

DOI: <https://doi.org/10.23857/fipcaec.v8i1>

“La programación neurolingüística en el proceso del desarrollo de autonomía en niños”

Neurolinguistic programming in the process of developing autonomy in children

A programação neurolingüística no processo de desenvolvimento da autonomia em crianças.

Lucía Fernanda Begnini-Domínguez

lbegnini@itsjapon.edu.ec

Blanca Marina Báez-Pérez

bbaez@itsjapon.edu.ec

Patricia Alexandra Barrera-Andrade

pbarreraa@itsjapon.edu.ec

Correspondencia: lbegnini@itsjapon.edu.ec

* **Recepción:** 22/01/2023 * **Aceptación:** 12/02/2023 * **Publicación:** 10/03/2023

1. Instituto Superior Tecnológico Japón
2. Instituto Superior Tecnológico Japón
3. Instituto Superior Tecnológico Japón

Resumen

Se define autonomía infantil como la capacidad que desarrollan los niños para tomar decisiones propias, aprender a ser independientes en las actividades cotidianas y visibilizar los intereses y gustos, donde las acciones del entorno, bien sea familiar o escolar, para promover actividades que conlleven a resolver inquietudes, elegir un alimento, juego o actividad son esenciales para potenciar el desarrollo emocional. Por otra parte, la programación neurolingüística como técnica metodológica enfatiza el potencial de autodeterminación a través de la superación de la autolimitación aprendida, basando los motivos para el desarrollo de esta metodología en compartir los recursos de todos aquellos que están involucrados en encontrar formas de ayudar a las personas a tener una vida mejor, más plena y más enriquecida, haciendo énfasis en lo psicoterapéutico. El objetivo de la presente revisión bibliográfica es analizar el efecto de la programación neurolingüística en el proceso del desarrollo de autonomía en niños, con una revisión previa de los conceptos involucrados en la investigación para facilitar la comprensión del tema.

Palabras Claves: Programación neurolingüística; autonomía infantil, inteligencia emocional; terapias para el desarrollo integral infantil.

Abstract

Childhood autonomy is defined as the capacity that children develop to make their own decisions, learn to be independent in daily activities and make their interests and tastes visible, where the actions of the environment, whether family or school, to promote activities that lead to solving concerns, choosing a food, game or activity are essential to enhance emotional development. On the other hand, neurolinguistic programming as a methodological technique emphasizes the potential for self-determination through overcoming learned self-limitation, basing the reasons for the development of this methodology on sharing the resources of all those who are involved in finding ways to help others. people to have a better, fuller and more enriched life, emphasizing psychotherapeutics. The objective of this bibliographical review is to analyze the effect of neurolinguistic programming in the process of developing autonomy in children, with a previous review of the concepts involved in the research to facilitate the understanding of the subject.



Key Words: Neurolinguistic programming; child autonomy, emotional intelligence; therapies for comprehensive child development.

Resumo

A autonomia infantil é definida como a capacidade que a criança desenvolve de tomar suas próprias decisões, aprender a ser independente nas atividades cotidianas e tornar visíveis seus interesses e gostos, onde as ações do meio, seja família ou escola, para promover atividades que levem à resolução preocupações, a escolha de uma comida, jogo ou atividade são essenciais para potencializar o desenvolvimento emocional. Por outro lado, a programação neurolinguística como técnica metodológica enfatiza o potencial de autodeterminação através da superação da autolimitação aprendida, baseando as razões para o desenvolvimento desta metodologia em compartilhar os recursos de todos aqueles que estão envolvidos em encontrar maneiras de ajudar os outros .as pessoas tenham uma vida melhor, mais plena e enriquecida, dando ênfase à psicoterapia. O objetivo desta revisão bibliográfica é analisar o efeito da programação neurolinguística no processo de desenvolvimento da autonomia em crianças, com uma revisão prévia dos conceitos envolvidos na pesquisa para facilitar a compreensão do assunto.

