



SCUOLA SUPERIORE PER MEDIATORI LINGUISTICI
(Decreto Ministero dell'Università 31/07/2003)

Via P. S. Mancini, 2 – 00196 - Roma

**TESI DI DIPLOMA
DI
MEDIATORE LINGUISTICO**
(Curriculum Interprete e Traduttore)

Equipollente ai Diplomi di Laurea rilasciati dalle Università al termine dei Corsi afferenti alla classe delle

**LAUREE UNIVERSITARIE
IN
SCIENZE DELLA MEDIAZIONE LINGUISTICA**

*La Programmazione Neuro-Linguistica applicata alla didattica della
mediazione linguistica*

RELATORI:
prof.ssa Adriana Bisirri

CORRELATORI:
prof.ssa Tamara Centurioni
prof.ssa Marilyn Scopes
prof.ssa Claudia Piemonte

CANDIDATA: Giulia D'Alessio

ANNO ACCADEMICO 2019/2020

**Alla mia famiglia,
ma soprattutto ai miei nonni Biagio e Renzo
che anche da lassù fanno il tifo per me.**

Sommario

PREMESSA	10
INTRODUZIONE.....	12
1. LA PROGRAMMAZIONE NEURO-LINGUISTICA.....	14
1.1 Definizione	16
1.1.1 Il nome	17
1.2 Concetti fondamentali	17
1.2.1 Modellamento.....	19
1.2.2 La percezione degli stimoli.....	20
1.2.3 La percezione del tempo.....	21
1.3 Applicazioni	22
1.3.1 Efficacia ed utilizzo.....	23
1.3.2 Assenza di riconoscimento scientifico	23
1.4 Storia.....	24
1.4.1 Anni Settanta.....	25
1.4.2 Anni Ottanta	26
1.4.3 Anni Novanta	28
1.4.4 Anni 2000.....	29
2. LA PROGRAMMAZIONE NEURO-LINGUISTICA INCONTRA LA DIDATTICA	32
2.1 Relazione tra insegnante e studente	32
2.1.1 Empatia in classe	34
2.1.2 La teoria delle <i>intelligenze multiple</i> di Gardner	35
2.2 Le tecniche della PNL	38
2.2.1 Le posizioni percettive	38
2.2.2 L' <i>enneagramma</i> della personalità	40
2.3 I sistemi rappresentazionali	43
2.4 Il ricalco	45
2.5 Il Metamodello	46
2.5.1 Le tre violazioni del Metamodello	47
2.6 Ancoraggio e stati emotivi	48

2.6.1 Collasso d'ancora	50
3. LA PROGRAMMAZIONE NEURO-LINGUISTICA INCONTRA LA DIDATTICA DELLE LINGUE STRANIERE E DELLA MEDIAZIONE LINGUISTICA	52
3.1 Approcci e metodi didattici nel corso della storia.....	52
3.1.1 Approccio formalistico	53
3.1.2 Metodi diretti	54
3.1.3 Approccio strutturalista	55
3.1.4 Approccio comunicativo.....	56
3.1.5 Approcci umanistico-affettivi	58
3.2 PNL e didattica della mediazione linguistica.....	59
3.2.1 Diverse modalità di apprendimento per l'ascolto, la lettura e la scrittura ...	60
3.3 PNL e <i>Community Language Learning</i>	61
3.3.1 Il <i>CLL</i> e le intelligenze multiple	63
3.3.2 Applicazione del <i>CLL</i> in classe	64
3.4 PNL e Tasked based language learning.....	68
3.4.1 Le fasi di un'unità didattica <i>task-based</i>	69
CONCLUSIONE.....	72

English Section

INTRODUCTION.....	74
1. WHAT IS NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING?	76
1.1 Definition	76
1.1.1 Denomination	77
1.2 Fundamental Concepts	78
1.2.1 Modelling.....	79
1.2.2 The perception of stimuli	79
1.2.3 The perception of time.....	80
1.3 Applications	81
1.3.1 Effectiveness	81
1.3.2 Lack of scientific recognition	82

1.4 History.....	82
2. NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING AND DIDACTICS	86
2.1 The relationship between the teacher and the student.....	86
2.1.1 Empathy in the classroom.....	87
2.1.2 Gardner's theory of Multiple Intelligences	88
2.2 NLP techniques.....	89
2.2.1 The perceptual positions	89
2.2.2 The <i>enneagram</i> of personality.....	90
2.3 Representational systems.....	93
2.4 Mirroring.....	94
2.5 The Meta Model.....	95
2.5.1 The three violations of the Meta Model	96
2.6 Anchoring.....	96
3. NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING AND FOREIGN LANGUAGE DIDACTICS	98
3.1 Approaches and methods in language teaching	98
3.1.1 Grammar-translation method	99
3.1.2 The direct method.....	99
3.1.3 The structural approach	100
3.1.4 The oral approach	100
3.1.5 The affective humanistic approach	101
3.2 NLP and foreign language teaching	102
3.2.1 Different listening, reading and writing approaches	103
3.3 NLP and Community Language Learning	104
3.3.1 Application of CLL in class.....	104
3.4 NLP and Tasked based language learning.....	106
CONCLUSION	108
 Sección Española	
INTRODUCCIÓN	110

1. LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA.....	112
1.1 Definición y denominación	112
1.2 Conceptos fundamentales	113
1.2.1 Modelado	114
1.2.2 La percepción de los estímulos	115
1.2.3 La percepción del tiempo	116
1.3 Eficacia y aplicaciones.....	117
1.3.1 Falta de reconocimiento científico	117
1.4 Historia.....	118
2. LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA Y LA DIDÁCTICA	122
2.1 Relación entre el docente y el estudiante y la empatía en clase	122
2.1.1 La teoría de las <i>inteligencias múltiples</i> de Gardner.....	123
2.2 Las técnicas de la PNL	125
2.2.1 Las posiciones perceptivas	125
2.2.2 El <i>eneagrama</i> de la personalidad	126
2.3 Los sistemas representacionales	129
2.4 El reflejo	130
2.5 El Metamodelo	131
2.6 El anclaje	131
3. LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA Y LA DIDÁCTICA DE LA MEDIACIÓN LINGÜÍSTICA.....	134
3.1 Enfoques y métodos en la enseñanza de idiomas.....	134
3.2 PNL y diferentes enfoques para la mediación lingüística	138
3.3 PNL y Community Language Learning	139
3.3.1 Aplicación del <i>CLL</i> en clase	140
3.4 PNL y Tasked based language learning	141
CONCLUSIÓN	144
Ringraziamenti.....	146
Bibliografía	148
Sitografia.....	149

PREMESSA

Tra le molteplici professioni in cui la dimensione personale e quella professionale sono strettamente connesse, l'insegnamento è quella in cui tale relazione è più significativa. Sono convinta che l'esito positivo di una strategia didattica dipenda in particolar modo dal tipo di rapporto che si instaura tra il docente e lo studente. Quanto più lo studente si sente a suo agio, tanto maggiore sarà la sua capacità di apprendere con successo.

Nella didattica in generale, e specie in quella delle lingue straniere, l'attenzione alla relazione tra docente e discente ha acquisito grande importanza. Nel corso della storia, la didattica delle lingue straniere è stata caratterizzata dal susseguirsi di approcci e metodi didattici differenti, dal metodo grammaticale-traduttivo (incentrato sul docente) ai metodi comunicativi (incentrati sul discente). Ma è con gli approcci umanistico-affettivi che per la prima volta il rapporto tra docente e studente guadagna importanza.

La semplice trasmissione di contenuti e l'applicazione impersonale di metodi pedagogici si sono rivelate nel corso del tempo poco produttive. A mio avviso, la scelta delle strategie didattiche più adeguate dovrebbe basarsi sulla componente personale. Lo scopo è quello di creare empatia con gli alunni, coinvolgerli nell'attività didattica, insegnare loro a gestire le emozioni e ad avvalersi di una comunicazione efficace.

INTRODUZIONE

Protagonisti della mia ricerca sono stati la didattica delle lingue straniere e la Programmazione Neuro-Linguistica. Quest'ultima mi ha offerto molto su cui riflettere nell'ambito della didattica, poiché si concentra sul comportamento dell'individuo, pone basi solide per una comunicazione di successo e propone reali possibilità di cambiamento e miglioramento. Si tratta di una tecnica che punta alla crescita personale e allo sviluppo delle caratteristiche positive di ciascun individuo, e per questo ritengo che essa possa dare molto alla didattica delle lingue straniere.

La mia tesi è strutturata in tre capitoli, con i relativi paragrafi e sotto paragrafi.

Il primo capitolo presenta un'analisi della Programmazione Neuro-Linguistica, dei concetti fondamentali, della sua storia e delle sue possibili applicazioni. La Programmazione Neuro-Linguistica viene proposta come una disciplina efficace per lo sviluppo personale; essa è utile a raggiungere specifici obiettivi nella vita e ad esaltare le potenzialità di ciascun individuo.

Il secondo capitolo, invece, si concentra sulla PNL e la didattica in generale e su come le due discipline possano incontrarsi. Ho analizzato l'importanza di una relazione tra docente e discente basata sull'empatia, al fine di facilitare il processo di apprendimento, e le tecniche proposte dai vari studiosi per raggiungere quest'obiettivo, come il ricalco, il Metamodello, l'ancoraggio, l'uso delle posizioni percettive e dell'enneagramma della personalità.

Il terzo capitolo, infine, propone l'analisi dell'applicazione della Programmazione Neuro-Linguistica alla didattica delle lingue straniere e della mediazione linguistica. Partendo da un paragrafo interamente dedicato ai diversi

metodi e approcci che si sono susseguiti nel corso della storia, ho affrontato il tema della personalizzazione dell'insegnamento tramite diverse modalità di apprendimento e ho proposto due esempi concreti, come quelli dell'applicazione in classe del *Community Language Learning* e del *Tasked Based Language Learning*, utili a coinvolgere gli studenti nell'attività didattica.

1. LA PROGRAMMAZIONE NEURO-LINGUISTICA

La Programmazione Neuro-Linguistica (PNL) è un metodo di comunicazione, considerato come un approccio all'apprendimento, allo sviluppo personale e alla psicoterapia.

Storicamente, la PNL nasce negli anni '70 nell'Università della California¹, a Santa Cruz², grazie agli studi di Richard Bandler (matematico, terapeuta ed esperto in informatica) e John Grinder (linguista). Essi analizzarono i modelli di comunicazione e di comportamento per sviluppare nuove tecniche in grado di spiegare le strategie comunicative di eccellenza. Lo scopo era capire come dei cambiamenti verbali e non-verbali di comunicazione generassero dei cambiamenti anche nel comportamento delle persone.

