

**Artículo Científico**

# Calibración neurolingüística: revisión crítica desde la psicología basada en la evidencia

## *Neurolinguistic calibration: a critical review from an evidence-based psychology perspective*



Guaman-Eras, Jorge Luis <sup>1</sup>



<https://orcid.org/0009-0003-0917-7996>



[jlguamaneras@gmail.com](mailto:jlguamaneras@gmail.com)



Universidad Técnica Estatal de Quevedo, Ecuador,  
Quevedo.

Autor de correspondencia <sup>1</sup>



DOI / URL: <https://doi.org/10.55813/gaea/rcym/v4/n3/244>

**Resumen:** En programación neurolingüística, la calibración se presenta como la capacidad de reconocer estados internos mediante la observación de señales verbales y no verbales. Esta revisión examinó críticamente su delimitación conceptual, operacionalización y respaldo empírico desde la psicología basada en evidencia. Se desarrolló una revisión bibliográfica crítica estructurada, de carácter documental, analítico y comparativo. La búsqueda se realizó entre diciembre de 2025 y febrero de 2026 en Scopus, Web of Science, SciELO, PsycINFO y Google Scholar, y se actualizó el 20 de julio de 2026. El corpus final estuvo conformado por 28 documentos. El análisis mostró que la calibración reúne operaciones distintas, como observar cambios conductuales, atribuirles un significado psicológico y ajustar la comunicación, sin diferenciarlas de forma estable. Tampoco se identificaron una definición operacional compartida, instrumentos específicos con respaldo psicométrico suficiente ni criterios uniformes para comprobar la exactitud de las inferencias. Además, se observó un amplio solapamiento con la comunicación no verbal, el reconocimiento emocional, la precisión empática y la percepción interpersonal. Se concluye que la calibración puede conservar utilidad como orientación práctica para atender a los cambios que ocurren durante una interacción, pero todavía no reúne las condiciones conceptuales y metodológicas necesarias para sostenerse como un constructo psicológico autónomo.

**Palabras clave:** Calibración neurolingüística, Programación Neurolingüística, comunicación no verbal, percepción interpersonal, psicología basada en evidencia



Check for  
updates

Received: 24/Jun/2026  
Accepted: 20/Jul/2026  
Published: 07/Ago/2026

**Cita:** Guaman-Eras, J. L. (2026). Calibración neurolingüística: revisión crítica desde la psicología basada en la evidencia. *Revista Científica Ciencia Y Método*, 4(3), 387-402. <https://doi.org/10.55813/gaea/rcym/v4/n3/244>

Revista Científica Ciencia y Método (RCyM)  
<https://revistacym.com>  
[revistacym@editorialgrupo-aea.com](mailto:revistacym@editorialgrupo-aea.com)  
[info@editorialgrupo-aea.com](mailto:info@editorialgrupo-aea.com)

© 2026. Este artículo es un documento de acceso abierto distribuido bajo los términos y condiciones de la **Licencia Creative Commons, Atribución-NoComercial 4.0 Internacional**.



**Abstract:**

In neuro-linguistic programming, calibration is presented as the ability to recognize internal states by observing verbal and nonverbal cues. This review critically examined its conceptual delimitation, operationalization, and empirical support from an evidence-based psychology perspective. A structured critical literature review was conducted using a documentary, analytical, and comparative approach. The search was carried out between December 2025 and February 2026 in Scopus, Web of Science, SciELO, PsycINFO, and Google Scholar, and was updated on July 20, 2026. The final corpus comprised 28 documents. The analysis showed that calibration combines different operations, including observing behavioral changes, assigning psychological meaning to them, and adjusting communication, without clearly distinguishing among these processes. No shared operational definition, specific instrument with sufficient psychometric support, or consistent criteria for assessing the accuracy of inferences were identified. Considerable overlap was also found with nonverbal communication, emotion recognition, empathic accuracy, and interpersonal perception. The review concludes that calibration may retain practical value as a way of attending to changes that occur during an interaction, but it does not yet meet the conceptual and methodological requirements needed to be regarded as an autonomous psychological construct.

**Keywords:** neurolinguistic calibration, Neuro-Linguistic Programming, nonverbal communication, interpersonal perception, evidence-based psychology.

## 1. Introducción

La Programación Neurolingüística (PNL) surgió en la década de 1970 con la pretensión de modelar la experiencia humana e identificar patrones de comunicación considerados eficaces. En sus textos fundacionales, Bandler y Grinder (1975, 1979), y posteriormente Dilts et al. (1980), denominaron calibración a la observación de cambios en el rostro, la postura, la respiración, la voz y la conducta verbal del interlocutor. Desde esta perspectiva, tales variaciones permitirían reconocer modificaciones en su experiencia interna y ajustar la comunicación. El punto crítico aparece precisamente en ese tránsito: observar un cambio conductual es posible; determinar qué significa psicológicamente exige una comprobación adicional.

Con el tiempo, la calibración dejó de circunscribirse al ámbito terapéutico y pasó a utilizarse en educación, liderazgo, ventas, comunicación y *coaching*. Su expansión, sin embargo, no estuvo acompañada por una definición operacional compartida ni por procedimientos capaces de comprobar la exactitud de las inferencias realizadas. El término puede aludir a la agudeza sensorial, la observación de la conducta, la identificación de estados emocionales o el ajuste de la comunicación. El problema no radica únicamente en la amplitud de sus usos, sino en que reúne operaciones distintas

bajo una misma denominación. Esto dificulta precisar qué se observa, qué se interpreta y qué debería medirse para determinar si la habilidad funciona como se afirma.

