

Des del mateix moment del naixement, per no dir abans, totes les persones generen mecanismes de protecció i supervivència que els permeten interactuar de manera positiva amb els diferents entorns emocionals i socials en què es desenvolupen. El nostre aprenentatge com a éssers humans consisteix, bàsicament, a aplicar el modelatge d'altres comportaments o, quan no existeix aquest model, aprendre pel mètode de l'assaig-error.

Aquests comportaments que portem a terme, una i una altra vegada, a partir de la interacció i la comunicació amb l'entorn, arriben a quedar fortament fixats en nosaltres com a creences i es converteixen, conjuntament amb la nostra herència biològica, en part de la nostra personalitat. Les creences impliquen afirmacions sobre les nostres representacions internes (com interpretem la vida i el món).

Es defineix una creença com una generalització sobre:

- Nosaltres mateixos, les altres persones o el món que ens envolta.
- Les nostres accions, el que fem o projectem fer.
- Certa relació existent entre experiències. L'estudi i l'aplicació de la Programació Neurolingüística (PNL) ens permet ordenar els components del nostre pensament i organitzar la nostra experiència de manera que generem aquelles creences positives, necessàries per portar a terme les conductes adequades per aconseguir els nostres objectius.

La PNL ens fa reflexionar, entre altres coses, sobre com actuem les persones, com prenem les decisions a partir de les creences, com ens relacionem i ens comuniquem entre nosaltres, i com recollim la informació de l'entorn. Les habilitats i competències que podem desenvolupar a partir de l'estudi de la PNL i de l'aplicació de les seves tècniques encaixen bé en un món que posa cada vegada més èmfasi en la qualitat de l'educació, en l'atenció als alumnes i en la responsabilitat de la tasca d'educar.

“Les creences impliquen afirmacions sobre les nostres representacions internes (com interpretem la vida i el món)”

La PNL no pretén ser una col·lecció de dogmes que hem d'imposar al nostre propi esquema mental; tampoc és una teoria, sinó més aviat un model, és a dir, un conjunt de procediments i de tècniques per ajudar-nos a créixer i millorar personalment i professional. Podríem dir que la PNL és un conjunt de recomanacions per treure el major rendiment possible de les nostres capacitats i de la interacció amb les persones que ens envolten, tot partint d'uns postulats o suposicions que estan més fonamentats en unes fermes conviccions d'efectivitat que de veritatat. No es demana que comprovem la veritat de les suposicions que ens ofereix, sinó el seu grau d'eficàcia per ajudar-nos a assolir les nostres fites personals.

- “Tot comportament té una intenció positiva.”
- “Tota persona agafa la millor alternativa entre les disponibles.”
- “La qualitat de la teva comunicació és la resposta que obtens.”
- “No existeixen els fracassos, tan sols els resultats.”
- “No podem percebre la realitat del món que ens envolta, tan sols ens fem pel·lícules o mapes del que passa al nostre voltant.”
- “Cada persona té dintre seu tots els recursos que necessita per aconseguir els objectius realistes que es proposi a la vida.”
- “Els pensaments i les paraules tenen poder.”

La PNL fa èmfasi en la importància d'identificar les creences limitadores de

l'alumnat i del professorat. Creences del tipus “estudiar no serveix per a res”, “ningú no em valora”, “no cal que m'hi esforci perquè no ho aconseguiré”, “estudiar no està fet per a mi”, “amb aquests alumnes no hi ha res a fer”..., pensaments que conformen els

fondaments de la desmotivació professional i el fracàs acadèmic. No hem d'oblidar que les creences influeixen en el comportament, ja que poden afavorir una determinada conducta o inhibir-la. Si crec que... “puc parlar en públic sense cap problema”, activaré totes les meves capacitats perquè resulti així, i molt probablement resultarà d'aquesta manera.

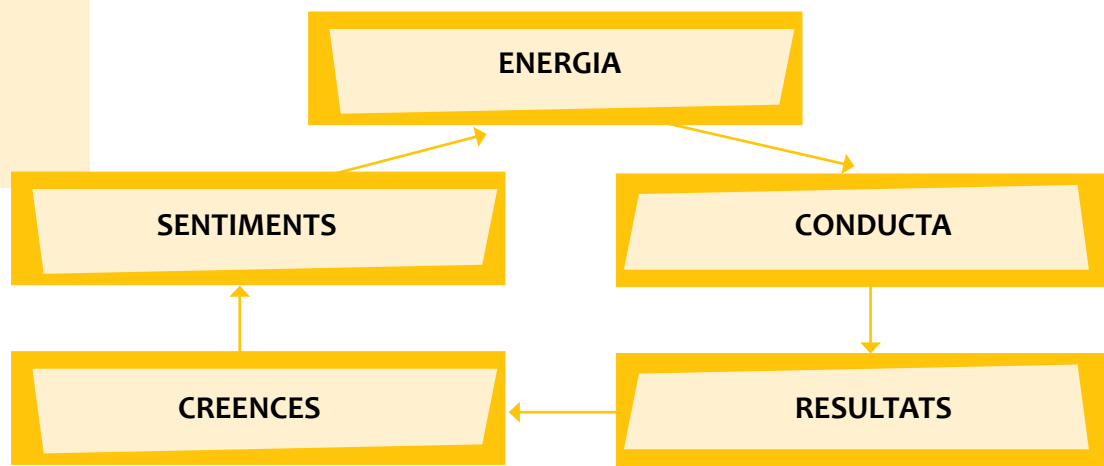
Suposem que demà al migdia tenim una reunió amb les famílies però estem convençuts que ens posarem nerviosos i que les famílies ens qüestionaran. Quines energies creieu que activarem si tenim aquest convenciment? Amb tota seguretat energies negatives, ja que ens hem dit a nosaltres mateixos que “no val la pena”, que “fracassarem”. Amb aquestes creences, amb aquests pensaments, les nostres accions no seran ni enèrgiques ni congruents. Si estem segurs que no ens en sortirem, per a què hauríem d'emprendre un gran esforç?