Il nome deriva dall'idea che ci sia una connessione tra i processi neurologici ("neuro"), il linguaggio ("linguistico") e gli schemi comportamentali appresi con l'esperienza ("programmazione"). Secondo Bandler e Grinder questi schemi possono essere organizzati per raggiungere specifici obiettivi nella vita. La PNL nasce infatti come tecnica d'eccellenza il cui scopo non è solo l'analisi asettica delle carenze dell'individuo, bensì la creazione di strategie utili al fine di superare tali carenze ed esaltare le potenzialità già presenti.

Gli studi di Bandler e Grinder si ispirarono ad alcuni terapisti esperti le cui teorie risultavano, seppur diverse tra loro, molto efficaci, come ad esempio Milton

¹ L'Università della California (University of California, detta anche UC) è un sistema di università pubbliche dello Stato della California negli Stati Uniti.

² Cittadina di circa 55.000 abitanti dello Stato della California, USA.

Erickson, padre di una forma di ipnoterapia chiamata ipnosi ericksoniana³, Fritz Perls, creatore della *Gestalt therapy*⁴, e Virginia Satir, terapeuta familiare.

Le ricerche dei creatori della PNL si concretizzarono nella pubblicazione di due opere fondamentali, *The Structure of Magic*⁵ e *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson*⁶. In questi testi spiegano come i comportamenti degli individui che raggiungono l'eccellenza possono essere analizzati e, in seguito, riprodotti.

Nel corso degli anni Bandler e Grinder continuarono la loro ricerca, migliorando i modelli comunicativi già acquisiti e sviluppandone di nuovi, estendendo le proprie teorie ad altri ambiti di applicazione. La loro tecnica poteva infatti essere applicata non solo alla psicoterapia ma anche alla comunicazione efficace, alla gestione delle risorse umane, all'apprendimento rapido, alla vendita e al business, alla leadership, alla famiglia, e, ovviamente, all'ambito didattico.

³ Ipnosi che si basa su approccio naturalistico e positivo e si caratterizza per l'uso della suggestione indiretta, della metafora e della narrazione. La situazione del paziente va accettata così com'è e si ritiene che le risorse necessarie al cambiamento siano insite nella storia esperienziale della persona. È la trance ipnotica ad estrarre tali risorse dall'inconscio e restituirle al loro pieno potenziale.

⁴ Una forma di psicoterapia umanistico-esistenziale, che enfatizza la responsabilità personale e si concentra sull'esperienza dell'individuo nel presente, sulla relazione tra terapeuta e cliente e sui contesti ambientali e sociali della vita della persona.

⁵ Richard Bandler, John Grinder, *The Structure of Magic*, Science and Behavior Books, Palo Alto, CA, 1975.

⁶ Richard Bandler, John Grinder, *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson*, Meta Publications, Capitola, CA, 1975.

1.1 Definizione

La definizione di PNL dell'*Oxford English Dictionary*⁷, personalmente tradotta in lingua italiana, la descrive come “un modello di comunicazione interpersonale focalizzato principalmente sulla relazione tra gli schemi di comportamento di successo e le esperienze soggettive che li generano” e “una terapia alternativa con l’obiettivo di educare le persone all'autoconsapevolezza, alla comunicazione efficace e al cambiamento dei propri schemi di comportamento mentale ed emozionale⁸”.

Bandler ha sostenuto che gli esseri umani sono letteralmente programmabili: «Quando ho cominciato a usare il termine programmazione le persone si arrabbiarono veramente. Hanno detto cose come: "state dicendo che noi siamo come le macchine. Siamo esseri umani, non robot." Ciò che stavo dicendo veramente era proprio l'opposto. Siamo la sola macchina che può programarsi. Siamo auto-programmabili. Possiamo impostare programmi deliberatamente progettati e automatizzati che funzionano da soli per occuparsi di noiose mansioni terrene, liberando così le nostre menti per fare altre cose più interessanti e creative⁹».

⁷ James Murray, *Oxford English Dictionary*, Oxford University Press, Oxford, 1884.

⁸ Ibid.

⁹ Richard Bandler, *Guide to Trance-formation*, Health Communications, Inc., Deerfield Beach, FL, 2008.

1.1.1 Il nome

Il nome Programmazione Neuro-Linguistica sintetizza tre componenti:

- Programmazione, cioè la capacità di agire sulle modalità di comportamento variabili e fondate sulle esperienze individuali. Tramite la PNL si interverrebbe su una serie predefinita di comportamenti che funzionano in modo inconsapevole ed automatico;
- Neuro, ovvero i processi neurologici del comportamento umano, basato su come il sistema nervoso riceve stimoli dagli organi di senso e li rielabora come percezioni e rappresentazioni;
- Linguistica, che definisce il sistema con cui i processi mentali umani sono codificati, organizzati e trasformati attraverso il linguaggio.

1.2 Concetti fondamentali

Uno degli obiettivi della PNL è quello di sviluppare abitudini di successo, aumentando i comportamenti "facilitanti" (cioè efficaci) e diminuendo quelli "limitanti" (cioè indesiderati).

L'idea centrale della PNL è che ogni individuo che si trova a vivere una determinata esperienza, la interpreta, la immagazzina e, infine, la rievoca in base alle esperienze precedentemente vissute e all'insieme degli elementi caratteriali e psicologici che lo connotano. Ogni qual volta un individuo vive una situazione, produce un comportamento; il presupposto della PNL consiste nel *duplicare* i comportamenti che hanno portato a dei risultati eccellenti ed insegnare ad altri

individui tali comportamenti, tenendo conto delle diverse caratteristiche ed esigenze di ciascuno.

Nascono così diverse strategie, che si basano sulla consapevolezza che ogni soggetto assimila in maniera diversa le esperienze, si adatta o meno alle situazioni, razionalizza o *emozionalizza* le circostanze. Da questa mediazione, ogni individuo genera la propria *mappa del mondo*¹⁰, che utilizza per muoversi in ogni ambito.

Se i risultati ottenuti da tali comportamenti non sono soddisfacenti, è necessario modificare la propria mappa. Ciò non deve essere però considerato come un'imposizione di uno schema diverso, ma piuttosto come un'esortazione a considerare che ogni individuo possiede già tutte le potenzialità e le risorse utili a raggiungere situazioni di successo. Il problema consiste quindi nel modificare il proprio schema di riferimento, facendo affidamento sulle proprie capacità.

Modificando la propria mappa, la persona può intraprendere cambiamenti di atteggiamento e di comportamenti. La percezione del mondo, e di conseguenza la risposta ad esso, possono essere modificati applicando opportune tecniche di cambiamento.

Il cambiamento può avvenire anche riproducendo precisamente i comportamenti delle persone di successo (una tecnica chiamata *modeling*, o modellamento).

La PNL si propone come una metodologia di "studio della struttura dell'esperienza soggettiva"¹¹. L'obiettivo è capire tramite l'analisi, l'apprendimento e il

¹⁰ Una forma di rappresentazione grafica del pensiero teorizzata dal cognitivista inglese Tony Buzan. Il fine consiste nell'implementare la memoria visiva e quindi la memorizzazione di concetti e informazioni in sede di richiamo.

¹¹ Robert Dilts, *The Study of the Structure of Subjective Experience*, Meta Publications, Capitola, CA, 1980.

modellamento (cioè l'acquisizione volontaria di determinati comportamenti) come alcune persone riescano ad ottenere determinati risultati.

L'analisi ha lo scopo di definire un modello comportamentale, che poi dovrebbe essere replicato dal soggetto tramite l'acquisizione dei modelli considerati efficaci. Tali modelli si affiancherebbero ai modelli già in possesso dal soggetto, ottenuti da esperienze passate e positive.

1.2.1 Modellamento

Il modellamento, cioè la pratica di riprodurre modelli comportamentali, può essere di due tipi: intuitivo o analitico.

Il modellamento intuitivo consiste in un'imitazione inconsapevole degli schemi di comportamento di un modello: un esempio è quello della relazione tra bambino e genitore, il quale è preso come esempio e imitato senza alcun genere di consapevolezza da parte del bambino.

Il modellamento analitico invece prevede una raccolta di informazioni relative alla strategia messa in atto dalla persona per ottenere un certo risultato. Ad esempio, tramite l'ascolto dei racconti delle esperienze, si estrapolano i meccanismi chiave dell'abilità desiderata, e si cerca di replicarli.

Bandler e Grinder si concentrano sulla persona oggetto dell'intervento, sostenendo che l'essere umano possiede già tutte le risorse di cui ha bisogno per raggiungere un risultato di successo, seppur sconosciute e inesplorate. Il ruolo del *programmatore*, cioè l'esperto praticante di PNL, sarebbe dunque quello di aiutare la persona ad esplorare la sua *mappa del mondo*.

1.2.2 La percezione degli stimoli

L'essere umano recepisce le informazioni esterne tramite i cinque sensi, che assumono un ruolo fondamentale negli studi di Bandler e Grinder. Secondo loro ogni individuo è legato a un determinato canale di comunicazione ed interazione con l'esterno, poiché ciascuno si relaziona ad una parte ristretta della realtà, in relazione alla propria capacità di percezione e di conoscenza.

Uno degli obiettivi della PNL consiste nell' ampliare il campo percettivo e le capacità conoscitive del soggetto in questione. Il processo di recezione può avvenire tramite il canale visivo (immagini), quello uditivo (parole/suoni) o quello cinestetico (sensibilità muscolare). Compito della PNL è perciò quello di comprendere quale sia, per ciascun individuo, il sistema di apprendimento preferito, avvalendosi del *rapport*, ovvero la creazione di un clima di fiducia e tranquillità con i soggetti interessati, basato sull'idea che la sintonia sia l'elemento fondamentale all'interno della comunicazione.

Il *rapport* permette infatti di condurre delicatamente l'individuo alla creazione della propria *mappa del mondo*, senza che ciò risulti come un'imposizione esterna o una forzatura. Bisogna creare empatia con il soggetto, osservarlo e captare tutti i segnali visibili (il movimento degli occhi, le strutture linguistiche utilizzate, ecc.) per elaborare la strategia necessaria.

Secondo alcuni studi, il 45% degli individui preferisce il canale visivo come modalità di apprendimento. È per questo che la PNL dà particolare importanza all'atto visivo, alle reazioni neurologiche suscitate da diverse sollecitazioni visive e alla possibilità di accostare un particolare stimolo visivo a una particolare informazione per facilitare il processo di apprendimento.