La psicología también ha estudiado la inferencia de estados internos, aunque lo ha hecho mediante categorías más delimitadas, como la comunicación no verbal, la percepción interpersonal, el reconocimiento emocional y la precisión empática. Estas líneas coinciden en que el significado de una expresión facial, una postura o una variación vocal no se encuentra contenido de forma inequívoca en la señal. Se construye al relacionarla con el contexto, la cultura y el vínculo entre quienes interactúan (Carmichael & Mizrahi, 2023; Elfenbein & Ambady, 2002; Lange et al., 2022). Pang et al. (2024), por ejemplo, mostraron que la precisión y las claves utilizadas para interpretar respuestas indirectas varían entre grupos culturales. Steward et al. (2025) encontraron, además, que la emoción atribuida a un rostro cambia cuando se modifica la postura, la escena o la congruencia entre las señales.

Desde la psicología basada en evidencia, la utilidad percibida de una práctica no demuestra por sí misma la validez del constructo que pretende explicarla. Para sostener una habilidad psicológica se necesitan definiciones precisas, indicadores observables, procedimientos de evaluación y resultados que puedan compararse. La *American Psychological Association Presidential Task Force on Evidence-Based Practice* (2006) concibe la práctica basada en evidencia como la integración de la mejor investigación disponible, la experiencia profesional y las características de las personas y los contextos. Bajo este criterio, la calibración no debería valorarse únicamente por su aceptación profesional ni por los resultados atribuidos a programas relacionados con la PNL. La cuestión decisiva es si existe evidencia específica que permita reconocerla como una habilidad diferenciada.

Las revisiones sobre PNL han señalado problemas persistentes de delimitación conceptual, calidad metodológica y contrastación empírica (Heap, 1988; Passmore & Rowson, 2019; Roderique-Davies, 2009; Sharpley, 1987; Sturt et al., 2012; Witkowski, 2010). El panorama reciente, no obstante, requiere una lectura menos lineal. Ghanem et al. (2024), Manana et al. (2024) y Taha et al. (2025) informaron resultados favorables en intervenciones asociadas con la PNL, mientras Goljović (2024) describió una base empírica todavía limitada y heterogénea. Estos hallazgos no son necesariamente contradictorios. Una intervención compuesta por varias estrategias puede producir cambios y, al mismo tiempo, no demostrar que cada mecanismo utilizado para explicarlos sea válido. Dormandy y Grimley (2024) advierten, en este sentido, que las afirmaciones deben examinarse de manera particular, sin reemplazar esa evaluación por una clasificación general del enfoque.

Aunque la PNL ha sido discutida como sistema, la calibración rara vez ha sido estudiada como objeto independiente. De ahí surge la brecha que motivó esta revisión: su presencia en distintos ámbitos profesionales contrasta con la escasez de evidencia dirigida a delimitarla, medirla y diferenciarla de procesos psicológicos

próximos. La pregunta que orientó el estudio fue la siguiente: ¿en qué medida la calibración neurolingüística puede sostenerse como un constructo conceptualmente delimitado, operacionalizable y empíricamente diferenciable dentro de la psicología basada en evidencia?

El objetivo fue examinar críticamente su estatus conceptual, metodológico y empírico mediante el contraste entre la literatura de la PNL y la investigación sobre comunicación no verbal, percepción interpersonal, reconocimiento emocional y precisión empática. Este análisis buscó separar dos cuestiones que con frecuencia se confunden: los efectos observados en intervenciones relacionadas con la PNL y la validez científica de la calibración como constructo autónomo, medible y teóricamente diferenciado.

## 2. Materiales y métodos

El estudio se desarrolló como una revisión bibliográfica crítica estructurada, de carácter documental, analítico y comparativo. Esta modalidad respondió al propósito de examinar la delimitación conceptual, la operacionalización y el respaldo empírico específico de la calibración, más que contabilizar publicaciones favorables o desfavorables sobre la Programación Neurolingüística (PNL). Para ello, se contrastaron textos fundacionales y publicaciones sobre PNL, revisiones críticas, estudios aplicados e investigaciones psicológicas relacionadas con la comunicación no verbal, la percepción interpersonal, el reconocimiento emocional y la precisión empática.

La búsqueda inicial se realizó entre diciembre de 2025 y febrero de 2026 en Scopus, Web of Science, SciELO, PsycINFO y Google Scholar. Posteriormente, se efectuó una actualización el 20 de julio de 2026. En todas las plataformas se utilizaron descriptores equivalentes en español e inglés: “calibración neurolingüística”/“neurolinguistic calibration”, “Programación Neurolingüística”/“Neuro-Linguistic Programming”, “comunicación no verbal”/“nonverbal communication”, “reconocimiento emocional”/“emotion recognition”, “precisión empática”/“empathic accuracy”, “percepción interpersonal”/“interpersonal perception” y “práctica basada en evidencia”/“evidence-based practice”. Los términos se combinaron mediante los operadores AND y OR, con los ajustes sintácticos exigidos por cada plataforma.

