



Editorial

## Tu plan de estudio en 21 días

Sea cual sea el idioma que te hayas propuesto estudiar este curso, es conveniente poner en marcha una dinámica de estudio. La clave está en anticipar y ejercer tu talento para planificarte.

Idealmente lo que nosotros llamamos "higiene de estudio" tiene que tener una repetición diaria. Y no debería quitarte más tiempo que gestos tan evidentes como tomarte una ducha o un buen desayuno.

Ya lo sabrás: si consigues que esta repetición perdure más allá de 21 días seguidos, se te hará natural y llevarás a cabo esta dinámica. Además, en cuanto notes mejoras en el idioma, podrás considerar que has puesto en marcha un círculo virtuoso de estudio que se alimenta casi por sí solo. Un reto de 21 días, ¿suena razonable verdad?

¡Feliz lectura!



## ¿Cómo evitar el año de la marmota con los idiomas? 6 consejos para planificarse con arte



Seguramente te has propuesto mejorar tu nivel de idiomas en muchas ocasiones, y, sin embargo, pese al paso del tiempo - los meses, a veces los años van desfilando - sigues estancado en tu progresión.

Aprovecha el inicio de este nuevo curso para organizarte y preparar tus avances.

Seguro que en tu trabajo consigues ser riguroso, organizarte las tareas, hacer seguimiento, gestionar proyectos etc.

Por tanto no debería de ser nada costoso aplicar estos métodos a tu estudio del idioma, constancia y planificación son nuestras palabras maestras.

TE ACOMPAÑAREMOS AQUÍ CON 6 CONSEJOS:

**Identifica tu o tus objetivos:**

Es importante tener claro para qué estudias un idioma. El motivo como tal no importa, mientras sea tuyo y lo tengas interiorizado. Puede ser por amor al arte, para conseguir una mejor posición dentro de tu empresa, un viaje con tu familia, la obtención de un título oficial, mejorar en tu puesto de trabajo (a lo mejor aquí puedes ponerte muy claro las tareas que quisieras mejorar: realizar presentaciones, negociar, mejorar tus conocimientos culturales para conectar mejor con tus interlocutores extranjeros, hablar en público) etc.

Una vez hecha esta primera labor, escribe tus objetivos, y déjalos visibles en un sitio que puedas ver a menudo, sea tu agenda, un lugar al lado de tu ordenador, tu despacho si lo tienes, o incluso por qué no ¡tu pantalla de móvil! Es bueno no perder de vista lo que nos anima.

En segundo lugar, recuerda **compartir estos objetivos con tu profesor**. Él te podrá acompañar mucho mejor en tu progresión

si entiendes tus propósitos. Además, piensa que tu profesor tiene un largo recorrido profesional y su experiencia te puede beneficiar, seguro estará encantado de compartir contigo muchos trucos útiles para mantener vivo tu objetivo a lo largo del curso. ¡Así que sigue sus recomendaciones!

#### 💡 **Planificate:**

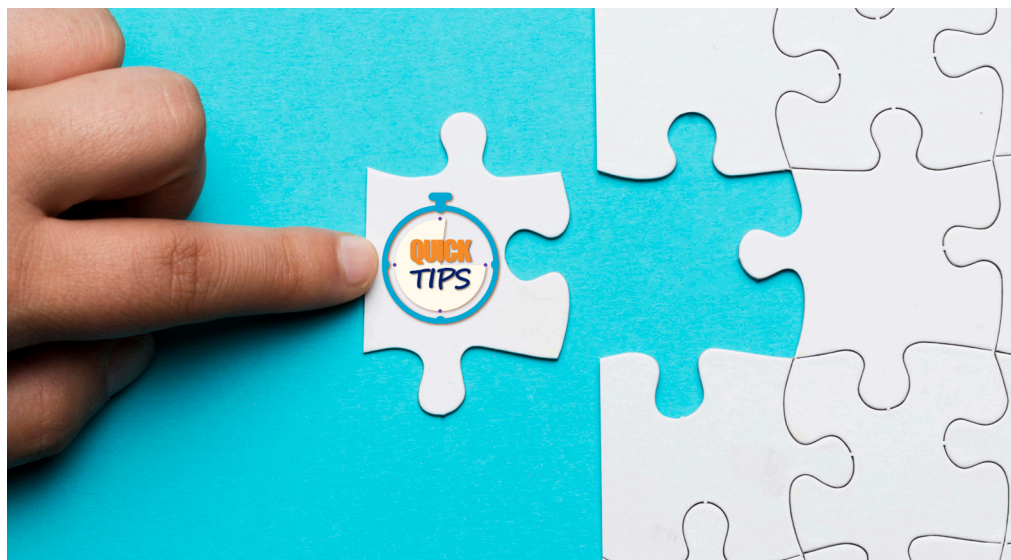
Aunque la cantidad de herramientas para aumentar la productividad -como el mail, el chat y los espacios de colaboración en línea- han proliferado en los últimos años, el ritmo del trabajo actual puede ser abrumador. De ahí que sea tan importante tener una constancia en tu estudio y tenerlo anotado. Lo ideal es un **contacto diario con el idioma**: te puedes fijar 10 minutos de la actividad que quieras: los deberes que te ha enviado tu profesor, pero también escuchar una canción cuando estés en tu coche o metro para ir al trabajo, leer un pequeño artículo, etc.