Il canale uditivo, invece, fa riferimento perlopiù al linguaggio. Il modo in cui le cose vengono nominate dal soggetto, equivale a quanto egli riesce a dominarle. Grande importanza viene data infatti al processo di nominazione, ovvero alla capacità di chiamare, e dunque identificare, le cose e gli avvenimenti.

Infine il canale cinestetico si occupa principalmente della postura del corpo, dei comportamenti e delle attitudini del soggetto e la capacità di quest'ultimo di gestire la propria fisicità. La PNL si occupa quindi di individuare delle tecniche per influenzare le emozioni del soggetto tramite i movimenti fisici.

La comprensione del canale recettivo preferenziale di un individuo è quindi utile alla costruzione di una *mappa* personale, ovvero l'insieme delle strategie usate per affrontare determinate situazioni, utili non solo per imparare a gestire il proprio presente e il proprio futuro, ma anche per comprendere gli errori commessi in passato.

1.2.3 La percezione del tempo

La PNL è in generale una strategia che interviene sulla percezione che il soggetto ha del suo ambiente temporale, spaziale, emozionale, ecc. con lo scopo di riprodurre le condizioni che lo hanno portato a vivere stati di *performance* ottimale, evitando che sia troppo condizionato dalle esperienze passate negative.

L'approccio alle esperienze passate rappresenta uno dei maggiori filtri nella gestione del presente. È per questo che la PNL si prefigge di eliminare i conflitti nati da situazioni irrisolte nel passato, partendo dal presupposto che l'essere umano percepisce il tempo e lo comunica spazialmente. La percezione della successione degli eventi, o *timeline*, varia in base alla persona. Alcune persone, per esempio, visualizzano il tempo come una linea retta di fronte a loro e questo li porta a progettare

sistematicamente il proprio futuro ma anche a non godersi il presente. Altre invece visualizzano il passato dietro di loro, il presente davanti e il futuro da qualche parte oltre il presente. Questi individui percepiscono in maniera corretta solo il presente e hanno generalmente difficoltà ad organizzare la propria percezione del tempo passato e futuro.

1.3 Applicazioni

Oggi la Programmazione Neuro-Linguistica è una disciplina che viene applicata a diversi campi dello studio della comunicazione umana e influenza ambiti quali l'apprendimento, l'istruzione, la vendita, il business, la comunicazione efficace, la leadership, ecc.

A partire dagli anni Ottanta la PNL è stata inclusa nei corsi di *public speaking* per uomini d'affari o rivolti a un pubblico più largo. Questa disciplina è stata utilizzata anche da mentalisti e illusionisti, che operano nel mondo dello spettacolo. In Italia ha iniziato a diffondersi nel settore della formazione manageriale solo all'inizio degli anni ottanta.

La PNL è considerata una pseudoscienza¹². Gli stessi sostenitori sostengono che le sue applicazioni non debbano necessariamente avere fondamento scientifico, perché i principi fondamentali sono "ipotesi di lavoro che possono essere vere o meno. Il problema non è se siano vere, bensì se siano utili¹³".

¹² Ogni teoria, metodologia o pratica che afferma, pretende o vuole apparire scientifica ma che tuttavia non mostra i criteri tipici di scientificità ovvero non ha alcun'aderenza al metodo scientifico.

¹³ Joseph O'Connor, Ian McDermott, *Principles of NLP*, Thorsons, London, 1996.

1.3.1 Efficacia ed utilizzo

Secondo Bandler e Grinder, la PNL sarebbe stata in grado di trovare soluzioni efficaci a problemi quali fobie, disturbi psicosomatici, depressione e abitudini ossessive, oggetto di studio di molti psicoterapeuti.

Bandler e Grinder credevano che combinando le tecniche della PNL con l'ipnosi, una persona potesse non solo essere curata efficacemente da un problema, ma riuscisse anche a dimenticarsi del fatto di avere avuto il problema. Dopo una sessione della terapia, i fumatori avrebbero potuto negare di aver mai fumato in passato, anche quando la loro famiglia e amici insistevano. Gli autori sostenevano persino che una singola sessione della terapia potesse eliminare la miopia, o curare un comune raffreddore.

Questi presunti effetti non sono stati illustrati nelle loro opere più recenti, in cui gli autori si concentrano perlopiù sull'aspetto psicologico. La PNL è stata infatti promossa come "scienza di eccellenza", ovvero lo studio di come persone di successo in settori differenti ottengano i propri risultati. I due fondatori sostengono che queste abilità possono essere imparate da chiunque per migliorare la propria efficacia personale e professionale.

1.3.2 Assenza di riconoscimento scientifico

Nonostante le molteplici affermazioni a sostegno della PNL da parte dei suoi promotori, Bandler e Grinder non riuscirono a portare alcuna evidenza empirica a sostegno. Questo fatto, insieme ai dubbi sulla fondatezza delle teorie presentate, ha

fatto sì che la PNL non abbia guadagnato consenso e sostegno nella comunità scientifica¹⁴.

La PNL è stata per diverso tempo accomunata a varie tecniche di manipolazione psicologica: Milton Erickson rispondeva a tali accuse verso la sua ipnosi affermando che tutti ci "manipoliamo" per diverse ragioni e spesso a fin di bene, come fa una madre che accudisce i suoi figli e trasmette loro pensieri e valori, o come fa un docente con i suoi allievi che insegna loro a leggere e ascrivere.

Oggi la Programmazione Neuro-Linguistica non viene considerata parte della corrente della psicologia moderna, ottenendo solo un limitato impatto in alcune tecniche di psicoterapia. Essa viene infatti ufficialmente considerata una pseudo-scienza, al pari, ad esempio, dell'astrologia¹⁵, dell'oneiromanzia¹⁶ o dell'omeopatia¹⁷.

1.4 Storia

La storia della nascita della Programmazione Neuro-Linguistica e del movimento ad essa collegato è caratterizzata da numerose trasformazioni, poiché

¹⁴ L'insieme di scienziati, tecnici e teorici, e delle loro relazioni e interazioni, che partecipano al processo di ricerca scientifica nei vari ambiti della scienza.

¹⁵ Complesso di credenze secondo cui le posizioni e i movimenti dei corpi celesti rispetto alla Terra influiscono sugli eventi umani collettivi e individuali.

¹⁶ Arte divinatoria basata sull'interpretazione dei sogni.

¹⁷ Pratica di medicina alternativa secondo la quale il rimedio appropriato per una determinata malattia sarebbe dato da quella sostanza che, in una persona sana, induce sintomi simili a quelli osservati nella persona malata

venne accettata con difficoltà all'interno dell'ambiente scientifico e questo provocò dei disaccordi tra i fondatori.

La PNL ha cominciato a diffondersi in Italia negli anni '80, prevalentemente nel settore della formazione manageriale. Oggi, è una pratica che si occupa di vari aspetti dalla comunicazione umana e può essere utilizzata nell'educazione, nei processi di apprendimento, di negoziazione e vendita.

1.4.1 Anni Settanta

La PNL fu fondata e sviluppata negli anni '70 da Richard Bandler e John Grinder nell'Università della California, a Santa Cruz. In questo periodo l'importanza del potenziale umano crebbe velocemente in California, portando allo sviluppo sia di reali movimenti scientifici sia di teoria pseudoscientifiche e *new Age*¹⁸.

Gregory Bateson, antropologo, sociologo e psicologo britannico, coltivò particolari teorie sul modellamento umano e sul concetto di mappa e territorio; i suoi studi furono influenzati particolarmente da Alfred Korzybski, ingegnere, filosofo e matematico polacco. Queste idee costituirono il giusto punto di partenza per i fondatori della PNL.

Dal 1972 Bandler e Grinder si interessarono alle eccezionali capacità comunicative di Fritz Perls, terapeuta di scuola Gestalt, di Virginia Satir, psicoterapeuta statunitense famosa per i suoi studi sulla metodologia della terapia

¹⁸ Vasto movimento subculturale che comprende numerose correnti psicologiche, sociali e spirituali alternative sorte alla fine del XX secolo nel mondo occidentale.

familiare, e da Milton H. Erickson, psichiatra e psicoterapeuta statunitense, fondatore della Società Americana della Ipnosi clinica¹⁹.

Bandler e Grinder studiarono anche la teoria del linguaggio del corpo²⁰ e della comunicazione non verbale²¹, in particolar modo gli indicatori oculari.

Usando questi terapeuti come modelli, i due studiosi pubblicarono *The Structure of Magic* e *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson*.

Alla fine degli anni '70, studiosi come Robert Dilts, Judith DeLozier e David Gordon contribuirono allo sviluppo della PNL, lavorando sia con i co-fondatori che separatamente.

1.4.2 Anni Ottanta

Negli anni ottanta, poco dopo la pubblicazione di *Neuro-Linguistic Programming Volume I*²² con Robert Dilts e Judith DeLozier, Grinder e Bandler si ritirarono. Il problema della proprietà intellettuale delle teorie causò numerosi conflitti e cause legali. Nonostante ciò, la PNL divenne oggetto di studio di diversi intellettuali.

John Grinder e Judith DeLozier decisero di collaborare per sviluppare una nuova forma di Programmazione Neuro-Linguistica chiamata il *Nuovo Codice della*

¹⁹ American Society for Clinical Hypnosis – ASCH

²⁰ Ambito in cui si interpretano postura, gesti, movimenti, espressioni e mimica che accompagnano o meno la parola rendendo la comunicazione umana ancora più chiara.

²¹ Comunicazione che comprende tutti gli aspetti di uno scambio comunicativo che non riguardano il livello puramente semantico del messaggio, bensì il linguaggio del corpo.

²² Robert Dilts, John Grinder, Richard Bandler, Judith DeLozier, *Neuro-Linguistic Programming*, Meta Publications, Capitola, CA, 1980.

PNL²³, con lo scopo di migliorare alcuni aspetti del cosiddetto Codice Classico, correggendone alcuni difetti e consentendo a un più ampio numero di persone di utilizzare ed applicare efficacemente gli schemi stessi.

Anche Richard Bandler pubblicò *Using your brain: For a Change*²⁴ nel 1985, con nuovi processi, submodalità²⁵ ed ipnosi ericksoniana. Contemporaneamente Anthony Robbins, saggista statunitense e formatore motivazionale, che insegnava la PNL già alla fine degli anni '70, cominciò una massiccia operazione per incorporare la PNL al settore del marketing.