En *Google Scholar* se mantuvieron los mismos descriptores y se priorizaron publicaciones correspondientes a los últimos cinco años. Este límite temporal no se aplicó a textos fundacionales ni a fuentes clásicas necesarias para reconstruir el origen del concepto y examinar sus fundamentos. La búsqueda tampoco se restringió a documentos que mencionaran expresamente la calibración. Se incluyeron estudios sobre procesos psicológicos relacionados con la observación e interpretación de señales verbales y no verbales, siempre que aportaran elementos pertinentes para el contraste conceptual o metodológico.

Se incluyeron documentos relacionados directamente con la calibración, la PNL o los constructos psicológicos utilizados para el contraste, siempre que permitieran identificar con suficiente claridad su propósito, diseño, argumentación, resultados o contribución conceptual. Los textos históricos se conservaron cuando resultaban necesarios para reconstruir el origen y las funciones atribuidas a la calibración. Las publicaciones recientes, en cambio, se priorizaron para valorar el estado actual de la evidencia.

Se excluyeron materiales promocionales, publicaciones exclusivamente divulgativas, manuales de entrenamiento sin respaldo académico verificable, documentos duplicados y textos que reprodujeran afirmaciones doctrinarias sin fuentes identificables o fundamentación metodológica. También se descartaron trabajos cuya relación con los ejes de análisis fuera incidental o que no permitieran determinar con precisión qué fenómeno, intervención o constructo había sido evaluado.

La búsqueda inicial produjo 61 registros. Después de eliminar 13 duplicados, 48 documentos pasaron al cribado por título y resumen. De ellos, 24 fueron excluidos por falta de pertinencia temática, carácter promocional o insuficiente trazabilidad conceptual y metodológica. Los 24 restantes se examinaron a texto completo. La actualización realizada el 20 de julio de 2026 incorporó cuatro publicaciones que cumplían los mismos criterios, por lo que el corpus analítico final quedó conformado por 28 documentos.

La *American Psychological Association Presidential Task Force on Evidence-Based Practice* (2006), Hernández-Sampieri y Mendoza (2023) y Popper (1963) se utilizaron como apoyos conceptual, metodológico y epistemológico, respectivamente. Por esta razón, no fueron contabilizados dentro del corpus analítico.

La información se organizó en una matriz de lectura que registró el tipo de documento, el objeto de estudio, la definición del fenómeno, el diseño o estrategia argumentativa, los principales hallazgos, las limitaciones y la utilidad de cada fuente para responder la pregunta de investigación. El análisis se articuló en cuatro ejes: delimitación conceptual y funciones atribuidas a la calibración; evidencia favorable, crítica o ambivalente sobre la PNL y la calibración; contraste con la comunicación no verbal, el reconocimiento emocional, la precisión empática y la percepción interpersonal; y condiciones de operacionalización, medición, fiabilidad, objetividad, validez y contrastación.

En los estudios empíricos se revisaron el diseño, la población, los procedimientos de medición, las variables, los resultados y las limitaciones. En los textos teóricos y las revisiones se valoraron la claridad conceptual, la trazabilidad de las afirmaciones y la correspondencia entre la evidencia presentada y las conclusiones formuladas. Se examinó de manera particular si los resultados correspondían a la calibración o a programas multicomponentes asociados con la PNL. El dictamen se circunscribió a los documentos analizados y no pretende representar la totalidad de la literatura disponible.

### 3. Resultados

#### 3.1. Delimitación conceptual de la calibración neurolingüística

Los textos fundacionales situaron la calibración en un lugar relevante dentro de la Programación Neurolingüística. Bandler y Grinder (1975, 1979) la relacionaron con la observación de cambios en la conducta del interlocutor para orientar la intervención. Posteriormente, Dilts et al. (1980) ampliaron esta descripción al incluir la postura, la respiración, la expresión facial, el tono de voz y otras manifestaciones conductuales. En estas fuentes, la calibración fue vinculada con la construcción del *rapport*, la comprobación de respuestas y la adaptación de la comunicación.

El análisis mostró que el término reunió actividades relacionadas, pero no equivalentes. Entre ellas se encontraron el establecimiento de una línea base, la detección de cambios conductuales, el reconocimiento de emociones, la interpretación de señales fisiológicas, la valoración del efecto de una intervención y la modificación de la propia conducta comunicativa.

Los documentos revisados no presentaron una organización uniforme de estas operaciones. Algunas fuentes enfatizaron la observación sensorial, mientras otras incorporaron la atribución de significados psicológicos y el ajuste posterior de la interacción. Esta variación dificultó identificar cuál de estos componentes constituía el núcleo de la calibración.

Tampoco se encontró una definición operacional compartida. Las fuentes no coincidieron en las conductas mínimas que integrarían la habilidad, los indicadores necesarios para medirla ni los criterios que permitirían distinguir un acierto de una interpretación ambigua o incorrecta. Aunque varios documentos enumeraron señales que debían ser observadas, no establecieron referentes independientes para comprobar si las inferencias coincidían con la experiencia del interlocutor.

En conjunto, el corpus mostró que la calibración reunió tres operaciones principales: la observación de cambios conductuales, la atribución de un significado psicológico y el ajuste de la comunicación. Estas operaciones aparecieron integradas bajo una misma denominación, sin una diferenciación conceptual y metodológica estable.