También una vez por semana al menos, te recomendamos reservarte un tiempo de repaso, en el que auto examínate: ¿sería capaz explicar esta regla de gramática a otro alumno? ¿tengo asimilado el vocabulario de las últimas clases de la semana?, etc. Aprovecha para anotar todas tus dudas, para compartirlas en la próxima clase. Importante: **apunta este tiempo de repaso en tu agenda como lo harías con cualquier reunión o cita**, así evitarás la procrastinación por un lado y dejarás de tenerlo en mente (ya sabes, se añade a la carga mental) por otro lado.

Y como comentamos: tienes que mantener esta higiene de estudio durante 21 días consecutivos.

#### 💡 **Mantén viva la concentración:**

Las principales causas de distracción incluyen: inte-



“  
No nos interesa medir el tiempo de estudio sino su productividad”

rrupciones de compañeros de trabajo, ruidos de la oficina, las redes sociales o por supuesto el *smartphone*.

Puedes identificar fácilmente las fuentes de distracción y evitarlas: apartar el móvil, al menos apagar el sonido, avisar a tus familiares que necesitas un tiempo de tranquilidad, comer algo antes para no dejarte perturbar por el estómago etc. Lo que hay que procurar es **no confundir productividad con presentismo**: a la hora de contabilizar el tiempo estudiado, no nos auto engañemos con esto.

No nos interesa medir el tiempo de estudio, sino la productividad de estos momentos que nos hemos planificado, en fin, que prime la calidad sobre la cantidad. Para ello, es conveniente **estudiar un máximo de 30 minutos seguidos**.

#### 💡 **Practica:**

Todos los programas de formación deben estar res-

paldados por acciones de puesta en práctica de las competencias trabajadas de forma situacional y en la realidad de su desempeño.

Ya sabes en un mundo de *thinkers and doers* (los que piensan y los que hacen), procura HACER: al menos **un 70% de tu estudio con el idioma debería ser orientado a expresarte**, sea en el aula sea fuera, en tu puesto de trabajo principalmente.

De forma general, **sé creativo, no te pongas límites**. Puedes leer artículo/libro en voz alta, por ejemplo, o escribir tus propias historias. Los trabajadores de departamentos como ventas y marketing ya conocen el poder de una buena historia, pero cualquiera puede beneficiarse al potenciar sus habilidades narrativas, por ejemplo, a la hora de hacer presentaciones efectivas.

#### 💡 **Recuerda “lo que crees es lo que creas”:**

El estrés se ha convertido en una parte cada vez más común de panorama laboral actual, incluso entre los *millennials* (nacidos entre los años 80 y la pasada década). No te añadas una presión adicional con el aprendizaje de un idioma, evita menospreciarte. Está demostrado que el estado psico-fisiológico a la hora

de aprender es sumamente importante. Deberías de sentirte **alegre, relajado y curioso** antes de proponerte estudiar. Incluso el dedicar tiempo a un idioma podría reducir la sensación de agotamiento físico, mental y emocional.

¿Adicionalmente, por qué no premiarte cada vez que acabes con tu tiempo de repaso semanal?

#### 💡 **Auto evalúate o mejor dicho rétate:**

Según afirmó Google por una de las conclusiones de la investigación “Project Oxygen”, ser un buen comunicador es una de las ocho habilidades que definen a un buen líder. De ahí que los expertos describan como “clave” el desarrollo de una comunicación clara, concisa y cuidada, tanto verbal como escrita.

Por tanto **prueba tus avances**, pero no de forma tradicional con ejercicios de gramática o listas de vocabulario, sino **en situaciones reales**: un mail, una reserva/un pedido en el extranjero, un comentario online (hay muchos recursos ahora en internet, tipo blog) etc. Lo ideal en definitiva es fijarse una situación de interacción con un nativo y ver sin consigues tu objetivo comunicativo.

## Alegato para los Idiomas

# Podio de idiomas: inglés, francés y alemán

Es de cajón decir que el inglés se ha convertido en el idioma internacional cuando hablamos de negocio (es el más utilizado para el comercio internacional e Internet), pero demasiadas veces parece que nos olvidamos contemplar la diversidad lingüística que nos rodea y las potencialidades de otros idiomas que indebidamente cualificamos de “secundarios”. Recordemos estas cifras: “el 80% de las contrataciones realizadas tras el verano priorizan el manejo de al menos dos idiomas” o “el segundo idioma abre el 90% de posibilidades de contratación o promoción en las empresas”.

La prioridad de estudio de un idioma dependerá ante todo de cada individuo, de sus anhelos y proyectos de vida.