Altri studiosi della Programmazione Neuro-Linguistica elaborarono le loro personali integrazioni a questa metodologia: Michael Hall, ad esempio, propose una PNL focalizzata sui cosiddetti *meta-stati*, una tecnica attraverso la quale si cambia posizione percettiva e si osserva sé stessi da una prospettiva più ampia, tramite la coscienza auto-riflessiva.

Tad James, invece, sviluppò una tecnica terapeutica basata sulla *timeline* o linea del tempo dove i clienti erano incoraggiati a visualizzare, e possibilmente a creare fisicamente, la linea del tempo della loro vita, e poi ad alterarla per migliorarla.

Dati i numerosi contributi e persone coinvolte, era chiaro che non potesse esistere un solo e unico modello definito di Programmazione Neuro-Linguistica.

²³ Il Nuovo Codice (New Code NLP) è l'insieme di modelli di eccellenza sviluppatosi a partire dagli anni '80.

²⁴ Richard Bandler, *Using your brain: For a Change*, Real People Press, Lafayette, CA, 1985.

²⁵ Sottili distinzioni che esistono nelle personali esperienze sensoriali e le loro rappresentazioni interne.

Alla fine degli anni '80, il Consiglio della Ricerca Nazionale degli USA diede un giudizio complessivamente negativo della PNL.

Di seguito, la ricerca sulla PNL subì un brusco rallentamento, incentivato ulteriormente dall'emergere degli abusi di alcol e cocaina di Bandler e dal suo presunto coinvolgimento nel caso di omicidio di Corine Christensen, una sua studentessa che esercitava come prostituta ed era coinvolta nello spaccio di droga; nonostante il proscioglimento da quest' accusa e la riabilitazione dello studioso dalla sua dipendenza, tutti questi fatti intaccarono fortemente la credibilità dell'autore e delle sue affermazioni.

1.4.3 Anni Novanta

Dopo molti anni di battaglie legali, nel 1996 Bandler fece causa a Grinder, reclamando la proprietà esclusiva della Programmazione Neuro-Linguistica ed il diritto esclusivo di usare il termine come marchio registrato. Contemporaneamente, nel Regno Unito, Tony Clarkson chiese con successo alla High Court²⁶ di revocare la registrazione del marchio PNL fatta da Bandler, con lo scopo di chiarire legalmente che PNL non era una proprietà intellettuale, bensì un termine generico.

A causa della frammentazione delle varie correnti e della mancanza di una struttura normativa che ne regolamentasse e disciplinasse la pratica, negli anni novanta la PNL cominciò ad essere pubblicizzata come il rimedio per eccellenza, la soluzione miracolosa di una vasta serie di problemi.

²⁶ L'Alta corte di giustizia è con la Corte della corona e la Corte d'appello una delle corti superiori di Inghilterra e Galles.

Alcuni praticanti, più interessati a sfruttare la moda e il fascino *new Age*, piuttosto che la realtà scientifica, svilupparono vari modelli di dubbia qualità.

Nel 1994 Michael Hall, psicologo della scuola del cognitivismo²⁷, sviluppò con Bandler una nuova tecnica che avrebbe dovuto risolvere alcune delle debolezze percepite della PNL: la neuro-semantica²⁸.

1.4.4 Anni 2000

Nel 2001 Bandler e Grinder si riconciliarono chiudendo tutte le controversie legali e si accordarono nell'essere identificati come co-fondatori della Programmazione Neuro-Linguistica.

Inizialmente la formazione dei praticanti interessati alla PNL consisteva in un solo programma di certificazione della durata di 20 giorni. Un nuovo interesse verso la disciplina spinse a sviluppare nuove modalità di formazione, di strutturazione dei corsi e di progettazione, differenziandosi da istituto a istituto.

Negli anni '90, in seguito al tentativo di regolamentare formalmente il diffondersi della PNL in Inghilterra, altri governi cominciarono a certificare i corsi di PNL, come per esempio in Australia, dove un diploma in PNL è accreditato nell'ambito del *Qualifications framework* australiano²⁹ (AQF).

²⁷ Corrente psicologica affermata a partire dagli anni Sessanta in reazione al comportamentismo e alla psicologia della Gestalt. Essa riteneva passibili di ricerca scientifica solo le risposte emesse dall'organismo a seguito degli stimoli ambientali e rifiutava di studiare i processi mentali.

²⁸ Modello che studia come gli esseri umani incorporano i significati al punto da "sentirli" come vere e proprie emozioni e stati d'animo

²⁹ Ente che specifica gli standard per i titoli di studio in Australia.

In realtà però la maggior parte degli stati non assegna alcun riconoscimento ufficiale a questa pratica, a causa della difficoltà nello stabilire delle linee guida comuni dovuta alla miriade di differenti autori, formatori e praticanti che hanno sviluppato i loro propri metodi, spesso tutti chiamati in modo indifferenziato "PNL".

In Europa, l'Associazione Professionale Nazionale Programmatori Neuro-Linguistici³⁰ sta promuovendo la formazione in linea con gli standard europei. La molteplicità delle proposte e la mancanza di controlli hanno reso difficile distinguere i diversi livelli di competenza nei vari corsi di formazione di PNL.

Secondo Pete Schutz la durata della preparazione in Europa varia da 2-3 giorni, per chi lo considera un hobby, a 35-40 giorni, fino a 9 mesi per raggiungere un livello di competenza professionale.

³⁰ Associazione strutturata a livello nazionale che si rivolge a tutti coloro che operano professionalmente nell'ambito della Programmazione Neuro-Linguistica.

2. LA PROGRAMMAZIONE NEURO-LINGUISTICA INCONTRA LA DIDATTICA

La Programmazione Neuro-Linguistica si è rivelata una teoria estremamente proficua oltre che affascinante. Nonostante ciò, la sua applicazione in ambito didattico risulta apparentemente difficile a causa delle esperienze e degli insuccessi vissuti e dei modelli didattici a cui siamo abituati.

Il ruolo dell'insegnante viene erroneamente concepito come quello del trasmettitore di contenuti e ciò non favorisce un sereno dialogo tra le parti. Secondo la PNL, invece, l'insegnante è un *facilitatore* di processi, che guida i suoi studenti verso l'apprendimento e cerca di colmare almeno in parte la perdita della memoria e il disuso dell'immaginazione, due aspetti patologici tipici dell'era moderna.

2.1 Relazione tra insegnante e studente

In base alla teoria di Bandler e Grinder, secondo la quale ciascun individuo si approccia al mondo esterno tramite tre canali di comunicazione ed interazione (quello visivo, quello uditivo e quello cinestetico), il docente ha il compito di studiare attentamente il comportamento dei suoi studenti, al fine di comprendere al meglio i loro atteggiamenti conoscitivi e delineare una strategia didattica proficua e in grado di adattarsi a ciascuno di loro. La propensione verso le esperienze visive come la televisione o la lettura, piuttosto che verso quelle uditive, come la musica, sono segnali importanti che un docente deve cogliere per comprendere quale sia il canale di ricezione più sviluppato nell'alunno. Lo studio delle strategie didattiche deve

modellarsi proprio in base allo studente, alle sue modalità di apprendimento e alle sue necessità. Si parla quindi di centralità del discente.

All'interno della classe, il docente e il discente instaurano così un rapporto di comunicazione: il docente ha il compito di adoperare le strategie didattiche più adatte; se lo studente ha difficoltà a comprendere, il docente deve trovare una strategia alternativa per far sì che egli attivi tutti i canali di ricezione delle informazioni senza rimanere indietro rispetto al gruppo classe.

È chiaro che non tutte le strategie proposte hanno gli stessi risultati per ciascun discente e ciò è dimostrato dal fatto che alcuni studenti rendono molto più di altri. L'educatore deve coinvolgere tutti gli alunni, facendo vivere loro un'esperienza focalizzata su ciò che stanno acquisendo e proponendo svariate tecniche di apprendimento, tra le quali essi sceglieranno la migliore. Lo scopo dell'educatore deve essere quindi il gruppo e non il singolo.

Spesso gli insuccessi scolastici sono strettamente connessi alla mancanza di congruenza tra il sistema percettivo dell'insegnante e quello dello studente. Il rischio è che l'insegnante strutturi le lezioni in modo che siano altamente personalizzate e che quindi perda di vista la globalità del gruppo classe.

*Classroom Magic*³¹ è un manuale per insegnanti che vogliono applicare le tecniche della PNL. L'autrice, Linda Lloyd, aiuta i docenti a definire la propria strategia didattica elencando una serie di indicazioni:

³¹ Linda Lloyd, *Classroom Magic: Amazing Technology for Teachers and Home Schoolers*, Metamorphous Press, Portland, OR, 1990.

- Pensa all'obiettivo che vuoi che i tuoi studenti raggiungano. Immaginalo visivamente e collegalo ai canali sensoriali (cosa devono sentire, vedere ecc.)
- Decidi quali abilità sono necessarie per essere capaci di apprendere.
- Entra in un atteggiamento positivo: i tuoi alunni vogliono e sanno apprendere. Insegna loro le capacità necessarie, coinvolgendo tutti i sensi e osservando continuamente il loro comportamento.
- Una volta notato una risposta da parte della classe, se essa coincide con lo stato desiderato, congratulati con te stessa e con gli studenti. Se non corrisponde richiedi quali possono essere le abilità da costruire e sulle quali lavorare. Continua fiducioso/a.
- Dopo aver provato tre o quattro volte con esito negativo, decidi di scegliere un altro scopo.

2.1.1 Empatia in classe

Per empatia si intende la “capacità di porsi nella situazione di un'altra persona o, più esattamente, di comprendere immediatamente i processi psichici dell'altro³²”. Il docente deve essere quindi in grado di intuire le emozioni dello studente e di cogliere anche i segnali non verbali indicatori di uno stato d'animo.

La comunicazione tra insegnante e alunno deve avvenire in una modalità dialogica. Se il docente incoraggia e ascolta le necessità del discente, quest'ultimo

³² *Enciclopedia Treccani*, Istituto dell'Enciclopedia Italiana, Roma, 1929.

reagirà positivamente, comunicando in maniera spontanea e partecipando attivamente alla vita scolastica.

È necessario quindi privilegiare il dialogo. Solo un insegnante autorevole, che possiede una mentalità aperta e una buona capacità critica, può far sì che i propri alunni sviluppino abilità e interessi, se possibile anche attraverso una partecipazione affettiva all'esperienza didattica che implica una maggiore fissazione delle nozioni apprese.