Palavras-chave: Programação Neuro-Linguística; autonomia infantil, inteligência emocional; terapias para o desenvolvimento integral da criança.

Introducción

La formación de una personalidad autónoma en los primeros años de vida es el objetivo principal y tarea de permanente relevancia para la actividad pedagógica en términos teóricos y, especialmente, en términos prácticos. En la variedad de definiciones que se pueden encontrar de autonomía personal coinciden características que son consideradas las habilidades del siglo XXI, tal como el pensamiento crítico, las habilidades de comunicación, la creatividad, la resolución de problemas, la autodirección y la responsabilidad social(Joynes & Rossignoli, 2019).

Actualmente, la autonomía de los individuos es una de sus características más raras y, en muchos casos, se considera imposible para una persona moderna, es por ello que, en la psicología del

desarrollo, con respecto a la autonomía personal, se presta atención principalmente al desarrollo de esta durante la niñez y adolescencia, encontrando que los límites de edad se han ampliado drásticamente en las últimas décadas, lo cual indica que las nuevas generaciones de alguna manera no quieren o no pueden emanciparse y lograr autonomía propia (Grigorova, 2022).

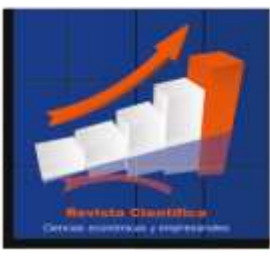
Considerando que el objetivo más importante de la programación neurolingüística (PNL) es el de ayudar a los individuos a comunicarse mejor consigo mismos y controlar las emociones negativas y la ansiedad, esta metodología de asistencia ayuda a los encargados de la formación de los individuos en los primeros años a desarrollar habilidades sobresalientes como pensamiento crítico, rendimiento académico, inteligencia emocional, autoeficacia, empatía y autonomía (Begum et al., 2022), habilidades necesarias para el éxito y el logro en el desarrollo de la personalidad, además de ayudar a alcanzar mejores resultados ante las adversidades del diario vivir (Anjomshoaa et al., 2021; Nompo et al., 2021; Zhang et al., 2023).

El objetivo de la presente revisión bibliográfica es analizar el efecto de la programación neurolingüística en el proceso del desarrollo de autonomía en niños, con una revisión previa de los conceptos involucrados en la investigación para facilitar la comprensión del tema.

Metodología

El presente estudio de revisión se desarrolló mediante una investigación documental en Scopus, Cochrane, Google académico, Medline, Scielo y páginas web de temas relacionados con la PNL aplicada en el manejo de conductas positivas en los niños que propician la autonomía individual, considerando estudios publicados en el lapso comprendido entre el 2010 y 2023 con el fin de analizar el beneficio de esta metodología sobre las emociones negativas, empleando términos de búsqueda que incluyen: programación neurolingüística, autonomía infantil, inteligencia emocional y psicología positiva, sin restricción de idioma.

La documentación recolectada se analizó detalladamente con la finalidad de seleccionar las de mayor relevancia para el estudio, examinando los artículos principales con el fin de rescatar las



ideas más importantes y aquellos aspectos resaltantes para el tema de investigación, mediante la lectura de los resúmenes y conclusiones de los mismos.

Posteriormente, la metodología concentró la lectura sobre un menor número de artículos ya identificados como de mayor interés, estableciendo como criterios de inclusión los siguientes: PNL y efectos sobre el desarrollo emocional, influencia de la PNL en la autonomía infantil y estudios basados en los procesos de desarrollo de la inteligencia emocional en niños basados en los programas de PNL como estrategias que ayudan al manejo de emociones negativas en niños y adolescentes; con lo que finalmente se elaboró el presente documento acerca de los beneficios de la PNL sobre el desarrollo de la autonomía en niños y adolescentes.