#### 3.2. Evidencia empírica directa sobre la PNL y la calibración

La literatura directamente vinculada con la PNL presentó resultados heterogéneos. Las revisiones clásicas señalaron dificultades para definir sus conceptos, formular hipótesis contrastables y acumular evidencia consistente. Sharpley (1987) encontró escaso respaldo para varios postulados y señaló que algunas formulaciones resultaban difíciles de comprobar. Heap (1988) cuestionó igualmente la claridad de las afirmaciones neurolingüísticas.

En trabajos posteriores, Roderique-Davies (2009) examinó el estatus científico de la PNL, mientras Witkowski (2010) identificó una limitada acumulación de resultados a lo largo del tiempo. Sturt et al. (2012) no encontraron evidencia suficiente de efectos

consistentes sobre resultados de salud. Passmore y Rowson (2019) observaron que, en el ámbito del *coaching*, la difusión profesional de la PNL superó el respaldo aportado por investigaciones metodológicamente rigurosas.

Estas evaluaciones analizaron principalmente la PNL como sistema general. En la mayor parte de los documentos no se examinó la calibración como una variable independiente ni se midió su desempeño de forma específica.

Los estudios de Ghanem et al. (2024), Manana et al. (2024) y Taha et al. (2025) informaron resultados favorables en intervenciones relacionadas con la PNL aplicadas a población escolar. Los programas incluyeron varias actividades, entre ellas estrategias comunicativas, ejercicios de atención, acompañamiento y establecimiento de metas. Ninguno de estos estudios aisló la calibración como componente independiente ni examinó la precisión de las inferencias realizadas por los participantes.

Goljović (2024) identificó pocos estudios con suficiente pertinencia metodológica para valorar el *coaching* basado en PNL. La revisión mostró una producción limitada y heterogénea, con diferencias en los diseños, las variables y los procedimientos de evaluación.

En los documentos analizados no se encontró evidencia directa suficiente para determinar la precisión de la calibración, comparar el desempeño de personas entrenadas y no entrenadas o establecer su contribución específica dentro de intervenciones multicomponentes.

### **3.3. Relación con constructos psicológicos próximos**

#### **3.3.1. Comunicación no verbal e interpretación contextual**

Los estudios sobre comunicación no verbal mostraron que las personas utilizaron señales faciales, corporales, vocales, verbales y situacionales para interpretar a los demás. Sin embargo, estas señales no funcionaron como indicadores aislados ni mantuvieron un significado constante entre situaciones.

Elfenbein y Ambady (2002) encontraron que el reconocimiento emocional combinó patrones compartidos entre culturas con variaciones relacionadas con la familiaridad cultural. Lange et al. (2022) mostraron que la percepción emocional integró información facial, corporal, vocal, verbal y contextual.

Carmichael y Mizrahi (2023) observaron que las claves no verbales influyeron en la percepción de responsividad del interlocutor. Esta valoración dependió de la combinación de señales y del tipo de relación entre las personas. Steward et al. (2025) encontraron que la emoción atribuida a un rostro varió según la postura corporal, la escena y la congruencia entre la información disponible.

Pang et al. (2024) identificaron diferencias entre participantes británicos y chinos en el uso de señales no verbales para reconocer respuestas indirectas. La precisión también varió según la procedencia cultural del emisor.

Khan et al. (2025) desarrollaron un cuestionario para evaluar señales alentadoras y desalentadoras durante la interacción. Los autores delimitaron dimensiones, construyeron reactivos y examinaron la estructura interna y las evidencias de validez del instrumento. Este trabajo no evaluó la calibración, pero presentó un procedimiento de medición aplicado a conductas comunicativas próximas.

3.3.2. Empatía, reconocimiento emocional y precisión interpersonal

Los estudios revisados mostraron relaciones parciales entre empatía, reconocimiento emocional y precisión interpersonal. Moret-Tatay et al. (2023) identificaron asociaciones específicas entre componentes de la empatía y tareas de procesamiento facial.

Holland et al. (2021) encontraron una relación positiva, aunque débil, entre la mímica facial y la empatía. No identificaron un vínculo igualmente consistente entre la mímica y la precisión del reconocimiento emocional. Qiao et al. (2025) observaron una asociación positiva entre empatía y reconocimiento emocional, acompañada de heterogeneidad según la edad, la cultura y el instrumento utilizado.

Kafetsios et al. (2025) diferenciaron la precisión del sesgo en la interpretación emocional. Sus resultados mostraron que una persona podía emitir respuestas con seguridad y mantener, al mismo tiempo, patrones sistemáticos de error. Zikic et al. (2025) encontraron que el rendimiento obtenido en una tarea estandarizada de precisión empática no se trasladó automáticamente a una interacción naturalista.

La literatura examinada permitió distinguir cuatro procesos relacionados con la percepción interpersonal.

**Tabla 1**  
*Procesos diferenciados en la investigación sobre percepción interpersonal*

| Proceso                  | Alcance                                                                                                |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Reconocimiento emocional | Identificar una emoción a partir de las señales disponibles.                                           |
| Empatía cognitiva        | Comprender la perspectiva o el estado de otra persona.                                                 |
| Empatía afectiva         | Responder emocionalmente ante la experiencia ajena.                                                    |
| Precisión interpersonal  | Estimar correctamente pensamientos, emociones o intenciones mediante un criterio externo de contraste. |

Nota: (Autores, 2026).

