

Programación Neuro- Lingüística

Prof. Morella Velazco

2. 5. Representación, mapa o modelo del mundo

Cada persona tiene una representación del mundo en el cual se desenvuelve. Esta representación es la que se denomina “modelo del mundo”, el cual genera conductas de acuerdo a la representación que tengan los individuos. Las representaciones mentales que cada individuo tiene dependen de sus experiencias, vivencias, cultura, fisiología entre otras. Cada persona tiene un modelo o mapa del entorno en el cual se desenvuelve, es decir, el modelo del mundo para cada individuo es diferente. Esto depende de sus limitaciones sociales, individuales y neurológicas.

Los seres humanos tienen como sistema receptor para captar esta representación del entorno, la visión, el oído, el tacto, el gusto y el olfato. Con este sistema se codifica la información, se lleva al cerebro y se produce una respuesta de acuerdo con las experiencias previas y también dependiendo a la organización que se le da a los pensamientos. Cada individuo estructura sus pensamientos de forma diferente esto dependiendo del sistema líder de cada persona, es decir, si el sistema que más se utiliza es la vista, el sistema líder será el *visual*. Si predomina en la persona la utilización de la audición, el *oído* será su sistema líder, kinestésico si usa más las sensaciones corporales, el *olfato* y el *gusto*. (Sambrano, 1997).

Esto quiere decir, que los órganos de los sentidos son de gran importancia, puesto que son los encargados de la comunicación interna y externa, de la percepción y experiencia que se toma del mundo y que se registran en los diversos sistemas de maneras diferentes. Por medio de los sistemas de representación el individuo absorbe la información para procesarla a través del sistema cerebral produciendo nuevos aprendizajes. La experiencia del mundo varía según el funcionamiento del sistema nervioso, esto depende del mapa o representación mental que tenga el individuo.

Lo expuesto anteriormente, clarifica las limitaciones neurológicas que tiene el ser humano, para establecer diferencias entre la experiencia y la percepción como proceso activo.

Las limitaciones sociales tienen menos dificultad que las anteriores, puesto que el ser humano es capaz de aprender y organizar experiencias para la representación del mundo. Estas limitaciones son iguales para una misma comunidad.

En cuanto a las limitaciones individuales, se puede decir que de acuerdo con el estilo de vida de cada individuo se forman las representaciones o mapas mentales, son como huellas digitales, muy peculiares, únicas. Aquí la representación del mundo se crea de acuerdo a los intereses, hábitos, gustos, pautas y normas de conducta claramente propias.

Estas diferencias hacen que de alguna manera el modelo del mundo tendrá su diferencia en cada persona. Por esta razón se puede enriquecer o empobrecer las experiencias y actuar de manera eficaz o ineficaz.

Las personas bloquean su capacidad de percibir alternativas y posibilidades que se le presenten para la solución de sus problemas, debido a que éstas no están presentes en sus modelos del mundo. Existen individuos que atraviesan períodos de cambio con facilidad, los vivencian como períodos de creatividad. Otros, lo viven como etapas de terror y sufrimiento. Esto significa que existen personas con una representación o modelo rico de su situación, en el que perciben una amplia gama de alternativas entre las cuales pueden escoger acciones posibles. Para otras personas, las opciones son poco atractivas. Juegan a perder.

La diferencia está en la riqueza de sus modelos. Unos mantienen un modelo empobrecido que les origina dolor y sufrimiento ante un mundo lleno de valores, rico y complejo. Estas personas eligen lo mejor dentro de su modelo particular. Su conducta cobra sentido dentro del contexto de las alternativas generadas en su modelo. Las personas que no tienen suficientes alternativas carecen de una imagen rica y compleja del mundo.

La PNL es un modelo para el cambio el cual pueden lograr los docentes en cuanto a las dificultades que confrontan los estudiantes en determinadas materias. Se les puede ayudar a resolver sus problemas por medio de las técnicas del PNL, con la finalidad de cambiar el mapa mental empobrecido que tiene el alumno por uno más amplio.

Tomado de <http://www.pnl.org.mx/metamodelo.html> el 15 de agosto de 2012.

En *Programación Neurolingüística* se dice que "el mapa no es igual al territorio". Esto significa que las personas no responden a la realidad, sino a las percepciones que tienen de la realidad haciendo representaciones (mapas) de la misma por lo que ven, sienten o escuchan. Por tanto, los modelos o mapas que creamos cada uno de nosotros, serán diferentes.

Es un hecho que gran parte de los problemas que se dan en el mundo, se deben a que cada persona cree firmemente saber la verdad y está convencido de que los demás están equivocados. Sin embargo, ningún mapa del mundo es más "real" o "verdadero" que el otro. Esto puede demostrarse en virtud de que cada persona tendrá posibilidades y limitantes diferentes, las que Grinder y Bandler dividen en tres categorías:

Limitantes neurológicas.

Se cree que la función del sistema nervioso, del cerebro y de los órganos de los sentidos, son más que nada eliminativos y no productivos. Cada persona es capaz de recordar en cada momento todo lo que ha ocurrido y percibir todo lo que está ocurriendo en cada lugar del universo. La función del cerebro y del sistema nervioso consiste en protegernos de ser abrumados y confundidos por esta masa de conocimientos, en gran medida inútiles y sin importancia.

Limitantes sociales.

Los factores sociogenéticos son todas las categorías o filtros a los cuales estamos sujetos como miembros de un sistema social. Las maneras aceptables de percibir una realidad en una cultura dada. Tal vez el filtro sociogenético más comúnmente reconocido lo constituye el sistema de nuestra lengua. Dentro de cualquier parte de la riqueza de nuestra experiencia está relacionado con el número de distinciones que hacemos en determinada área de nuestra sensación.

Limitantes individuales.

Al igual que las huellas digitales, cada individuo tiene una serie de experiencias que conforman su historia personal y que le son únicas e irrepetibles, las limitantes individuales constituyen la raíz de las profundas diferencias existentes entre los seres humanos y la manera como creamos nuestros modelos del mundo. Puede que estas diferencias en nuestros modelos adulteren nuestras pautas sociales enriqueciendo nuestra experiencia, mostrándonos más alternativas, o bien empobreciendo nuestra experiencia de modo que se disminuya nuestra capacidad para actuar de manera eficaz.

Metamodelo

Las personas podemos tener la idea completa de lo que queremos decir (estructura profunda) pero al momento de traducir los pensamientos en palabras, sólo expresamos una aproximación de la idea, es decir, acortamos la estructura profunda y lo que realmente referimos es la estructura superficial.

Para pasar de la estructura superficial a la estructura profunda, inconscientemente eliminamos parte de la información, al simplificarla, distorsionamos el significado, y finalmente, hacemos generalizaciones, de ella, lo que nos lleva a evitar conversaciones profundas y llenas de detalles.

La forma más común de comunicarnos es presentar la información de manera superficial. Para conocer la estructura profunda que está ligada íntimamente con la representación visual, sensorial y auditiva de la experiencia de las personas, usamos el modelo de precisión o metamodelo.