

## En contacto©

Número Presentación  
Noviembre 2006

Revista online gratuita dedicada a estar **En contacto**

### ¡Bienvenidos a todos!

Qué grata sorpresa fue el día 17 de noviembre, cuando envié una invitación a suscripción a esta revista que todavía se estaba gestando en mi mente, e inmediatamente tenía, en las primeras horas, 100 correos electrónicos solicitando recibirla.

Les cuento, para quienes se suscribieron y no tienen mucha idea de qué es **EN CONTACTO**, ni quién soy yo, ni qué es PNL, que en este, el primer número, voy a contestar algunas de sus dudas. Muchos de ustedes hace años están suscriptos a RTNews, la revista online en inglés, para docentes, que llega a muchísimos países en el mundo, sin embargo, los suscriptores más nuevos, van a encontrar que la información en esta primera revista es nueva para ustedes también.

Hoy reciben esta revista mucha gente de todas partes de este país, Argentina, como así también lectores de Estados Unidos, Colombia, República de El Salvador, Bolivia, Perú, Chile, México, Puerto Rico, Venezuela y España. Si eres de algún país que no nombré, por favor, envíame un correo electrónico diciéndome de dónde eres ya que me gustaría saberlo.

Les doy la bienvenida otra vez, y, nos mantenemos **EN CONTACTO**.

- ¿Qué es **Resourceful Teaching**?
- ¿Qué es **RTNews**?
- ¿Por qué esta publicación se llama **EN CONTACTO**?
- ¿Qué es la **PNL**?

**Nota: Si sé lo que quiero voy a conseguirlo**

- Publicaciones
- Calendario de actividades en Buenos Aires.
- Cómo suscribirse o dejar de recibir la revista.

– ¿Qué es Resourceful Teaching?

**Resourceful Teaching** ® es un equipo de docentes, coordinados por mí, Laura Szmuch y Jamie Duncan, sus fundadores. Trabajamos hace ocho años en la aplicación de las técnicas y filosofía de la PNL en el ámbito de la educación, y damos capacitación a profesores de todas partes de Argentina y otros países. Lo hacemos a través de los cursos de PNL, talleres, participación en congresos nacionales e internacionales, con nuestras publicaciones y cursos online. En estos últimos años vimos cómo la información llegó a muchísima gente que utilizó lo aprendido tanto en su vida profesional como personal. Estamos muy satisfechos por haber recorrido casi todo nuestro país, que es enorme y bellissimo, y haber ido dejando detrás de nosotros la semilla de la inquietud por saber más, aplicar más, obtener más y mejores resultados.

Cuando digo *nuestro* país, Argentina, me refiero al país donde nací y el país que Jamie adoptó como suyo después de más de diez años de vivir acá. Él es nacido en Nueva Zelanda, y vivió en varios otros países. Llegó a Argentina como director de estudios de un importante instituto de idioma inglés, y se enamoró de Latinoamérica y nuestra idiosincrasia.

Yo soy profesora nacional de idioma inglés, y nos conocimos en 1994, mientras hacíamos un curso de PNL. Inmediatamente vimos que teníamos en nuestras manos una herramienta poderosísima que podíamos utilizar para lograr que nuestros alumnos aprendieran más y más eficientemente.

Comenzamos a investigar, probar, aplicar, leer, compartir...y cuatro años después, a pedido de un grupo de colegas, le dimos forma al primer curso de PNL orientado a educación.

A partir de ahí hemos recorrido un largo camino. Hemos capacitado muchísimos docentes, que no sólo mejoraron la calidad de sus clases, sino también la calidad de sus vidas . **A ellos, nuestros alumnos, les pedimos que nos envíen relatos de sus experiencias a partir de la práctica de la PNL, para compartir con los demás lectores.**

---

### – ¿Qué es RTNews?

Hace cinco años nos dimos cuenta de que cuando nuestros alumnos terminaban sus capacitaciones se quedaban con ganas de seguir leyendo y, de alguna manera, seguir conectados con nosotros. Nosotros también queríamos seguir compartiendo cosas con ellos. Entonces, nació **RTNews**, la revista de PNL en Educación. Y la diseñamos en idioma inglés, porque en un principio, nuestros alumnos eran únicamente docentes de ese idioma.

