamos Richard Bandler y yo en 1976 a partir de los grandes descubrimientos de la neurología y la lingüística de los setenta.

Década pionera para la neurociencia. Aprendimos de Bateson, Beethoven del pensamiento; Pearls, el creador de la Gestalt; Satir, avanzada de la terapia familiar, y Erickson, maestro de la metáfora y experto en conseguir respuestas del subconsciente.

¿Para qué sirve la PNL?

Tratamos de explicar cómo los humanos conseguimos estados mentales en los que realizamos nuestros objetivos.

¿Alguna técnica específica?

Tal vez la más popular es la de las pautas del movimiento ocular: si ahora mis ojos van hacia mi izquierda es que estoy recordando, ergo diciendo la verdad; si hacia mi derecha, es que estoy creando imágenes, ergo podría estar mintiendo.

Para mentir, mejor llevar gafas de sol. Su movimiento ocular delata la tarea mental que está haciendo: creando una imagen (sus ojos se mueven arriba y a su derecha); recordando una imagen (arriba izquierda); creando sonidos (centro derecha); recordando sonidos (centro izquierda); reviviendo emociones (abajo izquierda); y hablando consigo mismo (abajo derecha).

¿Cómo enseña usted a aprender?

¿Acaso los niños se preocupan por la gramática? Y sin embargo aprenden a hablar más rápido que los estudiantes de idiomas que se esfuerzan en racionalizar y memorizar las reglas gramaticales de los adultos.

Aquí se estudia, pero no se habla inglés. Porque aprenden inglés, pero no a hablar. Otra manera habitual de no aprender un idioma es concentrarse sólo en la traduc-

LA PNliga

Pueden creer o dudar de la PNL, pero hace 33 años que forma a miles de personas en todo el planeta y proporciona ingresos –por qué no– a cientos de *coachs*. Grinder atraviesa continentes incansable –ahora llega a Barcelona– proclamando la no tan nueva, pero aún buena, verdad del código. Al punto, Carmen Bostic St Clair, celosa guardiana de las esencias PNL, me recuerda que lo han renovado juntos e insiste en posar junto al padre fundador. Y no oso contrariarla, porque es muy asertiva. Mientras, el angustiado presidente de un club de fútbol en apuros espera que acabemos *La Contra* para pedir ayuda PNL a Grinder para sus chicos. Me entero del fichaje por casualidad, así que no daré cifras.

ción y obsesionarse con no cometer errores.

¿Es mejor equivocarse?

Para aprender, debe suspender el juicio y poner en ello toda la mente y no sólo la razón.

¿Suspender el juicio es hacer bobadas?

Al contrario. Ser capaz de no razonar automáticamente ante un problema requiere concentración, entrenamiento y sabiduría. Nos han hecho creer que el aprendizaje es fruto siempre del raciocinio, pero nuestra capacidad más importante –hablar– la aprendemos sin razonar: simplemente imitando.

Los primates aprendemos copiando.

Si pudiera aprender a pintar con Picasso o a tocar con Mozart, ¿trataría usted de deconstruir sesudamente su obra? Si los imitara sin racionalizarlos, aprendería más rápido.

Si pienso en cómo ando, me caigo.

Los niños cometen errores, pero sin ser conscientes de ellos, por eso sin tener profesores de idiomas acaban hablando bien. En cambio, el adulto es demasiado consciente de sus faltas y su temor a cometerlas paraliza a menudo su capacidad de aprender.

¿Su consejo?

Debe acceder a un estado mental en el que adquiera la flexibilidad natural del niño para escuchar y reproducir sonidos sin el miedo del adulto a equivocarse. Cuando lo logre, su voz interna le hablará su nueva lengua; con errores, sí, ¿y qué? Ya corregirá.

¿Una regresión para poder avanzar?

Una regresión en la que la nueva lengua se aprehende sin interferencia de la materna. Y ese estado de suspensión de conciencia también es útil para otros aprendizajes.

Por ejemplo...

A mí me aburre repetir lo que sé. Prefiero experimentar y equivocarme a repetir sin meter la pata, pero también sin aprender nada nuevo.

El error aquí tiene muy mala prensa.

La obsesión por no arriesgarse en el ensayo de lo nuevo es consecuencia de nuestra inseguridad, pero también al mismo tiempo la prolonga. Evita que avancemos. La repetición de lo sabido minimiza el error, pero también el aprendizaje.

Los banqueros parecían infalibles.

Cuanto más inseguro es un negocio en realidad, más necesitan los negociantes simular seguridad y predictibilidad. Y, sin embargo, a menudo avanzar en zigzag de forma inesperada es el mejor modo de llegar lejos.

Los experimentos, con gaseosa: dicen.

A los empresarios convencionales les provoca pánico, no ya equivocarse, sino simplemente la posibilidad de que alguien crea que pueden equivocarse. Están paralizados por la necesidad de simular que tienen todo bajo control.

¿Cómo aprender sin miedo al error?

Cualquier ansiedad aumenta si no la confrontamos, pero se desvanece en cuanto le plantamos cara. Es como un fantasma imaginario que crece y crece hasta que te atreves a quitarle la sábana y, ¡zas!, resulta que debajo sólo había un ratoncito.

LLUÍS AMIGUÉ

Si tens més de 25 anys és el moment de triar

CURS D'ACCÉS A LA UNIVERSITAT

EducaciOnline

Informa't sobre les nostres noves opcions de finançament



I també
Programes
de

formació
superior per a
professionals

www.educacionline.com
902 10 14 10

Amb el suport metodològic de
UOC