Marco teórico

Autonomía infantil

La autonomía infantil es la capacidad que desarrollan los niños para tomar decisiones propias, aprender a ser independientes en la cotidianidad y visibilizar los intereses y gustos. Las acciones de la familia o cuidador para promover actividades que conlleven a que los niños resuelvan inquietudes, elijan un alimento, un juego, un programa, entre otros, son esenciales para favorecer su desarrollo(Feinberg, 2014).

Indica Grigoriva(2022) que la persona autónoma es autoiniciada y autorregulada, flexible en las interacciones con el entorno, posee un camino de libertad y cualidades como la espontaneidad y la creatividad; cuanto mayor es el grado de autonomía, mayores son la empatía, los principios morales y las relaciones positivas con otras personas, describiendo lo anterior las tres dimensiones de la autonomía, que son: autonomía conductual, autonomía cognitiva y autonomía emocional.

El hogar representa para los niños el primer escenario de interacción con ellos mismos y con los miembros de la familia o cuidadores, donde se construyen relaciones afectivas que les brindarán la confianza para enfrentarse a los retos que les plantea el mundo que les rodea. A través de los vínculos de amor, afecto, cariño y confianza que crean las familias con el infante se fortalecen las

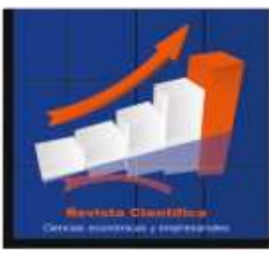
oportunidades para que manifiesten decisiones propias, así en prácticas relacionadas con la higiene, la alimentación, el cuidado y la realización de sus intereses se evidencian señales de autonomía (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2020).

Según Chokler (2010) el desarrollo de la autonomía presupone que el individuo obtenga ciertas habilidades durante la actividad espontánea, tales como:

- Capacidad de actuar partiendo de la iniciativa propia.
- Alcanzar un equipamiento biológico, funcional, emocional y cognitivo maduro para el programa de acción que se ha propuesto, por lo cual éste se hace pertinente y adecuado.
- Manifiesta una actitud de cuestionamiento y de sorpresa ante el descubrimiento, donde las preguntas que se formula, las cuales se evidencian en el despliegue de sus actos, revelan el nivel de maduración global y el de sus intereses.
- Adquirir disponibilidad y la experiencia acumulada que le permiten una cierta predictibilidad o posibilidad de anticipación de un efecto en función del conjunto de vivencias propias y del sentido que él mismo atribuye a su acción.
- Alcanzar una cierta dosis de decisión, de elección posible a partir de disponer y poder procesar suficiente información para organizar y reajustar el proyecto de acción.

Desde el punto de vista de los niños esta concepción de autonomía considera que estos viven y operan en cada momento de la vida con los instrumentos perceptuales, motores, emocionales, afectivos y cognitivos que él ya posee, maduros no con los que va a adquirir ulteriormente, ya que la maduración precede al aprendizaje.

El estimular, incitar, seducir o forzar al niño para que utilice funciones o recursos que todavía no posee o para los cuales aún no está maduro, no sólo no acelera su maduración, sino que la obstaculiza, debido que lo obliga a emplear esquemas o patrones poco apropiados o torpes, ejerciendo movimientos o acciones fragmentadas, a las cuales él no puede encontrarle sentido, pero que le son exigidas o propuestas por el adulto al cual está sometido afectivamente. Este tipo de experiencias repetidas y semejantes conforman lo que los cognitivistas denominan



metacogniciones sobre la fragilidad de sí mismo con una elevada sensación de incompetencia y de ineptitud más o menos generalizadas, lo cual afecta la autoestima(Klimenko, 2009).