Los documentos específicos sobre calibración reunieron varios de estos procesos bajo una misma denominación. No se encontraron procedimientos que permitieran determinar en qué medida la calibración se diferenciaba del reconocimiento emocional, la empatía, la sensibilidad interpersonal o la precisión interpersonal.

Gilovich et al. (1998) describieron la ilusión de transparencia, fenómeno por el cual las personas sobreestimaron la facilidad con que otros reconocían sus estados internos

y su propia capacidad para identificar los estados ajenos. Esta fuente aportó un marco psicológico para examinar la relación entre confianza subjetiva y exactitud de las inferencias.

### 3.4. Operacionalización y medición

Los documentos revisados asociaron la calibración con el establecimiento de una línea base, la detección de cambios fisiológicos o conductuales, la atribución de estados internos y la modificación de la intervención. Estas operaciones no aparecieron organizadas mediante una secuencia uniforme ni fueron evaluadas con los mismos procedimientos.

El corpus no permitió establecer si la calibración había sido medida principalmente como capacidad perceptiva, habilidad inferencial o competencia comunicativa. Tampoco se identificaron criterios comunes para determinar qué señales debían observarse, qué inferencias debían formularse y cómo debía comprobarse su exactitud.

No se encontró un instrumento específico de calibración con evidencias suficientes de fiabilidad, objetividad y validez. Khan et al. (2025) y Metin y Doğan (2025) delimitaron dimensiones, diseñaron procedimientos de evaluación y examinaron propiedades de medición relacionadas con conductas no verbales. Ninguno de estos estudios validó la calibración como constructo.

Los documentos examinados tampoco aportaron resultados suficientes sobre consistencia entre evaluadores, estabilidad entre momentos de medición o generalización entre contextos. No se identificaron reglas compartidas para registrar, puntuar e interpretar las respuestas.

Dael et al. (2022) evaluaron la precisión interpersonal mediante escenas audiovisuales y criterios externos de comparación. Su procedimiento permitió contrastar las respuestas de los participantes con referentes definidos previamente, aunque no examinó la calibración neurolingüística.

El corpus mostró un amplio solapamiento entre la calibración y constructos como sensibilidad interpersonal, percepción emocional, atención a señales no verbales, precisión empática, competencia comunicativa y adaptación conductual. No se encontraron estudios que examinaran su validez discriminante o su capacidad explicativa adicional frente a estas categorías.

Tampoco se identificaron criterios explícitos para determinar qué nivel de acierto respaldaría la habilidad, qué resultados la pondrían en duda o cómo debería compararse el desempeño con el azar. Las fuentes no presentaron comparaciones sistemáticas entre personas entrenadas y no entrenadas.

3.5. Síntesis de los resultados

La síntesis del corpus mostró que la calibración mantuvo un contenido práctico relacionado con la observación y la adaptación de la comunicación, pero no contó con una delimitación conceptual y métrica uniforme. Los resultados se resumen en la Tabla 2.

**Tabla 2**  
*Síntesis de la evaluación científica de la calibración neurolingüística*

| Dimensión               | Hallazgo                                                                                    |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Delimitación conceptual | Integra observación, inferencia y ajuste comunicativo, sin diferenciarlos de forma estable. |
| Definición operacional  | No dispone de indicadores ni criterios de desempeño compartidos.                            |
| Medición                | No se identificó un instrumento específico con evidencia psicométrica suficiente.           |
| Fiabilidad              | No se ha establecido consistencia entre evaluadores, momentos y contextos.                  |
| Objetividad             | Faltan reglas comunes y criterios externos que reduzcan la influencia del evaluador.        |
| Validez discriminante   | Mantiene un amplio solapamiento con constructos psicológicos próximos.                      |
| Contrastación           | Los criterios para distinguir aciertos, errores y respuestas ambiguas son insuficientes.    |
| Evidencia aplicada      | Los resultados favorables proceden principalmente de programas multicomponentes.            |
| Dictamen                | Su contenido práctico es reconocible, pero su autonomía científica no está demostrada.      |

Nota: (Autores, 2026).

4. Discusión

Los resultados muestran que el problema central de la calibración no reside en prestar atención a la conducta del interlocutor. Observar cambios en la postura, la respiración, la expresión facial o el tono de voz forma parte de cualquier interacción sensible. La dificultad aparece cuando el registro de esas variaciones se confunde con el conocimiento de su causa psicológica.

La distinción central no radica en observar o dejar de observar, sino en diferenciar el registro de una conducta de la interpretación formulada a partir de ella. Una persona puede advertir correctamente un cambio de postura, una pausa o una variación en el tono de voz y, aun así, equivocarse al explicar qué lo produjo. Una misma señal admite interpretaciones diferentes. Una modificación respiratoria puede relacionarse con ansiedad, esfuerzo cognitivo, cansancio, dolor o alguna circunstancia momentánea.

La calibración conserva utilidad práctica cuando orienta la atención hacia lo que cambia durante una conversación. El problema comienza cuando esa observación se transforma en certeza sobre la experiencia interna del interlocutor, sin considerar explicaciones alternativas, posibles errores o procedimientos de comprobación.