En creure que no sabré parlar en públic, he començat a generar un sistema de creences que es reforcen per si soles i que comunicaran al sistema nerviós les ordres de

reaccionar amb accions plenes de dubtes i de poca fermesa. Quins resultats es poden derivar de tot això? De ben segur que mediocres, cosa que potenciarà les nostres pors i ens

“La PNL es tracta d'un conjunt de recomanacions per treure el major rendiment possible de les nostres capacitats”

“No hem d'oblidar que les creences influeixen en el comportament, ja que poden afavorir una determinada conducta o inhibir-la”



farà entrar en un cicle de poca autoestima i de desmotivació que s'autoalimenta a ell mateix i que reafirma, en aquest cas, les nostres creences negatives.

Ho veus?

Per resumir, podem dir que en el camp docent la PNL ajuda el professorat a millorar la seguretat personal, a desenvolupar unes bo-

nes competències comunicatives, a motivar-se per la tasca educativa, etc. I si parlem de l'alumnat, la PNL ens és útil per millorar la seva autoestima, els seus aprenentatges i la resolució de conflictes, entre altres coses.

Rosa López

Professora i psicopedagoga, experta en PNL
Tutora del curs de PNL de Prisma
rosa.lopez@prisma.cat

formació on-line:

PNL: Programació Neurolingüística en Entorns Educatius

Aprende a identificar els processos de pensament i aprenentatge propis i dels altres i conèixer les principals tècniques de PNL aplicades dins l'entorn escolar.



pdf's - fòrums - xats - mediateca - activitats

www.prisma.cat

d'aprenentatge - atenció personalitzada - tutor/a

Prisma
formació psicopedagògica

Zona Edició de Premis Prisma d'Assaig Psicopedagògic

En base a l'objectiu bàsic d'estimular l'estudi de la realitat socioeducativa del nostre país, l'Associació per al Desenvolupament Infantil i Familiar Prisma convoca els Premis Prisma, els quals es regeixen a través de les següents bases:

Objecte

1. Les obres que es presentin als Premis Prisma 2010 hauran de versar entorn temes d'interès socioeducatiu i/o terapèutic en l'àmbit del desenvolupament infantil.

2. Es valoraran especialment les obres que combinin l'exposició teòrica, la seva aplicació pràctica i la seva exemplificació a través de comparatives amb altres pràctiques.

Condicions de les obres

3. Les obres hauran de ser estrictament inèdites.

4. Totes les obres hauran d'estar escrites en llengua catalana.

5. Les obres han de tenir una extensió aproximada de 200.000 caràcters comptant els espais.

Contingut del premi

6. El Premi està dotat amb 1.500 euros, que es faran efectius en el moment de la seva concessió pública.

7. Les obres premiades seran publicades per Prisma Edicions Psicopedagògiques. Sense perjudici de l'autor/a, els drets de publicació del treball guanyador correspondran a Prisma Edicions Psicopedagògiques, la qual podrà reproduir-lo fent-hi constar el nom de l'autor/a.

8. L'Associació Prisma es reserva el dret a publicar aquelles obres no premiades que consideri d'una qualitat remarcable, sempre que l'autor/a hi estigui d'acord.

9. Si el Jurat ho creu oportú, el premi podrà ser considerat desert.

Resolució del premi

10. La resolució dels Premis Prisma 2010 anirà a càrrec d'un Jurat compost per professionals de la psicologia i la pedagogia.

11. La resolució del premi es farà pública el 12 de març de 2010.

Presentació de les obres

12. El termini de presentació d'originals finalitza el dia 29 de gener, a les 15.00 hores.

13. S'han de lliurar 3 còpies en paper degudament enquadernades i una còpia en suport informàtic a la seu de l'Associació Prisma de Girona (Pl. Poeta Marquina 5, 1r - 1a - 17002 Girona).

14. Als originals hi haurà de constar el nom, els cognoms, l'adreça i el telèfon de l'autor/a. Si es preferís emprar un pseudònim, l'autor haurà d'adjuntar una plica.

15. Els autors/es es comprometen a no retirar l'obra abans de fer-se pública l'adjudicació del premi i a no presentar-la a altres concursos en curs ni en general, a tenir compromesa la seva difusió.

16. Un exemplar de les obres no premiades quedarà dipositat a la biblioteca de l'Associació Prisma. La resta d'originals podran ser retirats fins un màxim de tres mesos després de la resolució del premi.

17. La presentació d'originals implica l'acceptació d'aquestes bases, que actuen en valor de contracte.

**Prisma Edicions
Psicopedagògiques**

Pl. Poeta Marquina 5, 1r - 1a

17002 Girona

edicions@prisma.cat

www.prisma.cat - Tel. 972 21 75 65

gogia logopèdia psicopedagogia
socio sistemica aprenentatges-s
Prisma
EDICIONS PSICOPEDAGÒGIQUES
ió sistemica familia aprenentatg
gogia logopèdia psicopei
PreMis
Prisma
atenció sistemica familia apre