Ogni relazione educativa tra docente e discente deve essere incontro e scambio. È molto importante che tra le due parti ci sia un rapporto di fiducia e stima, al fine di creare un dialogo diretto e personale. Lo studente deve contare sul fatto che all'interno dell'istituzione scolastica vi sia una persona di cui si possa fidare, pronta ad incoraggiarlo. Il docente deve inoltre prestare attenzione non solo alla personalità di ciascun discente, ma anche alle dinamiche interne al gruppo-classe.

Nella vita scolastica quotidiana vengono richieste ai docenti delle competenze comunicative che sono indispensabili per la creazione di una buona interazione. Per fare questo, il docente deve usare la tecnica dell'*ascolto attivo*, cioè deve essere empatico con i suoi studenti e sempre pronto a ricevere i loro segnali.

2.1.2 La teoria delle *intelligenze multiple* di Gardner

Howard Gardner, psicologo e docente statunitense, propone nel 1983 un sistema di valutazione delle intelligenze. Partendo dal presupposto che ogni individuo sviluppa determinate capacità cognitive, Gardner sostiene che esistono otto grandi tipologie di intelligenza e che ogni essere umano ne ha una più sviluppata che determina la tipologia di conoscenza con cui egli si approccia al mondo esterno. Gardner riscrive così il concetto di *intelligenza*, descrivendolo come “a bio-

psychological potential to process information that can be activated in a cultural setting to solve problems or create products that are of value in a culture.³³”

Thomas Armstrong, nel suo libro *Multiple Intelligences in the Classroom*³⁴, spiega non solo come la teoria delle intelligenze multiple e l’ambito della didattica siano strettamente connessi ma anche come questa teoria possa essere utilizzata come valido strumento per delineare strategie didattiche adeguate per ciascun discente. Ad esempio, se un alunno è in possesso di un’intelligenza *corporea*, il docente deve essere in grado di associare le informazioni trasmesse a dei movimenti, in modo da facilitarlo.

La teoria delle *intelligenze multiple* è stata inserita nel libro *Frames of the Mind*³⁵, conosciuto in Italia come *Formae mentis*³⁶. In esso Gardner indica quali sono secondo lui le otto tipologie di intelligenza:

- *L’intelligenza linguistica*, ovvero l’abilità nella gestione del materiale verbale, nell’apprendere e riprodurre il linguaggio verbalmente e in forma scritta.
- *L’intelligenza logico-matematica*, che consiste nell’abilità nell’uso di metodi logici per risolvere problemi e nell’eseguire operazioni matematiche.

³³ Howard Gardner, *Frames of Mind, The Theory of Multiple Intelligences*, Basic Books, New York, 1983.

³⁴ Thomas Armstrong, *Multiple Intelligences in the Classroom*, Assn for Supervision & Curriculum Development, Alexandria, VA, 1994.

³⁵ Howard Gardner, *Frames of Mind, The Theory of Multiple Intelligences*, Basic Books, New York, 1983.

³⁶ Howard Gardner, *Formae Mentis, Saggio sulla pluralità dell’intelligenza*, Feltrinelli, Milano, 1987.

- *L'intelligenza visiva*, che consiste nell'abilità nel riconoscere e manipolare lo spazio.
- *L'intelligenza uditiva*, ovvero l'abilità nel creare, riconoscere ed eseguire modelli musicali, toni e ritmi.
- *L'intelligenza cinestetica*, ovvero l'abilità nell'utilizzare il proprio corpo o parti di esso per risolvere i problemi attraverso il coordinamento dei movimenti.
- *L'intelligenza interpersonale*, che consiste nell'abilità nel capire le intenzioni, le motivazioni e i desideri delle altre persone.
- *L'intelligenza intrapersonale*, che consiste nell'abilità nel comprendere i propri sentimenti e saperli esprimere senza farsi sopraffare.
- *L'intelligenza naturalista*, ovvero l'abilità nell'osservare e identificare la flora e la fauna.

Secondo Gardner ogni essere umano possiede tutte le otto intelligenze, anche se in misura diversa. Ogni individuo deve essere messo nelle condizioni di poter imparare sfruttando al meglio quelle che sono le sue intelligenze più sviluppate, cercando pertanto il miglior stile d'apprendimento individuale. Un buon docente dovrebbe offrire diversi stimoli per ciascuna delle intelligenze, per non danneggiare gli studenti che possiedono differenti canali di apprendimento. Questa teoria dimostra quanto sia fondamentale, nella didattica moderna, ascoltare le esigenze degli studenti: il docente deve plasmare la propria attività didattica e il modo in cui il percorso viene presentato al gruppo classe in base alle inclinazioni dei discenti, per far sì che quest'ultimi si predispongano nel migliore dei modi nei confronti dell'attività.

2.2 Le tecniche della PNL

La Programmazione Neuro-Linguistica distingue per ciascun individuo tre canali preferenziali di apprendimento: quello visivo, quello uditivo e quello cinestetico. Per ciascuno di essi la PNL ha individuato specifiche tecniche volte ad aiutare il soggetto ad individuare le proprie caratteristiche e capacità e, quindi, a sfruttarle al meglio. Tra le tecniche più utilizzate si annoverano le posizioni percettive e l'enneagramma della personalità.

2.2.1 Le posizioni percettive

Ogni essere umano vive esperienze diverse nella vita quotidiana, poiché diverso è il punto di vista con cui le osserva. Bisogna infatti prendere in considerazione quanto la prospettiva di ciascun individuo sia limitata rispetto alla realtà effettiva. Durante l'osservazione di un fenomeno, l'essere umano è portato a vedere solo una parte limitata della scena complessiva a causa dei molteplici filtri di origine psicologica, culturale o tecnica che crea automaticamente. Per comprendere a pieno una situazione, bisogna prendere diverse prospettive, come se si guardasse un oggetto da diverse angolazioni. Per questo motivo, la PNL propone la tecnica delle posizioni percettive, che aiuta il discente a comprendere e ad accettare punti di vista differenti.

La Programmazione Neuro-Linguistica individua tre prospettive fondamentali: la prospettiva *personale*, quella *altrui* e quella dell'*osservatore* che vede la scena dall'esterno.

La prima posizione percettiva o prospettiva *personale* è quella in cui il soggetto vede con i propri occhi e ascolta con le proprie orecchie, vivendo la situazione in prima persona. La seconda posizione percettiva o prospettiva *altrui*, invece, è quella in cui il soggetto si mette nei panni dell'altro; consiste nel cercare di assumere il punto di vista dell'interlocutore vivendo la situazione come se fosse l'altro. Infine, nella terza posizione percettiva o prospettiva dell'*osservatore*, il soggetto cerca di vedere sé stesso e l'altro dall'esterno, come in un film.

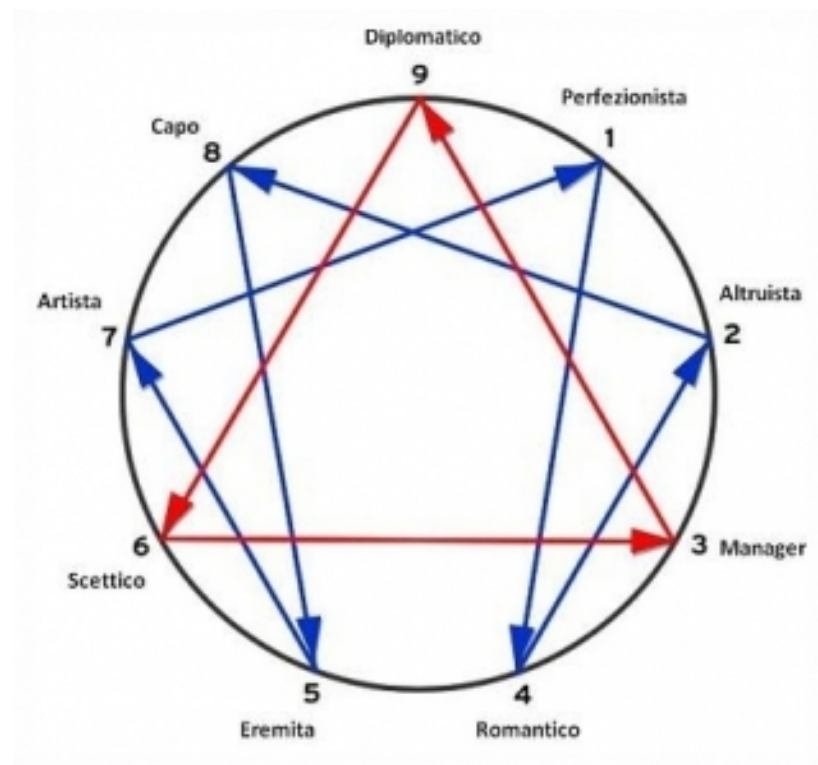
In ambito pedagogico, questa tecnica può essere applicata chiedendo allo studente di ricordare una situazione di conflitto vissuta con un altro studente oppure con un docente. Per prima cosa lo studente deve rivivere con precisione la situazione dal suo punto vista, prendendo coscienza di ciò che vede, di ciò che sente e di ciò che ritiene di primaria importanza, in modo da avere chiaro la presa di posizione del soggetto. Dopodiché lo studente deve immedesimarsi nella persona che ha davanti, cercando di entrare completamente nel suo ruolo al fine di comprendere ciò che prova e pensa l'altra persona sostenendo la tesi opposta. Infine, lo studente deve uscire da entrambe le parti, senza essere più l'*io* del soggetto o il *tu* dell'interlocutore, ed osservare dall'esterno le due persone. Lo scopo è quello di osservare i gesti e ascoltare le parole scambiate in modo da ampliare il proprio spazio percettivo, specie dal punto di vista emozionale.

Questo esperimento aiuterà lo studente ad ottenere cambiamenti in maniera immediata della sua percezione del mondo, adottando altri punti di vista e comprendendo meglio gli altri.

2.2.2 L'enneagramma della personalità

Il successo di una didattica è direttamente proporzionale allo sforzo da parte dell'insegnante di comprendere pregi e difetti dei suoi studenti. Così facendo, l'insegnante può orientare la sua didattica in modo da soddisfare il maggior numero di canali percettivi e modalità di conoscenza.

I comportamenti dei singoli studenti corrispondono per la maggior parte delle volte a degli schemi predefiniti. Tramite l'*enneagramma* l'insegnante può comprendere tali meccanismi e scegliere di conseguenza le strategie didattiche più adeguate.



