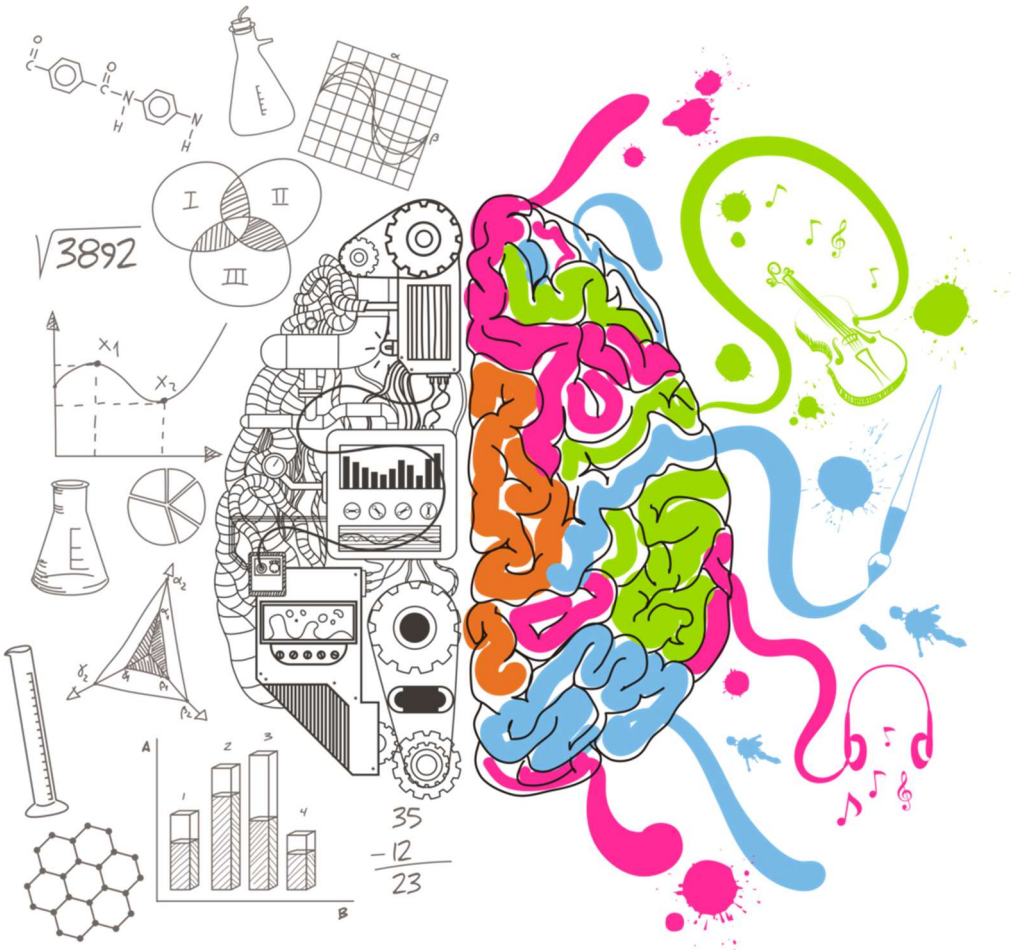
LIVING CUM LAUDE

LIDERAZGO DE ÉXITO PERSONAL Y CORPORATIVO

LA IMAGINACIÓN



"La imaginación es más importante que el conocimiento.

El conocimiento es limitado. La imaginación no"

Albert Einstein (1879-1955)

1. CREANDO EXPERIENCIAS IMAGINARIAS EFECTIVAS

Desde pequeños hemos usado la imaginación. Algunos inventaban combates con osos de peluche, campeonatos mundiales con pelotas de goma, y un largo etcétera…. Pero con el tiempo nos decían, que dejáramos de soñar y nos centráramos en los estudios. Limitando así su desarrollo.

La imaginación nos permite crear nuevas ideas, inventar nuevas posibilidades, imaginar otros puntos de vista y generar progreso y evolución.

La imaginación no se limita a lo que ya sabemos o podemos comprobar, sino que abarca todo lo que podemos soñar o concebir.

Einstein valoraba mucho la imaginación como una fuente de creatividad y de descubrimiento científico. Él mismo se inspiró en su imaginación para desarrollar su teoría de la relatividad, que revolucionó la física y la cosmología.