Esta diferencia permite reconocer el valor de la observación sin atribuirle una precisión que la evidencia no respalda. Registrar una conducta constituye una operación verificable. Explicar su significado exige información adicional y mantiene un carácter provisional.

#### Eficacia contextual y validez del constructo

La evidencia favorable sobre intervenciones asociadas con la PNL plantea una diferencia que resulta fundamental para interpretar los resultados. La eficacia de un programa y la validez del mecanismo utilizado para explicarla no son equivalentes. Una intervención puede producir cambios porque combina acompañamiento, atención individual, establecimiento de metas, ejercicios comunicativos y otras estrategias. Cuando sus componentes no se aíslan, el resultado final no permite identificar cuál produjo el efecto ni demostrar que depende de un mecanismo específicamente neurolingüístico.

Esta distinción evita dos posiciones extremas. La primera descarta cualquier resultado favorable por las críticas dirigidas a la PNL. La segunda utiliza una mejora observada para validar todos los conceptos incluidos en la intervención. Ambas interpretaciones exceden lo que los estudios permiten afirmar. En el caso de la calibración, la evidencia disponible no establece todavía su contribución específica. Para determinarla se requiere medir la habilidad de forma independiente, comparar sus resultados con condiciones de control y examinar si añade capacidad predictiva o explicativa frente a competencias interpersonales ya reconocidas.

#### Solapamiento con procesos psicológicos establecidos

La proximidad entre calibración, comunicación no verbal, reconocimiento emocional, empatía y precisión interpersonal explica parte de su plausibilidad. La propuesta utiliza experiencias cotidianas reconocibles. Las personas observan gestos, cambios de voz, silencios y posturas para orientar su comportamiento durante una interacción. Sin embargo, esa familiaridad no demuestra que la calibración constituya una capacidad psicológica diferente. Los procesos con los que se relaciona poseen definiciones, tareas e instrumentos propios. Además, no se generalizan necesariamente entre situaciones. Una persona puede reconocer emociones faciales con relativa precisión y mostrar dificultades para comprender pensamientos o intenciones en una conversación real.

El contexto ocupa un lugar decisivo. El significado de una conducta depende de la cultura, la situación, la relación y la combinación de señales disponibles. Por esta razón, una postura o expresión aislada no contiene una traducción psicológica fija. La ilusión de transparencia también ayuda a comprender por qué una interpretación puede sentirse más precisa de lo que realmente es. Cuando no existe una comprobación independiente, la confianza del observador o la continuidad de la conversación pueden confundirse con evidencia de acierto. La seguridad con que se formula una inferencia no garantiza su exactitud.

El amplio solapamiento identificado obliga a demostrar que la calibración posee una estructura propia y aporta información adicional frente a constructos establecidos. Mientras esa diferenciación no se compruebe, resulta más prudente estudiar sus componentes mediante categorías psicológicas con mayor precisión conceptual y metodológica.

#### Reubicación conceptual de la calibración

Los resultados permiten proponer una reubicación conceptual. Esta propuesta no consiste en sustituir un término por otro, sino en descomponer una formulación amplia en operaciones que puedan observarse, medirse y contrastarse. El contenido de la calibración puede organizarse en tres momentos: detectar una modificación conductual, formular una interpretación provisional y ajustar la comunicación. Cada momento exige procedimientos diferentes. La detección puede evaluarse mediante tareas de discriminación o registro. La interpretación requiere un criterio externo que permita comprobar su exactitud. El ajuste comunicativo puede examinarse a partir de la respuesta adoptada y de sus efectos sobre la interacción.

Esta separación permite formular preguntas más precisas. Puede estudiarse si una persona identifica cambios conductuales de manera consistente, si reconoce determinadas emociones con una exactitud superior al azar o si modifica adecuadamente su comunicación después de recibir retroalimentación. La calibración puede conservarse como una expresión práctica para describir la atención y el ajuste durante una interacción. Su reconocimiento como constructo científico exige, en cambio, una definición operacional, instrumentos específicos y un programa de validación que demuestre fiabilidad, objetividad, validez discriminante y capacidad explicativa adicional.

#### Implicaciones para la práctica profesional

La observación de cambios en la expresión facial, la postura, la voz o la conducta verbal puede orientar la comunicación. Su valor no consiste en revelar directamente un estado interno, sino en advertir una variación que necesita interpretación y comprobación. Esta precaución adquiere especial importancia en relaciones asimétricas. En educación, la ausencia de contacto visual o una postura determinada no constituyen evidencia suficiente de desinterés, inseguridad o falta de motivación. La interpretación necesita contrastarse con el desempeño académico, las circunstancias del estudiante y otras fuentes de información. De lo contrario, una impresión inicial puede influir de manera injustificada en las expectativas y decisiones docentes.

En terapia, un cambio en el tono de voz, la respiración o la expresión facial puede justificar una pregunta clínica. No permite establecer de inmediato qué emoción o experiencia produjo la variación. La interpretación adquiere mayor fundamento cuando se construye de manera colaborativa y se contrasta con el relato de la persona.

La misma cautela se aplica al liderazgo, la selección de personal y el \*coaching\*. En estos ámbitos, las inferencias sobre sinceridad, seguridad, interés o disposición pueden influir en decisiones relevantes. La formación profesional necesita enseñar a describir primero la conducta observada, formular después una interpretación provisional y comprobarla mediante información adicional.