Esa publicación, que comenzó siendo una forma de mantenernos en contacto con nuestros alumnos, empezó a reenviarse entre suscriptores, y más y más gente pidió recibirla, no solamente quienes habían asistido a alguno de nuestros cursos o capacitaciones. En este momento miles de personas reciben **RTNews** todos los meses y, además de todas las provincias de Argentina, tenemos suscriptores en casi

todos los países del mundo. Si quieres suscribirte, puedes hacerlo enviando un correo a:

[rnews@resourcefulteaching.com.ar](mailto:rnews@resourcefulteaching.com.ar)

Y si lees en inglés, te invito a visitar nuestra página web:

[www.resourcefulteaching.com.ar](http://www.resourcefulteaching.com.ar)

---

### – ¿Por qué esta publicación se llama EN CONTACTO?

Como ya te conté, al principio, nuestras capacitaciones eran sólo en idioma inglés, y sólo orientadas al ámbito de la educación. Sin embargo, a medida que fuimos explorando diferentes temas, nos fuimos dedicando más y más al terreno del crecimiento personal, liderazgo, capacitación a deportistas, entre otros. Un curso bellísimo que doy hace tres años se llama "Un Spa para tu Alma", donde los participantes, entre otros temas, aprenden a diseñar maneras para lograr sus objetivos y cumplir sus sueños.

Dando unas charlas en español en Perú, y también en Buenos Aires y otras provincias de Argentina, la gente que no hablaba ni leía en inglés, me reclamaba una manera de estar **EN CONTACTO**, de recibir material e ideas, de poder seguir aprendiendo.

Entonces hace un par de semanas, después de haberme encontrado un día con mi casilla de correo electrónico inundada de mensajes después de haber dado una presentación en un importante congreso sobre Liderazgo y nuevas tendencias educativas, organizado por ABS International, me desperté un día con la pregunta en mi mente: "¿Cuánta gente realmente estará interesada en estar **EN CONTACTO**?"

Y, a través de **RTNews**, hice la invitación, para encontrarme en un par de horas con la nueva casilla repleta otra vez con los pedidos de suscripción a la nueva revista. Por eso, hoy tienes en tu pantalla éste, el primer número.

Me da mucho placer, estar **EN CONTACTO** contigo y con todas las otras personas que me enviaron hermosísimos correos alentándome a compartir mucho de lo que he aprendido en estos últimos años.

### – ¿Qué es la PNL?

La **Programación Neurolingüística** es una serie de principios, actitudes y técnicas que nos permiten lograr el máximo de nuestras potencialidades. La **PNL** describe la dinámica entre la mente (neuro), el lenguaje (lingüística) y cómo ellos influyen en nuestras decisiones y conductas. Comenzó en Estados Unidos en la década del 70 con Richard Bandler y John Grinder quienes exploraron cómo modelar excelencia en el campo terapéutico.

La **PNL** está siendo utilizada actualmente como entrenamiento de habilidades comunicativas en las empresas con maravillosos resultados. También en el campo del deporte y salud. Aplicada a la educación, es una herramienta espectacular para que el aprendizaje fluya en forma natural, y también en casos donde ciertos bloqueos

emocionales o intelectuales impiden el normal desarrollo del proceso de aprendizaje. La utilización de las técnicas de **PNL** aceleran el logro de objetivos, ayudando a los alumnos a alcanzar metas que ellos mismos fijan en forma altamente eficaz.

Los resultados de la aplicación de la **PNL** a las clases son espectaculares, ya que combinan el trabajo del docente que sabe cómo aprende cada persona en particular y adapta su metodología de acuerdo a esto, con un alto nivel de motivación por parte del alumno. De esta manera se intensifica la capacidad innata que tenemos **TODOS** los seres humanos de aprender cosas nuevas, y, sobre todo, ¡disfrutar el proceso!

(adaptado del libro: "*Aprendiendo inglés y disfrutando el proceso*" de Laura Szmuch, Ed. Dunken)

Te iré explicando más cosas en los próximos números...

---

### – **Nota: Si sé lo que quiero voy a conseguirlo**

Esta es una de las presuposiciones básicas de la **PNL**. Como uno de los pilares de la **PNL** es, precisamente, la orientación hacia el **logro de objetivos**, una de las condiciones básicas para poder conseguir lo que queremos, es, obviamente, **saber qué es lo que queremos**.

Mucha gente vive en la queja constante de que las cosas no son como les gustaría que fueran. Sin embargo, no saben **cómo** les gustaría que fueran. Para poder tener la **posibilidad de lograr algo**, primero debemos tener la certeza de **qué es lo que queremos**.