I nove punti dell'*enneagramma* rappresentano nove *tipi*, ovvero nove diversi approcci caratteriali alla vita e ai problemi. Ogni *tipo* può ricevere influenze dalle proprie *ali* (i *tipi* che ha ai fianchi) o non subire alcun influsso rimanendo *puro*. Oppure può subire delle variazioni in base al tipo di *moto* che effettua: se il *moto* tende a una

diminuzione del livello di stress, il *tipo* tende ad andare nella sua direzione naturale (es. il *tipo quattro* si rivolge al *tipo due*), se invece il *moto* tende a un aumento del livello di stress, il *tipo* si dirige verso le caratteristiche del *tipo* opposto (es. il *tipo quattro* si rivolge al *tipo uno*).

L'analisi dei *tipi* dell'*enneagramma* permette all'insegnante di controllare lo *status* della classe, di conoscere le situazioni che stressano gli studenti o che ne valorizzano il percorso e di individuare percorsi alternativi.

- Il *tipo uno*, il Perfezionista, è critico nei confronti di sé stesso e dell'operato altrui; tenta di non essere mai sbagliato fornendo delle *performances* di alto livello e sacrificando l'espressione dei propri sentimenti. Il docente deve dimostrargli che essere umani implica una serie di errori, che non devono essere vissuti come una mortificazione.
- Il *tipo due*, l'Altruista, è attento al giudizio altrui e crea delle strategie comportamentali con i compagni e con i docenti con lo scopo di piacere. La felicità di chi lo circonda diventa la sua finalità primaria. Il docente deve aiutarlo a compiere delle azioni che lo soddisfano, proponendo delle attività nelle quali emerge la responsabilità personale.
- Il *tipo tre*, il Manager, necessita di apparire perfetto. Si rivela un ottimo pianificatore e gestore di risorse e il suo scopo è sicuramente il successo. Il docente deve dimostrargli che il conseguimento di tale successo lascia indietro vittime, soprattutto emozionali, e deve condurlo a una maggiore passività.
- Il *tipo quattro*, il Romantico, è propenso a una drammatizzazione degli avvenimenti, che lo porta a crogiolarsi in una posizione di minorità, cercando

la continua approvazione altrui tramite la compassione. Essendo propenso all'isolamento, il docente deve stimolarlo a lavorare in gruppo, mostrando le sue emozioni senza il bisogno di esasperarle.

- Il *tipo cinque*, l'Eremita, si rifugia in un sereno isolamento; desidera evitare la stupidità del mondo per soddisfare il proprio bisogno di conoscenza, trovando un'ancora di salvezza nella propria sapienza. Il docente deve condurlo all'integrazione, dimostrandogli che la conoscenza non costituisce una risorsa se egli non si fa coinvolgere dai contenuti.
- Il *tipo sei*, lo Scettico, ha timore dell'autorità riconosciuta. Crede che un suo fallimento meriti una punizione o un rimprovero. Si relaziona solo a pochi compagni, a cui è maniacalmente fedele. Il docente deve mostrargli quanto sia infondata la sua paura dell'errore e che un'eventuale mancanza non è necessariamente meritevole di una punizione.
- Il *tipo sette*, l'Artista, è dedito al piacere per soddisfare sé stesso. Ha un atteggiamento iperattivo e una parlantina molto fluente, si entusiasma facilmente. Compito del docente è quello di rallentare la sua velocità mentale, per fargli vivere le emozioni senza picchi violenti, imponendogli lavori che necessitano una progettazione a lungo termine.
- Il *tipo otto*, il Capo, concentra le sue energie nella rabbia e nel desiderio di prevaricazione. Si impone come *leader*, prendendo il comando dei gruppi, e si dimostra istintivo e rabbioso, dunque suscettibile. Il docente deve inserirlo in gruppi eterogenei dove il comando non è affidato a lui e spronarlo a non usare la violenza come scudo.

- Il *tipo nove*, il Diplomatico, tenta di appianare il conflitto nell'armonia. È un grande ascoltatore, capace di immedesimarsi nei problemi altrui, e tenta di scomparire nel contesto. Il docente deve dimostrargli che il conflitto porta a dei risultati, tramite attività dialogiche dove l'alunno deve difendere le proprie idee, senza sanare necessariamente il conflitto.

2.3 I sistemi rappresentazionali

Come precedentemente spiegato, l'essere umano utilizza determinati *canali* che gli permettono di osservare e agire sulla realtà. Per sistemi rappresentazionali si intendono i meccanismi neurologici, o le modalità sensoriali, con i quali i cinque sensi ricevono le informazioni dalla realtà e le processano. Essi sono anche responsabili dell'archiviazione delle informazioni e, in seguito, del loro recupero nel momento in cui il soggetto interagisce con il mondo esterno.

I sistemi rappresentazionali influenzano quindi il linguaggio verbale, ossia quello che uno dice, paraverbale, ossia il tono, il volume, il ritmo, ecc., e non verbale, ossia i gesti e la postura.

La PNL distingue tre categorie di sistemi rappresentazionali:

- visivo (V) relativo alle immagini;
- uditivo (A) relativo ai suoni e al dialogo interno;
- cinestetico (K) relativo alle sensazioni tattili ed emotive all'interno del corpo;

In generale le persone hanno un sistema rappresentazionale primario, o preferito, con il quale elaborano la maggior parte delle informazioni provenienti dalla realtà. Alcuni studi hanno dimostrato che il 40% delle persone ha come sistema primario quello visivo (V), un altro 40% quello cinestetico (K) e il rimanente 20% quello uditivo (A).

Nell'interazione con lo studente, è necessario considerare il sistema rappresentazionale con il quale egli sta processando le informazioni, prestando attenzione al vocabolario specifico utilizzato dal soggetto e alla dimensione non verbale. Lo scopo è quello di creare *rapport*³⁷ e scegliere le tecniche di PNL più adeguate da applicare all'attività didattica, per permettere allo studente di seguire le lezioni nel miglior modo possibile.

Di fronte a una classe di discenti visivi, l'insegnante deve utilizzare immagini per rafforzare i concetti chiave del percorso formativo. In una classe di uditivi, è auspicabile usare un linguaggio corretto per spiegare le nozioni previste dall'attività didattica, soffermandosi su quelle che sono le parole chiave. Di fronte a una classe di cinestetici, invece, è importante dare spazio all'esperienza diretta con il materiale didattico, limitando le spiegazioni prolisse e noiose. Infine, nel caso di una classe mista e variegata, l'insegnante deve saper alternare sapientemente i tre canali, per dare la possibilità a ciascun alunno di esprimere sé stesso liberamente durante l'attività didattica.

³⁷ Stato di sintonia nella relazione.

2.4 Il ricalco

La comunicazione in ambito didattico diventa efficace nel momento in cui si stabilisce una vera atmosfera di sintonia con l'altra persona. Per fare questo è necessario creare un *rapport*. Quando gli studenti si trovano nello stato di *rapport* sono portati a rispondere più facilmente agli stimoli e alle proposte dell'insegnante.

Il concetto che sta alla base della costituzione del *rapport* è che vi è una tendenza innata nell'essere umano ad uniformarsi ai comportamenti dell'altro, attraverso una comparazione del proprio modello del mondo con quello dell'altro. Il processo attraverso il quale un individuo contribuisce a instaurare uno stato di *rapport* con un'altra persona è il ricalco.

Il ricalco è una tecnica che consiste nell'allinearsi con l'interlocutore, modificando il modo di atteggiarsi, parlare e agire, e imitando i suoi modi. Significa in altri termini entrare nella sua *mappa del mondo* e osservare dal suo punto di vista.

Il ricalco si suddivide in:

- Ricalco verbale (*verbal mirroring*) che avviene attraverso l'analisi delle parole utilizzate più frequentemente dall'interlocutore.
- Ricalco extraverbale o non verbale (*physical mirroring*), che avviene attraverso la riproduzione della postura, della gestualità, dei toni e dei volumi utilizzati dall'interlocutore.

Il ricalco è una tecnica ampiamente utilizzata in ambito didattico, poiché entrare in comunicazione con un'altra persona con una modalità comunicativa simile alla sua serve ad avvicinarsi in modo immediato alla sua *mappa del mondo*.

L'insegnante può ricalcare, a livello verbale, le stesse parole del discente: le espressioni linguistiche compongono la cosiddetta struttura superficiale della

comunicazione; chi parla attribuisce loro un significato specifico, fatto di sensazioni, ricordi, emozioni e convinzioni. Se l'insegnante utilizza parole o espressioni diverse da quelle dello studente, quest'ultimo potrebbe sentire che il docente non riesce a comprenderlo a pieno, e quindi a entrare nella sua *mappa del mondo*.

Ricalcare il discente durante l'attività didattica è un metodo che permette al docente di entrare in empatia con lui, suscitando sintonia e creando vicinanza.

Il ricalco valorizza le similitudini e avvicina le persone. Proprio per questo è quasi sempre il leader, in questo caso l'insegnante, che va in ricalco per creare la giusta interazione, creando quel momento in cui la comunicazione fluisce con il massimo dell'efficacia. Per fare ciò esistono alcune tecniche di base che devono essere messe in pratica: il docente, ad esempio, deve mostrare di essere in accordo con il discente, parlare ad una velocità che egli possa seguire, annuire al ritmo dell'interlocutore quando annuisce e provare ad uniformare la propria respirazione alla sua.

2.5 Il Metamodello

Generalmente, nel processo di semplificazione della realtà, le persone cancellano, distorcono, o generalizzano la propria esperienza per comunicarla agli altri. A seguito di questo processo di "filtraggio", l'interlocutore riesce a percepire solo la struttura superficiale della rappresentazione di quell'esperienza. Il Metamodello è un modello di linguaggio usato come strumento per comprendere ciò che la gente intende dire, tramite una riformulazione del linguaggio. Il Metamodello aiuta quindi a riacquistare la struttura profonda dell'esperienza di qualcun altro.

La rappresentazione dell'esperienza è costituita da una struttura profonda e una superficiale. La struttura profonda rappresenta tutto quello che una persona vuole realmente esprimere mentre la struttura superficiale rappresenta ciò che la persona effettivamente dice. Con l'uso del Metamodello la PNL cerca di trovare una soluzione a questi processi comunicativi automatici che prevedono un filtraggio delle informazioni.

In ambito didattico, l'obiettivo del Metamodello è quello di aiutare gli studenti a recuperare alcune delle informazioni che hanno in qualche modo cancellato, distorto, o generalizzato. Questa tecnica può essere usata anche per portare gli studenti ad essere più precisi, o aiutarli a cercare altre soluzioni possibili, invece di rimanere concentrati su qualcosa di specifico. Lo scopo del Metamodello è quello di arricchire, di accrescere la flessibilità e la variabilità di risposta degli studenti: più sono le informazioni disponibili, maggiore diventa la possibilità di scelta. Alcune domande molto semplici hanno la funzione di recuperare le informazioni mancanti, di indurre alla specificazione, di disconnettere alcuni collegamenti non funzionali per allargare la loro mappa.