Por el contrario, el niño autónomo en contacto e interacción permanente con el ambiente que lo rodea, construye con los medios a disposición su programa de acción, basado en el nivel de conocimiento actual, construyendo también y de forma sincrónica las bases del conocimiento futuro, integrándolo ulteriormente en estructuras cada vez más complejas y diferenciadas. Asimismo, simultáneamente a la apropiación de los contenidos y los conocimientos, construye y reconstruye, perfecciona, ratifica y rectifica los instrumentos, esquemas y modelos cognitivos, emocionales y actitudinales implicados en el proceso personal del conocer, elaborando modalidades propias, estrategias y estilos de aproximación al conocimiento, lo cual es conocido como matrices de aprendizaje(Lee et al., 2021).

Con los esfuerzos personales dosificados, autoregulados y dirigidos por la propia iniciativa, el niño aprende a observar, actuar, utilizar el propio cuerpo, prever el resultado de sus acciones, modificar movimientos y actos, registrar y tener en cuenta los propios límites, aprender la prudencia y el cuidado de sí, es decir, aprende a aprender, es decir, desarrolla la competencia ejerciendo y ejercitando las competencias. Al mismo tiempo aprende la confianza en sí mismo, en las percepciones e intereses propios, cuestionamientos, conclusiones, encadenamientos lógicos y en las diversas formas de resolver situaciones problemáticas, pero sobre todo, aprende el valor y el lugar que el adulto adjudica a esta autoconfianza en la constitución de la personalidad(Chokler, 2010).

Durante la niñez y, especialmente, en el periodo adolescente aparece la búsqueda de la identidad, la cual se define como una concepción del yo, conformada por metas, valores, creencias, con las que el individuo establece un fuerte compromiso. Esta teoría del yo se construye en el desarrollo cognoscitivo lo cual implica que el menor le dé sentido a un proceso saludable y vital que se fundamente en los logros de las etapas anteriores sobre la confianza, la autonomía, la iniciativa y

la laboriosidad que, al mismo tiempo, serán la base para enfrentar los desafíos de la etapa adulta (Mamani Salamanca & Huaman Valdez, 2018).

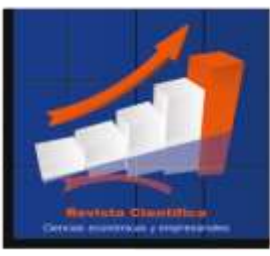
Programación neurolingüística

La programación neurolingüística (PNL) fue desarrollada en la década de 1970 por Richard Bandler y John Grinder, alumno y profesor de lingüística, respectivamente, de la Universidad de California. Este concepto refleja el principio de que una persona es un sistema mente-cuerpo integral, con conexiones consistentes y modeladas entre los procesos neurológicos (neuro), el lenguaje (lingüística) y las estrategias conductuales aprendidas (programación) (Grimley, 2015).

La PNL enfatiza el potencial de autodeterminación a través de la superación de la autolimitación aprendida. Los motivos para el desarrollo de esta metodología se basaron en compartir los recursos de todos aquellos que están involucrados en encontrar formas de ayudar a las personas a tener una vida mejor, más plena y más enriquecida, haciendo énfasis en lo psicoterapéutico, considerando que los estudios iniciales fueron de Fritz Perls, el fundador de la terapia Gestalt, Virginia Satir, la terapeuta familiar y Milton Erickson, el hipnoterapeuta (Kent, 2010).

Al igual que las formas de terapia breve, la PNL desafía la suposición de que el cambio personal implica necesariamente una terapia a largo plazo y solo es posible con una visión del pasado. Además, encarna un discurso de superación personal y, al igual que el campo emergente de la psicología positiva, enfatiza el bienestar. También se puede indicar que la PNL refleja un relativismo posmoderno a través del interés en la realidad, definida y construida individualmente; basándose de manera explícita en el principio de Vaihinger, el cual señala que tales construcciones son hipótesis tentativas según las cuales las personas actúan como si fueran ciertas (Linley et al., 2006).

