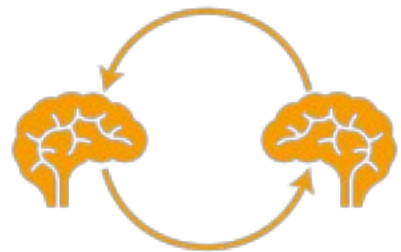


# 5 obstáculos psicológicos bloqueando tu camino hacia la fluidez

Por [John Fotheringham](#)

Artículo original: [5 Psychological Obstacles Standing Between You and Fluency](#)

Yo invierto mucho tiempo aprendiendo y escribiendo sobre psicología. La mayoría de mis blogueros de idiomas favoritos hacen lo mismo. ¿Pero por qué? ¿Que no son todas esas cosas de psicología un montón de babosadas para hacerte sentir bien? Lo único importante en el aprendizaje de idiomas es que tanto estudies, ¿o no?



El tiempo que inviertas en cada tarea definitivamente es primordial para el éxito, pero la *cantidad* de aprendizaje (aunque importante) importa mucho

menos que la *calidad*. ¿Y que determina el impacto de tu tiempo de aprendizaje de idiomas? Tu psicología:

- Tu seguridad en tu habilidad de aprender.
- Tus sentimientos hacia el idioma y cultura.
- Tu voluntad de intentar cosas.
- Tu habilidad de aprender de (¡y reírte de!) tus errores.
- Tu tolerancia a la incertidumbre y la ambigüedad.

Aquí tienes cinco de los obstáculos psicológicos más traicioneros bloqueando tu camino hacia la fluidez:

## 1) Creencias negativas sobre tu habilidad de aprender el idioma

El obstáculo psicológico más común – y yo diría que el más destructivo – en el aprendizaje de idiomas es la creencia de que no eres bueno aprendiendo idiomas.

Ok, tal vez no te fue muy bien en la secundaria o en tu clase de inglés/francés/etc. en tu universidad. ¿Pero adivina que? Lo más probable es que no es tu culpa. En la mayoría de los casos, un rendimiento bajo en las clases de idiomas es un reflejo no de tu inhabilidad de aprender un idioma, sino:

- **Lo inefectivo que suele ser para la mayoría de personas el método académico estándar aplicado al aprendizaje de idiomas.** Un pequeño porcentaje de aprendices con alta inteligencia lingüística logran adquirir idiomas en la escuela, pero a la mayoría de gente les va mejor usando métodos más naturales y basados en inmersión que toman ventaja de **inteligencias múltiples** (inteligencia visual-espacial, inteligencia musical, inteligencia corporal y cenestésica, etc.)

Algunos profesores si intentan integrar métodos así, pero las limitaciones impuestas en las clases de gran tamaño y las exámenes estandarizadas hacen que la tarea sea imposible.

- **Lo pocas que fueron las oportunidades que probablemente tuviste para usar el idioma en contextos divertidos, significativos y personalmente relevantes.** Tal vez tu profesor de idiomas planeó algunas escenas y "días culturales", pero estas están lejos de ser interacciones en el mundo real, emocionantes e impredecibles, que necesitas para alcanzar la fluidez conversacional.
- **El hecho de que se te requiriera aprender un idioma, especialmente uno que tu no escogiste.** El aprendizaje de idiomas debería ser opcional. O por lo menos, los estudiantes deberían poder escoger *qué* idioma aprenderán. Y no me refiero solo a escoger entre

Inglés y Francés.

En el mundo de hoy se hablan más o menos unos 6.500 idiomas; los aprendices deberían poder escoger de un grupo más grande que solo 2 o 3 idiomas Románticos. Si un idioma en particular no es ofrecido en la escuela de uno, ¿por que no dejar que los aprendices desarrollen un programa de estudio-autónomo monitoreado por un miembro de la facultad o padre de familia?

Mientras más poder tiene un individuo para escoger, mayor será la probabilidad de que ellos tomarán propiedad de su proceso de aprendizaje e invertirán el tiempo y esfuerzo necesarios para progresar tangiblemente.

## **2) Creencias negativas sobre el idioma y cultura**

Recordando mis antiguos estudiantes de inglés, aquellos que progresaron más que otros tendían a ser aquellos que amaban la cultura estadounidense, veían películas estadounidenses, escuchaban música estadounidense, comían comida estadounidense, y soñaban sobre viajar a – o vivir en – los Estados Unidos.

Aquellos que tenían poco interés en los Estados Unidos, u otras culturas de

otros países donde se habla el inglés, progresaron mucho menos sin importar lo importante que el idioma inglés pudo haber sido para sus carreras académicas o profesionales.

En mi caso, mi profundo amor y respeto por la cultura japonesa me dio el combustible extra necesario para seguir poniendo un pie frente al otro inclusive en días en los que de verdad no tenía ganas de estudiar.

### **3) El espejismo de "esperar hasta estar listo"**

Muchos aprendices (especialmente aquellos con tendencias perfeccionistas) gastan muchos años preparándose diligentemente para usar un idioma, repasando tarjeta tras tarjeta, viendo películas extranjeras, escuchando podcasts en el idioma, etc.. Todo esto está bien, pero enfocarte solo en input conlleva a una dieta de adquisición de idiomas mal balanceada.

Tu necesitas mezclar porciones sanas de output también. Hablar y escribir son las formas más eficientes de solidificar lo que has aprendido antes, identificar agujeros en tu vocabulario y gramática, y recordarte a ti misma o ti mismo porqué empezaste a aprender el idioma en primer lugar.