2.5.1 Le tre violazioni del Metamodello

Cancellazioni, distorsioni e generalizzazioni sono definite *violazioni* del Metamodello.

La cancellazione è un procedimento mediante il quale la persona si concentra solo su certi aspetti della sua esperienza escludendone altri. Essa riduce il mondo in proporzione a come la persona si sente in grado di gestirlo. Questa riduzione può essere utile in alcuni contesti, ma può essere fonte di malessere in altri.

La distorsione è invece il processo mediante il quale la persona attua un cambiamento nei dati sensoriali della sua esperienza. La fantasia, ad esempio, permette alla persona di prepararsi all'esperienza che potrebbe vivere prima che essa accada.

Infine la generalizzazione è il procedimento attraverso il quale gli elementi del modello di una persona si distaccano dalla sua esperienza originaria e giungono a rappresentare l'intera categoria, di cui l'esperienza ne è un esempio. La generalizzazione può diventare un meccanismo bloccante quando ad esempio si è morsi da un cane e concludiamo che tutti i cani mordono. Ci impedisce pertanto di fare delle distinzioni che potrebbero darci un più completo insieme di scelte nell'affrontare una particolare situazione.

2.6 Ancoraggio e stati emotivi

Per ancoraggio (anchoring) si intende un processo di associazione di uno stimolo fisico a una risposta interna, usato per raggiungere un cambiamento nello stato d'animo.

Il nostro stato emotivo influisce notevolmente sul nostro comportamento e sul modo in cui filtriamo le informazioni. Se ad esempio ci troviamo in uno stato emotivo positivo, il nostro comportamento sarà efficiente e porterà a una comunicazione di successo.

L'ancoraggio è uno strumento che aiuta a selezionare stati emotivi per specifici contesti. La tecnica consiste nel produrre uno stimolo fisico in risposta ad uno stato emotivo che caratterizza un'esperienza passata. Come risultato, quello stato d'animo viene *ancorato* e portato al presente.

In ambito didattico, l'applicazione della tecnica dell'ancoraggio dà allo studente la possibilità di riprodurre lo stato d'animo di cui ha bisogno in una certa situazione e la capacità di cambiare qualsiasi sensazione non desiderata attingendo da una serie di stati memorizzati. Per creare un'*ancora* è necessario che l'insegnante aiuti il discente ad identificare lo stato emotivo che desidera, ad esempio la motivazione. Se vuole riprodurre uno stato di motivazione, lo studente deve pensare ad esperienze passate in cui si è sentito molto motivato e portare quella sensazione ad influenzare lo stato emotivo presente, collegandola a un innesco (*trigger*) come ad esempio un particolare gesto con la mano. Si ripete il procedimento finché lo stato desiderato non sarà condizionato dall'ancora. Ogniqualvolta si innescherà l'*ancora*, questa riuscirà a condurre il soggetto verso lo stato emotivo associato.

Per far funzionare l'*ancora* lo studente deve richiamare l'esperienza più intensa in cui ha vissuto quello stato emotivo, scegliere uno stimolo fisico che sia improbabile da innescare quotidianamente, applicare l'*ancora* prima che lo stato raggiunga il suo picco e rilasciarla non appena l'ha raggiunto ed esercitarsi a mantenere viva l'*ancora* nel tempo per aumentarne il potere.

L'ancoraggio abilita il discente ad avere accesso ad una serie di stati interiori e selezionarli. Ogni stato a cui ha accesso viene associato al contesto in cui questo serve, influenzando sia i pensieri che il comportamento. Un ancoraggio può essere un impulso sensitivo (visivo, uditivo, cinestesico, olfattivo, gustatorio) che era parte dell'esperienza originale, o può essere una parola, magari connessa con la definizione di quello stato.

Il docente in classe crea dei forti ancoraggi in svariati modi: attraverso la spiegazione di una lezione, egli ancora gli alunni alle proprie parole, al tono di voce,

alla postura del corpo e alle espressioni del viso che diventano dei mezzi per catturare la loro attenzione. Anche solo un gesto di incoraggiamento può far riemergere degli stati d'animo positivi e perciò dei comportamenti di successo.

Per superare una situazione difficile che innesca uno stato d'animo negativo, come un'interrogazione, il discente deve concentrarsi sullo stato di consapevolezza che ha di sé in modo da affrontare la situazione di disagio. Oppure se lo studente si sente mortificato ogni volta che compie un errore, l'insegnante può eliminare questa ancora e stabilirne una nuova, attraverso un gesto o una parola di lode, che al ragazzo richiama un sentimento positivo, permettendogli di concepire l'errore come un mezzo per apprendere.

2.6.1 Collasso d'ancora

Il collasso d'ancora (*collapsing anchor*) è una tecnica che permette di neutralizzare uno stato d'animo negativo scatenando contemporaneamente due risposte incompatibili tra loro, poiché il sistema nervoso non è in grado di gestire due diversi stati d'animo nello stesso momento. Se due stati d'animo contrastanti vengono ancorati e attivati contemporaneamente, l'*ancora* più forte sovrasta la più debole. Quindi si dovrebbe fare in modo che lo stato negativo collassi su quello positivo.

Per collassare un'ancora indesiderata, bisogna far sì che l'ancora positiva sia più forte. Se ciò non avviene, è necessario aumentare ulteriormente le risorse positive. Questo processo, nonostante il probabile breve periodo di confusione, è seguito dallo stato desiderato.

3. LA PROGRAMMAZIONE NEURO-LINGUISTICA INCONTRA LA DIDATTICA DELLE LINGUE STRANIERE E DELLA MEDIAZIONE LINGUISTICA

Negli ultimi trent'anni, grazie allo sviluppo di una nuova prospettiva sulla forte connessione tra i processi interiori di ciascun individuo e gli avvenimenti esterni, ci si sofferma sempre più sull'importanza della personalizzazione dell'insegnamento. La lezione frontale³⁸, l'esposizione di contenuti nozionistici e l'uso di un approccio indifferenziato per ciascun membro della classe sono ormai delle prospettive superate, specie per quanto riguarda l'insegnamento delle lingue straniere. Mentre in passato l'unico obiettivo dello studente era quello di apprendere nozioni grammaticali al fine di applicarle nell'esercizio di traduzione, oggi la didattica moderna si impegna ad insegnare una lingua viva, incoraggiando a comunicare e considerando l'errore un'occasione di approfondimento.

3.1 Approcci e metodi didattici nel corso della storia

Per comprendere al meglio l'origine della Programmazione Neuro-Linguistica e l'efficacia della sua applicazione alla didattica delle lingue straniere e della mediazione linguistica, bisogna prima soffermarsi sull'analisi degli approcci³⁹ e i

³⁸ Lezione in cui l'insegnante è solo di fronte alla classe e la trasmissione del contenuto didattico è affidata alle sue conoscenze e alla sua capacità di farsi comprendere e di suscitare interesse.

³⁹ Insieme di tesi glottodidattiche che costituiscono la filosofia di fondo di ogni proposta glottodidattica.

metodi⁴⁰ che si sono susseguiti nel corso della storia e che, pur avendo origini lontane nel tempo, influenzano ampiamente la didattica moderna.

3.1.1 Approccio formalistico

L'approccio formalistico o deduttivo è il più antico approccio glottodidattico, sviluppatosi nel XVIII secolo. In questo periodo il latino perde il suo status di lingua viva, usata per comunicare in maniera diretta, e inizia a essere utilizzata come lingua “scolastica”, utile al mero esercizio mentale per lo sviluppo delle capacità logiche. Diventa, in parole povere, una lingua morta.

La traduzione viene vista come strumento per riportare in maniera fedele il testo originario, rispettando delle precise regole grammaticali e morfosintattiche. Anche nelle lingue vive viene applicato questo modello glottodidattico: agli studenti viene chiesto di memorizzare le regole grammaticali per poi applicarle nella traduzione da una lingua all'altra, oscurando completamente le attività comunicative di conversazione. Questa metodologia conferisce dignità alle lingue moderne, che vengono insegnate come quelle classiche, e comporta una certa facilità nell'insegnamento, che consiste in una semplice esposizione delle regole grammaticali della lingua e nella verifica di tale apprendimento. All'approccio formalistico corrisponde il **metodo grammaticale-traduttivo** le cui caratteristiche sono: lo scarso utilizzo della lingua seconda (il docente infatti tiene le lezioni in L1 e non è tenuto a saper comunicare in L2), l'apprendimento delle regole grammaticali e morfosintattiche e l'attuazione di esercizi di dettato, lettura e traduzione. È un percorso

⁴⁰ Applicazione pratica degli approcci.

di tipo deduttivo, vengono date le regole e se ne deducono i comportamenti linguistici; la lingua viene appresa attraverso la spiegazione e la memorizzazione di informazioni sulla lingua stessa. Il risultato è l'incapacità dello studente nel comprendere e parlare la lingua straniera, a causa dell'assenza di situazioni comunicative concrete.

Questo metodo influenza ancora oggi la didattica delle lingue, con effetti particolarmente dannosi sugli studenti che imparano le regole in maniera passiva senza sviluppare le abilità cognitive che sono alla base dell'acquisizione di una lingua.

3.1.2 Metodi diretti

I metodi diretti o induttivi si sviluppano in Gran Bretagna, in Svizzera e negli Stati Uniti alla fine dell'800. Essi nascono come reazione all'approccio formalistico e continuano ad avere fortuna fino agli anni '40. Uno dei metodi diretti più estremi è quello ideato da Maximilian Berlitz⁴¹, fondatore delle *Berlitz Schools*⁴².

Il metodo diretto si fonda sull'idea secondo la quale sapere una lingua straniera equivale a saper pensare in essa, come succede con la lingua materna, e perciò va ricreato lo stesso percorso di acquisizione della lingua materna. La lingua straniera viene appresa: per "contatto" con l'ambiente nel quale la si parla o praticandola in classe, tramite la conversazione con l'insegnante, che deve essere madrelingua e deve utilizzare soltanto materiali autentici; senza l'ausilio della lingua materna; senza preoccuparsi dell'aspetto grammaticale, che va scoperto in modo induttivo e che non prevede la spiegazione di regole asettiche. La dimensione orale della lingua è lo

⁴¹ Linguista tedesco.