En los inicios la PNL se desarrolló como una metodología llamada “modelado”, cuyo objetivo es hacer que las capacidades humanas estén disponibles para que otros aprendan. Por tanto, el objetivo del proceso de modelado de la PNL no es para terminar con la descripción correcta o verdadera del



proceso de pensamiento de una persona en particular, sino más bien para hacer un mapa instrumental que permita aplicar las estrategias que se han modelado de manera útil (Gordon & Dawes, 2005; Tosey & Mathison, 2010).

La PNL es una técnica de comunicación y transformación de sí mismo aplicable a toda la formación general, profesional o a cualquier mejora de comportamiento, basándose en tres grandes puntos de aplicación:

- Mejorar las percepciones propias, adquiriendo de esta forma una mayor lucidez sobre sí mismo.
- Realizar las aspiraciones propias sin alterar la personalidad.
- Eliminar todo artificio o alienación del yo.

Los creadores de la PNL consideran que toda acción de formación o terapia sobre la conducta tiene como primera condición el establecimiento de un contacto real con el compañero o interlocutor. Esta condición implica el empleo del mismo lenguaje, así como la observación e incluso adopción de los mismos gestos y posturas. El practicante de PNL se esfuerza en penetrar en el corazón y la mente del interlocutor y busca cuáles son las percepciones sensoriales que imperan en él, considerando el hecho que cada persona tiene uno o dos sentidos predominantes (Douat, 2017).

Discusión

No hay evidencia de estudios que relacionen directamente PNL con el desarrollo de la autonomía en niños, sin embargo, es posible realizar ciertas comparaciones considerando que la autonomía es un componente del desarrollo emocional e inteligencia del individuo.

El estudio de Drigas et al. (2021) sustentado en el estudio de la autonomía como efecto de la psicología positiva, la cual es conocida como el estudio científico de las condiciones y los procesos que contribuyen al funcionamiento óptimo de las personas y los grupos, de la mano con la PNL, apoya la idea de que las creencias dan forma a las emociones y acciones. Indica que las personas

están programadas para la negatividad y, como resultado, pueden estar saboteándose a sí mismas, por tanto, la psicología positiva busca los factores y las formas en que las personas sienten alegría, desarrollan fortalezas y resiliencia, desarrollan el espectro completo de la experiencia humana. Por esta razón los investigadores recomiendan la aplicación de PNL, entre las estrategias de entrenamiento que cultivan creencias positivas y la sensación de control personal(Gable & Haidt, 2005).

Delgado y Mahecha(2021) determinaron que la PNL, gracias al componente comunicativo profundo, motiva al individuo a activar procesos de automotivación que lo impulsan a desarrollar mejores procesos de planificación, logrando esto por medio de las estrategias de afirmaciones positivas, el anclaje y la calibración, favoreciendo la autonomía. Asimismo, en el área de los procesos educativos el modelo de PNL a través de la identificación de los estilos de aprendizaje predominantes permitió que los estudiantes desarrollen procesos conscientes de autorregulación y, como resultado, se llegó al establecimiento de objetivos y metas en el desempeño académico. Siempre con la comprensión de que alcanzar un objetivo siempre va ligado a la manera de ejecutarse, es decir, está condicionada por factores relacionados con el individuo, el medio en que vive y con el propio objetivo(Gravini Donado & Iriarte Diazgranados, 2008).

También se ha demostrado que la PNL propicia el desarrollo de habilidades lo que a la vez aumenta la resiliencia, gratitud, pensamiento y emociones positivas y compromiso, lo cual significa que es importante incluir esta metodología en el trabajo escolar, constituyendo las instituciones educativas excelentes lugares para iniciativas de bienestar, considerando que la educación positiva previene los síntomas de la depresión y la ansiedad, reduce los problemas de comportamiento, mejora las habilidades sociales y trae oportunidades. Además, el entrenamiento del pensamiento positivo es sinérgico con un mejor aprendizaje, mejores procesos de atención, un pensamiento más creativo, holístico y propicia la autonomía en el menor(Seligman et al., 2009).