Reconocer el carácter contextual, probabilístico y revisable de las inferencias no debilita la sensibilidad interpersonal. Evita que una impresión plausible se convierta en diagnóstico o conocimiento cierto sin evidencia suficiente. La práctica puede conservar la atención cuidadosa al interlocutor, pero debe incorporar mecanismos explícitos de verificación.

## 5. Conclusiones

La revisión examinó el estatus conceptual, metodológico y empírico de la calibración neurolingüística mediante el contraste entre la literatura de la PNL y la investigación psicológica sobre comunicación no verbal, percepción interpersonal, reconocimiento emocional y precisión empática. En los 28 documentos analizados no se identificó una definición operacional estable, un instrumento específico con respaldo psicométrico suficiente ni criterios uniformes para distinguir inferencias correctas, ambiguas o erróneas. Tampoco se encontró evidencia capaz de demostrar su fiabilidad, objetividad, validez discriminante y replicabilidad como habilidad autónoma.

La investigación psicológica confirma que las personas utilizan señales faciales, corporales, vocales y verbales para interpretar a los demás. Sin embargo, el significado de esas señales depende de su integración, del contexto, de la cultura y del tipo de relación. Detectar una modificación conductual no permite conocer con certeza el estado interno que la produjo. Del mismo modo, los resultados favorables informados en intervenciones relacionadas con la PNL corresponden a programas multicomponentes y no permiten atribuir los efectos específicamente a la calibración.

El principal aporte de esta revisión consiste en separar tres operaciones que suelen reunirse bajo una misma denominación: observar cambios conductuales, atribuirles un significado psicológico y ajustar la comunicación. La primera puede comprobarse de manera directa. Las otras requieren criterios adicionales de contraste. Esta distinción permite conservar la atención cuidadosa al interlocutor sin convertir información parcial en certeza sobre su experiencia interna.

A partir de la evidencia examinada, la calibración neurolingüística todavía no puede considerarse un constructo psicológico autónomo y científicamente consolidado. Su contenido más reconocible puede estudiarse con mayor precisión mediante categorías como la comunicación no verbal, el reconocimiento emocional, la sensibilidad interpersonal y la precisión empática. En la práctica profesional, las interpretaciones derivadas de señales conductuales deberían formularse como hipótesis contextuales, provisionales y sujetas a comprobación.

Una eventual validación tendría que delimitar sus componentes, desarrollar procedimientos capaces de medir la exactitud de las inferencias mediante criterios independientes y comparar el desempeño de personas entrenadas y no entrenadas. También debería establecer si aporta capacidad explicativa adicional frente a constructos próximos y si sus resultados se mantienen en contextos diferentes. Mientras estas condiciones no se cumplan, su aplicación en educación, orientación, terapia, liderazgo o *coaching* exige prudencia interpretativa y mecanismos explícitos de verificación.

## CONFLICTO DE INTERESES

“Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses”.

## Referencias Bibliográficas

- American Psychological Association Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. (2006). Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, 61(4), 271–285. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.271>
- Bandler, R., & Grinder, J. (1975). *The structure of magic I: A book about language and therapy*. Science and Behavior Books. [https://books.google.com.ec/books/about/The\\_Structure\\_of\\_Magic.html?id=sHtHAAAAMAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.com.ec/books/about/The_Structure_of_Magic.html?id=sHtHAAAAMAAJ&redir_esc=y)
- Bandler, R., & Grinder, J. (1979). *Frogs into princes: Neuro linguistic programming*. Real People Press.
- Carmichael, C. L., & Mizrahi, M. (2023). Connecting cues: The role of nonverbal cues in perceived responsiveness. *Current Opinion in Psychology*, 53, Article 101663. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101663>
- Dael, N., Schlegel, K., Weaver, A. E., Ruben, M. A., & Schmid Mast, M. (2022). Validation of a performance measure of broad interpersonal accuracy. *Journal of Research in Personality*, 97, Article 104182. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2021.104182>
- Dilts, R., Grinder, J., Bandler, R., Cameron-Bandler, L., & DeLozier, J. (1980). *Neuro-linguistic programming, volume I: The study of the structure of subjective experience*. Meta Publications.
- Dormandy, K., & Grimley, B. (2024). Gatekeeping in science: Lessons from the case of psychology and neuro-linguistic programming. *Social Epistemology*, 38(3), 392–412. <https://doi.org/10.1080/02691728.2024.2326828>
- Elfenbein, H. A., & Ambady, N. (2002). On the universality and cultural specificity of emotion recognition: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 128(2), 203–235. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.2.203>
- Ghanem, D., Tarhini, S., Manana, M., Awada, S., Bou Assi, R., Ismail, L., & Hatem, G. (2024). Impact of neuro-linguistic programming-based interventions on

