

"Los cinco pasos básicos para aprender un idioma y obtener resultados reales", según Paloma García

Su método está enfocado a ayudar no solo a particulares, sino también a todo tipo de empresas, pymes, franquicias y grandes compañías, para que mantengan la motivación y la constancia hasta llegar a dominar una lengua extranjera

Según el Índice del EF English Proficiency, España se sitúa, con un nivel intermedio, en la posición 35 de 100 países en el mayor Ranking Mundial según su dominio del inglés. Y no se mejora respecto al resto de Europa, al ocupar el puesto 24 de 35. Esta es una clara desventaja competitiva de los profesionales españoles, tanto de los que están en activo como de los que han pasado a engrosar la lista de desempleados, como resultado de la situación actual marcada por la crisis sanitaria, que ha derivado en una crisis social y económica.

Conscientes de ello, con la entrada del Año Nuevo y sus infalibles propósitos, más de un particular o profesional de una pyme, franquicia o gran empresa va a desempolvar su nivel de algún idioma extranjero, apuntándose muy probablemente a clases del mismo. Pero, ¿cuántos conseguirán mantener la motivación y no abandonar las clases al poco tiempo?

A este respecto, y tal y como explica Paloma García, Coach de Idiomas y creadora del Programa Idiomas en Positivo, "aprender un idioma es mucho más que un método en concreto o tener un profesor. Son muchos los consejos que se encuentran en internet sobre cómo aprender un idioma. Lo que marca la diferencia es definir tu propia fórmula que equilibre mentalidad (actitud, pensamientos, emociones) y estrategia (objetivos, recursos, exposición al idioma, acciones). Al igual que en el área de la salud y el deporte, estos son dos elementos clave para aprender e integrar un idioma".

En este sentido, Paloma García amplía estos dos elementos con los siguientes 5 pasos básicos a la hora de aprender un idioma, para obtener resultados y así mantener la motivación:

1. Deseo: ¿Qué es lo que hace que se quiera aprender y comunicar en otro idioma? Es importante revisar qué hay detrás de la necesidad del idioma (deseo, obligación, oportunidades), para qué se plantea tener ese idioma y cómo puede cambiar el día a día gracias a él. Desde este conocimiento se puede anclar la motivación y, sobre todo, compromiso, vinculado a los valores.

2. Foco: definir qué se quiere ser capaz de hacer con el idioma. En qué contexto, cuándo, qué otros elementos hay en juego, de qué punto se parte, cuál es la actitud respecto a los idiomas, la experiencia... Ir al detalle ayuda a definir un plan de desarrollo con el idioma, en especial si se ha ido cambiando de formación, sintiendo que no se acaba de encontrar ninguna que funcione.

3. Traslado: una vez definido para qué se quiere usar el idioma, se fija cómo se van a adquirir los conocimientos y desarrollar las capacidades, para trasladar y aprovechar todo lo que se vaya

adquiriendo. El hecho de poder transferir lo que se adquiere en una formación en el día a día, en especial al contexto en el que se quiere aplicar el idioma, hará que la motivación se mantenga y alimentará la confianza del individuo.

4. Inmersión: exposición al idioma sin salir del país. Buscar los máximos contactos con el idioma, por nimios que parezcan. Hoy en día las oportunidades que se tiene para poder leer/hablar/escribir/oír el idioma objetivo son infinitas. Hay que mirar alrededor. En el entorno profesional, ¿cuándo se puede usar el idioma? En la vida personal, ¿qué espacios se tienen? La constancia es fundamental.

5. Exposición: la exposición al idioma, cuando es de forma activa (hablar, escribir, incluso escuchar), supone mostrarse. Y algo más difícil todavía: el riesgo de cometer errores. Muy a menudo, por miedo a creer ser juzgado por el nivel del idioma, o por esa costumbre de ser comparado con los demás, se pueden evitar situaciones donde se requiere el idioma (por ejemplo, reuniones de trabajo, reuniones sociales, hacer esa llamada en lugar de enviar un correo electrónico). Cada una de estas exposiciones al idioma ayuda a avanzar en el desarrollo y en vivir el idioma desde la naturalidad y confianza.

Para finalizar, la creadora de www.palomagarciacoach.com, puntualiza que “frecuentemente se abandonan formaciones de idiomas, porque no se ve una utilidad real a lo que se está haciendo. Como parte responsable e influyente de tu desarrollo, analiza bien qué estás haciendo, cómo te acerca a tus objetivos y cómo puedes sacarle el mayor partido”.

Acerca de Paloma García, Coach de Idiomas

Paloma García es licenciada en Traducción e Interpretación. Bachelor of Business Administration. Máster en Marketing y Comunicación y Máster en Dirección de Organizaciones en la Economía del Conocimiento, con especialidad en la Responsabilidad Social Corporativa.

Tras 20 años dedicados al mundo de la empresa, y a la gestión en entornos internacionales, se capacita en coaching y PNL.

Con www.palomagarciacoach.com se aúnan tres pasiones: los idiomas (va por el octavo), el desarrollo personal, y emprender, ayudando a sus clientes a convertir los idiomas en un aliado estratégico, en lugar de la piedra en el camino que les impide dar el siguiente paso en su carrera profesional. Todo ello disfrutando del proceso de aprender y comunicar en otro idioma.

Datos de contacto:

Paloma García

Coach de Idiomas y creadora del Programa Idiomas en Positivo

633 96 62 38

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Idiomas](#) [Emprendedores](#) [Recursos humanos](#) [Actualidad Empresarial](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>