Mira, sé que da miedo. Hay tantas cosas que quieres decir pero aún no

sabes como. Tantas palabras y estructuras desconocidas vuelan sobre tu cabeza. ¿Y que? No importa que tanto estudies, en algún futuro tendrás que meterte en esta forma de interacción impredecible de doble vía.

¿Por qué posponer lo inevitable? ¿Por qué dejar que el miedo se interponga en tu camino hacia la fluidez? Sin importar tu nivel, tu siempre puedes intentar comunicar *algo* hoy. Si tu solo sabes cinco palabras, *usa* esas cinco palabras. Si tu no sabes *ninguna* palabra aún, usa gestos, dibujos, inferencia, etc. para comunicar tu significado, poniendo cuidadosa atención a que palabras y estructuras escuchas mientras sigues.

Imagina, por ejemplo, que estás en un mercado en Taiwan y quieres una manzana. Tu no conoces la palabra aún, así que simplemente señalas a una de las manzanas. Hay muchas frutas en la mesa, así que el vendedor confirma cual es señalando a la pila de manzanas: “píng guǒ (蘋果)?”

Boom, ¡ahora ya sabes la palabra para "manzana" en mandarín! Él luego te pregunta cuantas quieres, pero no le entiendes. Así que él pregunta, “yī gè (一個)?” y te muestra el gesto universal para el número uno. Ahora sabes el número uno en mandarín, o más precisamente, la frase para "una cosa." ¡No está mal para una interacción de persona a persona por 10 segundos! Si hubieses intentado aprender estas palabras solo en tu escritorio, te hubieses perdido la oportunidad de:

- ¡Comerte la deliciosa manzana!
- Imitar la pronunciación apropiada.
- Codificar palabras de una forma más robusta y multi-sensorial.

## 4) Miedo a cometer errores y parecer estúpido en frente de otros

El espejismo anterior de "esperar hasta estar listo" está alimentado principalmente por miedo. Miedo de que te entiendan mal. Miedo de no entender a otros. Miedo de cometer errores vergonzosos. Miedo de pedir la comida equivocada. Miedo de tomar el tren equivocado. Etc.

Este miedo no está injustificado del todo. Tu *cometerás* errores. Un montón de ellos. Pedirás la comida equivocada y te meterás en el tren que no es. Accidentalmente insultarás a alguien cuando intentabas dar un cumplido. Pero en la gran mayoría de los casos, la única víctima real es tu orgullo. Y el ego solo puede ser lastimado si tu dejas que tu sentido de estima se conecte a tu habilidad percibida en el idioma.

En vez de eso, conecta tu orgullo a tu voluntad de probar cosas y de reírte de tus errores, no a que tan perfectamente (o imperfectamente) puedes usar el idioma.

Como Viktor E. Frankl dice en [La búsqueda del hombre por significado](#):

"Entre estímulo y respuesta hay un espacio. En ese espacio está nuestro poder de escoger nuestra respuesta. En nuestra respuesta yace nuestro crecimiento y libertad."

Cuando dices la palabra equivocada, destruyes una oración, entiendes mal la pregunta de alguien, o das un paso en falso cultural, tu tienes la elección de como responderás a la vergüenza potencial. ¿Te frustrarás o sacarás una carcajada? ¿Permites que esa embarrada sirva como prueba de que apestas en el idioma, o lo interpretas como una oportunidad para crecer? La elección es tuya.

## 5) Frustración de no entender todo lo que escuchas y lees

Así como la mayoría de aprendices posponen practicar el hablar y escribir por miedo a cometer errores, muchos evitan poderosas oportunidades de escuchar y leer porque se frustran con la ambigüedad e incertidumbre.

Ellos dejan de ver a la mitad una película extranjera sin subtítulos porque no saben exactamente que está pasando en la historia. Ellos limitan su lectura a libros bilingües. Solo hablan con hablantes nativos que también hablen su idioma nativo, permitiéndoles regresar a su idioma nativo si ocurre una confusión.



Aunque sí es ideal escoger materiales un poco más arriba del nivel actual de entendimiento de uno, y los hablantes nativos sí ofrecen algunas ventajas por encima de sus contrapartes monolingües, no dejes que la búsqueda del recurso o tutor perfecto te detenga de obtener exposición lingüística valiosa *en este momento* con lo que sea y con quien sea que estés en el momento. La búsqueda de la perfección usualmente solo lleva a la procrastinación.

¿Que hay de ti? ¿Que obstáculos psicológicos has encontrado en tus aventuras de aprendizaje de idiomas? ¿Como los superaste? Compártelo en la sección de comentarios en el artículo original [aquí](#).

## Vuélvete miembro de Language Mastery

Recibe 12 guías gratis en PDF, incluyendo mi Guía de Inicio Rápido, mis guías de 1-página para japonés, chino, francés, alemán, portugués, ruso y más. Nada de spam. Nada de pendejadas. Solo cosillas útiles para aprender idiomas. Para hacerte miembro puedes [suscribirte por email aquí](#).



## Artículo traducido al español por Santiago Madrigal

Hola querida o querido lector, aquí Santiago. Ojalá hayas disfrutado de este artículo originalmente escrito por John y espero te sea muy útil en tu aprendizaje de idiomas :D

Dime una cosa, ¿te gustaría llegar a dominar el inglés por tu propia cuenta, sin tener que meterte en clases de inglés, sin tener que estudiar reglas gramaticales, y usando libros, videos, música, videojuegos y otros materiales en inglés que de verdad *verdad* te gusten? Entonces te invito a que le des una mirada a mi sitio web: [Inglesk.com](http://Inglesk.com)