Cada proyecto lingüístico tiene su legitimidad, si bien es cierto que los criterios a la hora de elegir estudiar otro idioma (ie después del inglés) es el número de locutores y su importancia en el mundo laboral.

Pequeña ronda basada en nuestra experiencia y las solicitudes que nos llegan, para que cada uno de forma individual determine la estrategia que más le convenga:


**Francés:** es una lengua que se habla en los cinco continentes. Se estima que hablan el francés más de 200 millones de personas en todo el mundo. En España mantiene su segunda posición en las ofertas de empleo (11,1%) y muestra el mayor incremento respecto al año pasado (4,4 puntos porcentuales).

Francia es uno de los núcleos turísticos de Europa, lo que hace que sea una buena opción para las carreras y guías turísticos, directores de hotel y otros trabajadores del sector. Para los que estudian ciencias políticas o están interesados en trabajar en la diplomacia, saber

francés es una clara ventaja; es una de las lenguas oficiales de las Naciones Unidas, la Unión Europea, el Comité Olímpico Internacional y el sistema internacional de tribunales, entre otros organismos oficiales. Además de esto, en gran parte del África subsahariana se habla francés, lo que hace que las oportunidades internacionales para los hablantes de francés sean todavía más numerosas.


Si no estás del todo convencido, léete este testimonio de **David Trueba**, escritor, periodista, director de cine, guionista y actor español:

“Una de las mejores decisiones de mi vida consistió en estudiar francés. No preveía entonces que el mundo cultural y artístico nos sometería a una presión colonial tan potente como la que finalmente ha impuesto el mercado anglosajón. Si lo hubiera sabido, habría reafirmado mi decisión con mejores argumentos de los que tuve entonces... se trata de uno de los países más cercanos (Francia), cuyo idioma nos invita por el norte pirenaico, pero también por el sur marroquí, a compartir una cultura rica y sorprendente.”

 **El consejo del profesor:** “cuando oyes algo en francés, es recomendable verlo también escrito ya que existe mucho contraste entre la forma en la que se pronuncia y la forma en la que se escribe. Es mejor acostumbrarse a ello desde el principio.”


**Alemán:** permanece en la tercera plaza (6%) de los idiomas más demandados en las ofertas de empleo en España. El

alemán –también un idioma oficial en Austria, Suiza, Luxemburgo y Liechtenstein– se lleva la palma como idioma más hablado en Europa, con un 18 % de europeos que lo hablan como lengua nativa. Está claro que Alemania es uno de los actores clave de la economía europea y un importante exportador; desde productos farmacéuticos a vehículos.

 **El consejo del profesor:** “olvida lo que conoces, no intentes comparar. El alemán no es una lengua latina, funciona de forma distinta: ábrete a otra manera de pensar. En breve verás que es una lengua muy lógica, descriptiva, casi matemática por así decirlo”.

Finalmente el italiano (1,8%) y el portugués (1,6%) se mantienen en las mismas plazas del ranking.

**Italiano:** el italiano es un idioma que tiene varias ventajas para los hispanohablantes. Por sus raíces latinas, es fácil de aprender y practicar. Por su ubicación geográfica, las posibilidades de viajar a Italia y disfrutar de su comida, sus paisajes y su arte son altas. Italia atrae mucho por su moda, la historia, la cultura y el arte y por supuesto por el idioma como tal que tiene la cualidad de tener una sonoridad muy agradable.


 **El consejo del profesor:** “con el español son lenguas hermanas, diría que lo mejor es lanzarse a la piscina, así poco a poco identificarás las diferencias entre ambas, pienso sobre todo en los fal-



tos amigos: te irás haciendo tu propia lista, resulta muy útil hacerlo”.

**Portugués:** Con más de 200 millones de hablantes nativos, el portugués se habla en 11 países y regiones, incluyendo varios países africanos, Goa (India) y, por supuesto, Portugal y Brasil. Por nuestra ubicación geográfica somos vecinos de uno de los países con mayor proyección y crecimiento en los próximos años debido a la cercanía entre Portugal y Brasil. Portugal tiene múltiples convenios universitarios y ofrece programas de maestría y doctorado que cuentan con altos índices de calidad. Por su parte, Brasil es un líder en instituciones internacionales y en procesos de integración regional latinoamericana.

Agregar el portugués de Brasil al currículum puede suponer un paso estratégico para mejorar la empleabilidad en América Latina.

 **El consejo del profesor:** “no te dejes engañar por la aparente cercanía con el español: las diferencias entre ambos idiomas son notables, especialmente en la fonética y en los tiempos verbales (como con el futuro *imperfeto* do subjuntivo).”

### Last but not least:



#### Jornadas informativas Hispano-Francesas de Seguridad Social del 14 al 18 de octubre

El objetivo de La Dirección Provincial del Instituto Nacional de la Seguridad Social de Madrid es informar y asesorar en los trámites que deben realizar las personas que hayan trabajado o estén trabajando en Francia, y que puedan generar un derecho en materia de pensiones.

**Atención individualizada, solicitar cita por teléfono al 915 660 450.**