Adicionalmente, la PNL a través de la orientación práctica para lograr un cambio personal, influye en la capacidad metacognitiva de la autoevaluación, lo cual permite que los estudiantes identifiquen aspectos, tanto positivos como por mejorar, por medio del ejercicio autovalorativo. De igual



manera, el modelo PNL por medio de la caracterización de los estilos de aprendizaje más sobresalientes conlleva a lograr avances significativos en el desempeño escolar, asumiendo que la autoevaluación es un proceso formativo que debe realizarse constantemente en todos los momentos del aprendizaje, considerando lo señalado por Fernández(2011) acerca de que el motivo esencial de realizar autoevaluación es para aprender cada día más y mejorar las deficiencias y convertirla al fin en una estrategia de aprendizaje.

Conclusiones

Por medio de diversas actividades, el intercambio de experiencias y la inclusión en un entorno que brinde todo el apoyo, los niños superan los miedos, bloqueos mentales y aprenden nuevos patrones de comportamiento, también adquieren habilidades de aprendizaje exitosas, dan rienda suelta a la creatividad y descubren sus talentos, siendo allí donde radica la importancia de la PNL, debido que permite redireccionar la atención desde un punto de vista negativo que impide la acción y el progreso hacia un aspecto desde el que es posible lograr un determinado cambio.

De acuerdo a lo anterior, en lugar de mirar lo negativo, que les incita a sentirse mal y no estimula el cambio, los niños aprenden a cambiar el enfoque a las cosas positivas, a recordar lo importante, a las cosas buenas que ya tienen y así dan ellos mismos la oportunidad de adaptarse a la siguiente situación, siendo este enfoque mucho más claro para los niños, ayudándolos a centrarse en los valores correctos, reconocer más fácilmente lo que es mejor, encontrar soluciones y afrontar los problemas. De esta manera al aplicar la PNL, los niños superan problemas de autonomía, autoconfianza, ansiedad, estrés y emociones, con efectos positivos en concentración, desarrollo de un sentido de responsabilidad, mejor comunicación con compañeros y adultos, desarrollo de la individualidad y el pensamiento autónomo y positivo.

Durante el periodo de la infancia, el individuo se encuentra en un constante proceso de aprendizaje y desarrollo, enfrentan cada día nuevas situaciones, elecciones y obstáculos y para superar con éxito diversos desafíos, es necesario brindarles mecanismos útiles como lo es la PNL, que les permita conocer su sensibilidad y, en consecuencia, brindarles el apoyo adecuado.

Referencias

1. Anjomshoaa, H., Moharer, R. S., & Shirazi, M. (2021). The Effectiveness of Trainings based on Neuro-Linguistic programming and Cognitive Behavioral Approach on Students' Anxiety, Depression and Stress. *Revista Internacional de La Infancia*, 9(11). <https://civilica.com/doc/1309986/>
2. Chokler, M. (2010). El Concepto de Autonomía en el Desarrollo Infantil Temprano. Coherencia entre Teoría y Práctica. *Rede Pikler Brasil*, 1-7.
3. Delgado Martínez, J. L., & Mahecha Fontecha, M. A. (2021). Relación entre los estilos de aprendizaje, según el modelo de programación neurolingüística (PNL) y el desarrollo de la capacidad metacognitiva en estudiantes de dos centros educativos de Huila y Bogotá, Colombia [Thesis, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/12988>
4. Douat, G. (2017). PNL Programación neurolingüística. Parkstone International.
5. Drigas, A., Mitsea, E., & Skianis, C. (2021). Neuro-Linguistic Programming, Positive Psychology & VR in Special Education | Scientific Electronic Archives. *Scientific Electronic Archives*, 15(1), 30-39.
6. Feinberg, J. (2014). The Child's Right to an Open Future. En *Justice, Politics, and the Family*. Routledge.
7. Fernández, S. (2011). LA AUTOEVALUACIÓN COMO ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE. *Marcoele*, 13, 133-148.
8. Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and Why) is Positive Psychology? *Review of General Psychology*, 9(2), 103-110. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.103>
9. Gordon, D., & Dawes, G. (2005). Expanding your world: Modeling the structure of experience. <https://www.semanticscholar.org/paper/Expanding-your-world-%3A-modeling-the-structure-of-Gordon-Dawes/efc56ac40a77552bba508e54a3a551273900115e>
10. Gravini Donado, M. L., & Iriarte Diazgranados, F. (2008). Procesos metacognitivos de estudiantes con diferentes estilos de aprendizaje. *Psicología desde el Caribe*, 22, 1-24.
11. Grigorova, H. (2022). THE DEVELOPMENT OF PERSONAL AUTONOMY AND THE IMPACT OF PSYCHO-LINGUISTIC CODE «MY CHILD», «MY STUDENT» ON MENTAL ATTITUDES AND BEHAVIORAL PATTERNS OF FORMAL AND INFORMAL