- school triggers: A before and after intervention study on primary schoolchildren. *Social Sciences & Humanities Open*, 10, Article 101021. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.101021>
- Gilovich, T., Savitsky, K., & Medvec, V. H. (1998). The illusion of transparency: Biased assessments of others' ability to read one's emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 332–346. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.2.332>
- Goljović, N. (2024). Dismantling the hype: A systematic review of NLP coaching limited impact in organizations. *Godišnjak za psihologiju*, 21, 105–120. <https://doi.org/10.46630/gpsi.21.2024.07>
- Heap, M. (1988). Neurolinguistic programming: An interim verdict. In M. Heap (Ed.), *Hypnosis: Current clinical, experimental and forensic practices* (pp. 268–280). Croom Helm.
- Hernández Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2023). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (2.<sup>a</sup> ed.). McGraw Hill.
- Holland, A. C., O'Connell, G., & Dziobek, I. (2021). Facial mimicry, empathy, and emotion recognition: A meta-analysis of correlations. *Cognition and Emotion*, 35(1), 150–168. <https://doi.org/10.1080/02699931.2020.1815655>
- Kafetsios, K., Hess, U., Dostal, D., Seidl, M., Hypsova, P., Hareli, S., Alonso-Arbiol, I., Schütz, A., Gruda, D., Campbell, K., Chen, B.-B., Held, M. J., Kamble, S., Kimura, T., Kirchner-Häusler, A., Livi, S., Mandal, E., Ochnik, D., Sakman, E., ... Uskul, A. K. (2025). A contextualized emotion perception assessment relates to personal and social well-being. *Journal of Research in Personality*, 114, Article 104556. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2024.104556>
- Khan, M., Zeb, S., Batool, R., & Gasiorowska, A. (2025). Non-verbal communication questionnaire: A measure to assess effective interaction. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1409675. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1409675>
- Lange, J., Heerdink, M. W., & van Kleef, G. A. (2022). Reading emotions, reading people: Emotion perception and inferences drawn from perceived emotions. *Current Opinion in Psychology*, 43, 85–90. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.06.008>
- Manana, M., Tarhini, S., Ghanem, D., Bou Assi, R., Awada, S., & Hatem, G. (2024). Assessment of the impact of neuro-linguistic programming on primary schoolchildren's intellectual capacity. *Social Sciences & Humanities Open*, 10, Article 100966. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.100966>
- Metin, A., & Doğan, T. (2025). Enhancing counselors' competency in interpreting nonverbal cues: A preliminary study on the effectiveness of the Nonverbal Behavior Training Program (NOBET). *Current Psychology*, 44, 6627–6645. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07653-x>
- Moret-Tatay, C., Mundi-Ricós, P., & Irigaray, T. Q. (2023). The relationship between face processing, cognitive and affective empathy. *Behavioral Sciences*, 13(1), Article 21. <https://doi.org/10.3390/bs13010021>

- Pang, H. T., Zhou, X., & Chu, M. (2024). Cross-cultural differences in using nonverbal behaviors to identify indirect replies. *Journal of Nonverbal Behavior*, 48(2), 323–344. <https://doi.org/10.1007/s10919-024-00454-z>
- Passmore, J., & Rowson, T. (2019). Neuro-linguistic-programming: A critical review of NLP research and the application of NLP in coaching. *International Coaching Psychology Review*, 14(1), 57–69. <https://doi.org/10.53841/bpsicpr.2019.14.1.57>
- Popper, K. R. (1963). *Conjectures and refutations: The growth of scientific knowledge*. Routledge & Kegan Paul.
- Qiao, Y., Wang, Q., Yan, Z., Wang, Y., Yan, W., & Su, Y. (2025). Empathy and emotion recognition: A three-level meta-analysis. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 19, 1–26. <https://doi.org/10.1177/18344909251345926>
- Roderique-Davies, G. (2009). Neuro-linguistic programming: Cargo cult psychology? *Journal of Applied Research in Higher Education*, 1(2), 57–63. <https://doi.org/10.1108/17581184200900014>
- Sharpley, C. F. (1987). Research findings on neurolinguistic programming: Nonsupportive data or an untestable theory? *Journal of Counseling Psychology*, 34(1), 103–107. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.34.1.103>
- Steward, B. A., Mewton, P., Palermo, R., & Dawel, A. (2025). Interactions between faces and visual context in emotion perception: A meta-analysis. *Psychonomic Bulletin & Review*, 32(5), 1987–2003. <https://doi.org/10.3758/s13423-025-02678-6>
- Sturt, J., Ali, S., Robertson, W., Metcalfe, D., Grove, A., Bourne, C., & Bridle, C. (2012). Neurolinguistic programming: A systematic review of the effects on health outcomes. *British Journal of General Practice*, 62(604), e757–e764. <https://doi.org/10.3399/bjgp12X658287>
- Taha, F., Mhanna, R., Harakeh, Z., Awada, S., Bou Assi, R., El-Kak, A., & Hatem, G. (2025). Neuro-linguistic programming's impact on academic performance in primary schoolchildren at risk of ADHD. *Language and Health*, 3(1), Article 100044. <https://doi.org/10.1016/j.laheal.2024.100044>
- Witkowski, T. (2010). Thirty-five years of research on neuro-linguistic programming. NLP research data base. State of the art or pseudoscientific decoration? *Polish Psychological Bulletin*, 41(2), 58–66. <https://doi.org/10.2478/v10059-010-0008-0>
- Zikic, A., Khullar, T. H., Nitschke, J. P., Santucci, K., Macdonald, E., Bartz, J. A., Human, L. J., & Dirks, M. A. (2025). Examining empathic accuracy in a standardized task and in a naturalistic interaction: Associations, differences, and links with empathy. *Personality and Individual Differences*, 236, Article 113016. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.113016>