Se habla mucho de la Visualización, y siendo muy importante, se queda a medio camino en el uso completo de la facultad de la Imaginación.

La Imaginación se refiere a imágenes, y las imágenes es uno de los lenguajes del subconsciente. Si queremos influir en él, debemos aprender a desarrollar esta habilidad.

Las cosas son creadas dos veces, primero en nuestra mente, y después en el mundo exterior.

Para algunas personas es fácil y natural, pero para otras, es una habilidad que debe ser aprendida y desarrollada.

Si quieres saber más sobre esta facultad, recomiendo leer el capítulo 6 del libro “Piense y Hágase Rico” de Napoleon Hill, donde incorpora ejemplos reales de grandes fortunas que surgieron de una idea, por ejemplo, la Coca-Cola.

2. LA MODALIDAD PERCEPTUAL DOMINANTE

En la década de 1970 en la Universidad de California Santa Cruz, el profesor de lingüística John Grinder, junto a uno de sus estudiantes, Richard Bandler, estudiaron y modelaron los patrones cognitivos, lingüísticos y conductuales de tres de los mejores psicoterapeutas de esa época:

Fritz Perls, creador de la terapia Gestalt, Virginia Satir, pionera de la terapia familiar sistémica, y Milton Erickson, maestro de la hipnosis clínica.

Analizaron cómo estos terapeutas lograban resultados excepcionales con sus pacientes, y extrajeron los principios y técnicas que podían ser aplicados en cualquier persona. Desarrollando la teoría de la Programación Neurolingüística (PNL).

Las modalidades perceptuales dominantes son los canales sensoriales que cada persona utiliza preferentemente para percibir, procesar y expresar la información.

Según la teoría de la PNL existen tres modalidades perceptuales principales: la visual, la auditiva y la kinestésica.

- La modalidad **visual** se refiere a las personas que aprenden mejor a través de la vista, es decir, que necesitan ver imágenes, gráficos, mapas, diagramas, colores, etc. para comprender y recordar la información.

  Las personas visuales suelen ser creativas, organizadas, detallistas y observadoras. Algunas características de su lenguaje son el uso de palabras como ver, mirar, observar, iluminar, etc., y el uso de gestos como señalar, mirar hacia arriba o a los lados, etc.

- La modalidad **auditiva** se refiere a las personas que aprenden mejor a través del oído, es decir, que necesitan escuchar sonidos, voces, música, ritmos, etc. para comprender y recordar la información.

  Las personas auditivas suelen ser comunicativas, sociables, analíticas y reflexivas. Algunas características de su lenguaje son el uso de palabras como escuchar, oír, hablar, decir, etc., y el uso de gestos como inclinar la cabeza, mover los labios, etc.

- La modalidad **kinestésica** se refiere a las personas que aprenden mejor a través del movimiento, el tacto, las sensaciones, las emociones, etc. para comprender y recordar la información.

Las personas kinestésicas suelen ser activas, prácticas, dinámicas y expresivas. Algunas características de su lenguaje son el uso de palabras como sentir, tocar, hacer, mover, etc., y el uso de gestos como mover las manos, los brazos, el cuerpo, etc.

Cada persona tiene una modalidad perceptual dominante, aunque también usa las otras modalidades de forma complementaria.

Conocer la propia modalidad perceptual dominante puede ayudar a mejorar el aprendizaje, la comunicación y la creatividad.

Algunas personas son más hábiles en una las modalidades, y no tanto en las demás. Otras personas utilizan mejor dos, y no tanto la tercera. Menos personas son hábiles en las tres.

Un uso balanceado de las tres modalidades permite una percepción más completa de las experiencias internas y externas, a la vez que potencia nuestra Imaginación, consiguiendo una imagen mental, que incluye todo el espectro sensorial (vista, oído, gusto, olfato), junto con la parte kinestésica (tacto, emociones, sensaciones…).

Eso es lo que vamos a aprender a hacer en la primera sesión.

3. SESIÓN DE TRABAJO CONJUNTA

En la primera sesión vamos a trabajar los siguientes puntos:

1. Descubrir cuál es tu modalidad perceptual dominante

2. Aprender a crear Experiencias Imaginaras Efectivas independientemente de tu modalidad dominante

3. Reforzar las modalidades perceptuales no dominantes