EDUCATORS. EDULEARN22 Proceedings, 2823-2829.
<https://doi.org/10.21125/edulearn.2022.0722>

12. Grimley, B. (2015). What is NeuroLinguistic Programming, (NLP)? University of Central Nicaragua.
13. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2020, octubre 8). La autonomía de niños y niñas: Un acompañamiento para el desarrollo integral. Portal ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF. <https://www.icbf.gov.co/mis-manos-te-enseñan/la-autonomia-de-ninos-y-ninas-un-acompanamiento-para-el-desarrollo-integral>
14. Joynes, C., & Rossignoli, S. (2019). 21st Century Skills: Evidence of issues in definition, demand and delivery for development contexts. Institute of Development Studies.
15. Kent, O. (2010, agosto 12). How to Achieve Personal and Professional Success With NLP. EzineArticles. <https://ezinearticles.com/?How-to-Achieve-Personal-and-Professional-Success-With-NLP&id=4835984>
16. Klimenko, O. (2009). Teaching of Cognitive and Metacognitive Strategies as a Supporting Means for Autonomous Learning in Children with Sustained-Attention Deficit. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 27, 1-19.
17. Lee, K. J., Roldan, W., Zhu, T. Q., Kaur Saluja, H., Na, S., Chin, B., Zeng, Y., Lee, J. H., & Yip, J. (2021). The Show Must Go On: A Conceptual Model of Conducting Synchronous Participatory Design With Children Online. *Proceedings of the 2021 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1-16. <https://doi.org/10.1145/3411764.3445715>
18. Linley, P., Joseph, S., Harrington, S., & Wood, A. (2006). Positive Psychology: Past, Present, and (Possible) Future. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 3-16. <https://doi.org/10.1080/17439760500372796>
19. Mamani Salamanca, M. L., & Huaman Valdez, A. R. (Tutor). (2018). Programación neurolingüística para el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes [Thesis]. <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/16452>
20. Nampo, R. S., Pragholapati, A., & Thome, A. L. (2021). Effect of Neuro-Linguistic Programming (NLP) on Anxiety: A Systematic Literature Review. *KnE Life Sciences*, 496-507. <https://doi.org/10.18502/cls.v6i1.8640>

21. Seligman, M. E. P., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311. <https://doi.org/10.1080/03054980902934563>
22. Tosey, P., & Mathison, J. (2010). Neuro-linguistic programming as an innovation in education and teaching. *Innovations in Education and Teaching International*, 47(3), 317-326. <https://doi.org/10.1080/14703297.2010.498183>
23. Zhang, X., Davarpanah, N., & Izadpanah, S. (2023). The effect of neurolinguistic programming on academic achievement, emotional intelligence, and critical thinking of EFL learners. *Frontiers in Psychology*, 13, 888797. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.888797>

©2023 por el autor. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).