### **¿Siempre consigo lo que quiero si sé qué es lo que quiero?**

No, no siempre. No obstante, el saberlo es el primer paso para poder empezar **a diseñar la vida que queremos**. Muchas veces vamos por la vida sin rumbo. A veces está bien que así sea. Hay períodos en la vida en los que nos dejamos llevar, o juntamos información acerca de posibilidades, o nos tomamos un descanso para evaluar nuestro estado actual. Y hay otros períodos en la vida en los que nosotros tomamos las riendas y decidimos y actuamos. **Somos protagonistas de nuestras decisiones**. Y no culpamos a nadie por no haber llegado a ninguna parte si jamás nos habíamos propuesto un determinado destino.

Piensa en este ejemplo:

Si subes a un taxi y le dices al taxista: "*Lléveme*"

### **¿Qué crees que puede llegar a suceder?**

Es posible que el taxista te pregunte dónde quieres ir, y ahí estaría solucionado el tema. También es factible que no te pregunte, y te lleve donde él quiere.

Y tal vez te guste...pero, ¿y si no te gustara?

Lo mismo sucede en la vida cuando no tomamos nuestras propias decisiones: **otros las toman por nosotros**.

Como dije anteriormente, no podemos conseguir lo que queremos, si no sabemos lo que queremos. Y sólo saber qué es lo que queremos, no es garantía de conseguirlo, a no ser **que nos pongamos en movimiento** para hacerlo.

Una vez que sabemos qué es lo que queremos es bueno ser lo más específico posible acerca de nuestro objetivo.

**¿Eso quiere decir que me tengo que poner estricto y sólo esperar lo que entra dentro de esas "especificidades"?**

No, absolutamente no. Lo que quiero decir es que con sólo decir "Quiero una casa grande", por ejemplo, no es suficiente.

*¿Qué tipo de casa quieres?*

*¿Cuántos cuartos tiene tu "casa grande"?*

*¿Cuántos baños?*

*¿Tiene patio o jardín? ¿Parque?*

*¿Dónde quieres que esté?*

*Describe la casa de tus sueños tal y como la quieres.*

*¿Qué cantidad de dinero estás dispuesto a pagar por ella?*

*¿Para qué quieres una casa grande?*

*etc*

Una vez que la imaginas, lo que quieres empieza a tomar forma en tu mente.

No vas a poder conseguir la casa de tus sueños *a no ser que **tengas** una casa en tus sueños.*

Quizás no encuentres exactamente la que soñaste, sin embargo, el haberla puesto en tu mente con bastante detalle es el primer paso.

**¿Y soñarla es suficiente?**

No, pero es maravilloso. Y una vez que la sueñas, tienes que ponerte en marcha para conseguirla.

La **PNL** ofrece muchísimas técnicas para crear y lograr objetivos.

En próximos números te iré contando acerca de ellas.

**Mientras tanto, te invito a que empieces a preguntarte qué es lo que quieres en tu vida en sus distintos ámbitos, como por ejemplo: personal, laboral, familiar, etc**

**Esa es TU TAREA, querido lector, para este mes. Empezar a pensar que puedes diseñar tu vida, o aumentar lo que te gusta de ella.**

**¡Hasta la próxima!**

**Laura Szmuch©**

**Publicaciones en español:**

**Aprendiendo inglés y disfrutando el proceso, de Laura Szmuch, Editorial Dunken**

Este es un libro para estudiantes. Su premisa fundamental es que todos somos únicos e irrepetibles, por lo tanto, aprendemos de maneras diferentes. Contiene técnicas de **Programación Neurolingüística** (PNL) para motivarlos, los orienta en relación a sus estilos de aprendizaje, analiza las distintas etapas en la adquisición de un idioma, los estimula a planificar y establecer objetivos personales, y sobre todo, le muestra al lector que el factor más importante dentro de su propio proceso de aprendizaje es él mismo y su actitud positiva.

Ideal para acompañar a quienes están haciendo un curso o como fuente de inspiración de los docentes para sistematizar la reflexión de sus alumnos durante su proceso de aprendizaje.

*Recomendado en el suplemento Ñ del diario Clarín el 28 de febrero de 2004*

---

### **12-17 Febrero 2007**

Curso intensivo de Programación Neurolingüística en Buenos Aires

Para más informes, envíame un correo electrónico a [cursospnl.laura@gmail.com](mailto:cursospnl.laura@gmail.com)

---

Si has recibido esta revista, pero no estás suscripto personalmente, puedes hacerlo enviando un correo electrónico a [pnlcursos.laura@gmail.com](mailto:pnlcursos.laura@gmail.com)

Si deseas dejar de recibir la revista, simplemente envíame un mensaje pidiéndomelo.