⁴² Società fondata nel 1878 che adotta il metodo Berlitz, basato su un approccio diretto, sull'ascolto e sulla conversazione.

strumento di comunicazione fondamentale e viene appresa attraverso l'imitazione dei modelli presentati dal docente.

Il metodo ha ancora oggi degli spunti molto validi, poiché insegna allo studente a comunicare in lingua straniera sin dall'inizio. La principale critica che gli si può muovere però è che risulta impossibile ricostruire il processo di acquisizione della lingua materna per l'apprendimento di una lingua straniera.

Ciò che differenzia principalmente l'approccio deduttivo da quello induttivo è l'accessibilità della lingua straniera. L'approccio deduttivo, infatti, considera l'apprendimento di una lingua non materna come il prodotto dell'acquisizione di una competenza grammaticale: a partire dalla regola vengono applicati, per deduzione, gli usi corretti. I metodi che seguono l'approccio naturale obbediscono invece al presupposto che la lingua venga inizialmente colta come un oggetto unico e che le regole possano essere comprese in maniera induttiva.

3.1.3 Approccio strutturalista

L'approccio strutturalista nasce negli anni '40 e rimane in voga fino alla fine degli anni '60. Si sviluppa in particolare negli Stati Uniti. L'approccio è influenzato

dal Comportamentismo⁴³ da cui deriva la teoria dell'apprendimento neo-comportamentista⁴⁴ di Skinner⁴⁵. A tale approccio corrisponde il metodo audio-orale.

L'apprendimento avviene attraverso l'esposizione ad una serie ininterrotta di sequenze stimolo-risposta-rinforzo, che crea degli abiti mentali (la ripetizione continua determina infatti un'acquisizione meccanica di automatismi). La lingua viene considerata un insieme di regole che dovrebbero trasformarsi in comunicazione autentica una volta usciti dal laboratorio linguistico. L'insegnante rappresenta il modello linguistico da imitare, fornisce stimoli, gestisce il laboratorio linguistico e le tecnologie glottodidattiche. Il discente ha invece un ruolo passivo, poiché ha il compito di sviluppare una serie di risposte corrette rispetto a stimoli precisi. Lo scopo è quello di sviluppare una comunicazione linguistica, prevalentemente orale, stimolando la produzione di risposte linguistiche automatiche basate su modelli fissi. Per la prima volta la glottodidattica viene considerata una disciplina scientifica e non più insieme di *ricette* per apprendere una lingua.

3.1.4 Approccio comunicativo

L'approccio comunicativo si sviluppa negli anni '60 come reazione allo strutturalismo ed è ancora oggi alla base dell'insegnamento delle lingue straniere. A questo approccio corrispondono il metodo situazionale e quello nozionale-funzionale.

⁴³ Approccio sviluppato agli inizi del Novecento, basato sull'assunto che il comportamento esplicito dell'individuo sia l'unica unità di analisi scientificamente studiabile della psicologia.

⁴⁴ Teoria sul comportamento linguistico la cui principale innovazione è la camera di condizionamento operante, una procedura generale di modifica del comportamento dell'organismo.

⁴⁵ Psicologo statunitense altamente influente nell'ambito del Comportamentismo.

Secondo quest'approccio, lo scopo dell'insegnamento di una lingua straniera non è il raggiungimento da parte dell'alunno della semplice competenza linguistica (che riguarda l'insieme delle regole e delle conoscenze) ma il raggiungimento della competenza comunicativa, ben più complessa ed articolata. Una buona competenza comunicativa comprende: la competenza linguistica, ovvero tutti gli aspetti strettamente legati alla lingua (la fonetica, la morfosintassi, il lessico, ecc.); la competenza sociolinguistica, che si occupa delle varietà geografiche e temporali, dei registri e degli stili linguistici; la competenza paralinguistica, che si occupa degli elementi prosodici non pertinenti al piano strettamente linguistico (velocità dell'eloquio, tono della voce, uso delle pause, ecc.); la competenza extralinguistica, che si occupa dei significati non veicolati dal linguaggio verbale e comprende la competenza cinesica⁴⁶, quella prossemica⁴⁷ e quella sensoriale⁴⁸.

La correttezza formale della lingua è messa sullo stesso piano della capacità di perseguire scopi e sortire effetti tramite atti linguistici: in quest'ottica, la correttezza formale è funzionale alla pragmatica⁴⁹. Inoltre una lingua straniera può essere usata solo se si conosce la cultura del paese straniero nel quale la si parla, poiché lingua e cultura sono strettamente legati.

⁴⁶ Scienza che studia il linguaggio del corpo.

⁴⁷ Disciplina semiologica che studia i gesti, il comportamento, lo spazio e le distanze all'interno di una comunicazione.

⁴⁸ Relativo ai sensi, dal punto di vista psicologico o sul piano delle percezioni.

⁴⁹ Disciplina della linguistica che si occupa dell'uso contestuale della lingua come azione reale e concreta.

3.1.5 Approcci umanistico-affettivi

Gli approcci umanistico-affettivi comprendono una serie di metodi che si sono sviluppati soprattutto negli Stati Uniti dalla metà degli anni '60, come reazione all'eccessivo meccanicismo delle tecniche strutturali e all'impersonalità del laboratorio linguistico.

Ci sono vari metodi che vanno sotto l'etichetta di umanistico-affettivi, tra i quali ricordiamo il *Total Physical Response*⁵⁰, la *Suggestopedia*⁵¹, il *Natural Approach*⁵², e il *Silent Way*⁵³, ma tutti sono accomunati da determinate caratteristiche:

- l'interesse per tutti gli aspetti della personalità umana, non solo quelli cognitivi, ma anche quelli affettivi e fisici: ogni persona usa un canale preferito per apprendere ed esso va sfruttato anche per l'insegnamento linguistico, che deve coinvolgere tutti i sensi della persona (da qui l'importanza della Programmazione Neuro-Linguistica nelle teorie didattiche attuali).
- Assenza di processi generatori d'ansia, in grado di bloccare qualsiasi forma di apprendimento.
- Centralità dell'autorealizzazione della persona in un clima sociale, cioè la ricerca di una piena attuazione delle proprie potenzialità, che non sono

⁵⁰ Metodo di insegnamento delle lingue che si basa sul coordinamento del linguaggio e del movimento fisico.

⁵¹ Metodo di insegnamento che ricorre alle tecniche della psicologia clinica per creare attorno all'adulto un clima rilassato e ricco di stimoli piacevoli.

⁵² Metodo di insegnamento delle lingue che ha lo scopo di favorire la naturale acquisizione del linguaggio in classe, dando poca importanza alla grammatica.

⁵³ Metodo di insegnamento delle lingue che fa ampio uso del silenzio.

necessariamente le stesse delle persone che ci circondano, né si sviluppano attraverso gli stessi strumenti.

Il docente ha una funzione di guida, pronta a dare sostegno psicologico. Egli favorisce l'apprendimento attraverso la motivazione e cerca di creare un ambiente rilassato e sereno. Il discente diventa invece protagonista del suo percorso di apprendimento.

Oggi si assiste sempre più all'uso di metodi che, pur rispecchiando le teorie di base dell'approccio comunicativo, sono detti "integrati", in quanto accolgono principi o stimoli provenienti da diversi ambiti della glottodidattica e più in generale della psicologia dell'apprendimento.

3.2 PNL e didattica della mediazione linguistica

La didattica moderna, e in particolare quella della Programmazione Neuro-Linguistica, è caratterizzata dall'attenzione che ripone il docente nel rapporto con i suoi studenti. La PNL ha portato infatti a una rivalutazione del ruolo del discente e delle tecniche di valutazione proposte dal docente. L'insegnamento diventa così *modulare*, in cui il docente è obbligato all'aggiornamento, all'innovazione, alla disponibilità e alla creazione di strategie didattiche che siano orientate al miglioramento delle *performances* dei discenti. L'approccio didattico è caratterizzato dall'importanza delle esigenze della classe; la lezione non è più frontale e *trasmissiva*, ovvero orientata alla trasmissione di contenuti asettici a un gruppo omogeneo di studenti, considerati del tutto identici tra loro, e il docente non si avvale più solo di

strumenti di verifica programmati, intesi come *momenti accertativi*. Gli approcci di ascolto, di lettura e di scrittura vengono completamente riconsiderati e impostati in modo da aiutare gli studenti.

3.2.1 Diverse modalità di apprendimento per l'ascolto, la lettura e la scrittura

Per quanto riguarda l'esercizio dell'ascolto, la didattica delle lingue ha subito un importante cambiamento. Si parla oggi di *lingua d'uso*⁵⁴, caratterizzata non solo dalla conoscenza sintattico-grammaticale, ma anche da quella dei repertori linguistici⁵⁵, delle microlingue⁵⁶ e degli aspetti culturali. L'apprendimento tramite approccio uditivo non si limita al solo processo di *ascolto-imitazione*, ma si concentra perlopiù sulla fase dell'*interpretazione*: il discente, una volta recepito lo stimolo uditivo da parte del docente, lo comprende e lo analizza in base agli strumenti che possiede, prima di imitarlo. Lo studente rielabora gli stimoli esterni e non si parla quindi di un ascolto passivo.

Le operazioni di ascolto si basano sulla *contestualizzazione*, ovvero la comprensione dell'ambito nel quale si svolge la conversazione, e sulla *selettività*, cioè la comprensione delle parole utili al fine di capire la conversazione. L'errore da non commettere è quello di intraprendere discussioni che siano generiche e, quindi, noiose.

⁵⁴ Lingua d'uso corrente.

⁵⁵ Insieme delle risorse linguistiche a disposizione di una comunità linguistica o di un parlante.

⁵⁶ Linguaggio settoriale molto semplificato sul piano morfosintattico e privo di connotazioni stilistiche.

Occorre individuare un *topic* ben preciso per evitare argomenti astratti e lontani dalla vita reale.

La scrittura e la lettura sono invece considerate due attività di elaborazione e rielaborazione di simboli collegati ai fonemi usati nella produzione orale. L'esercizio della lettura è caratterizzato da tre livelli di difficoltà: linguistico, psicologico e cognitivo. Lo studente può avere difficoltà a comprendere un testo per l'incapacità di contestualizzarlo o a causa di limiti personali, per la scarsa padronanza di lessico o per la difficoltà nell'assimilare la struttura. L'approccio alla lettura, quindi, deve possibilmente eliminare le difficoltà, strutturando una mappa dei contenuti del testo (capitoli, paragrafi, ecc.), individuando le parole-chiave del brano e selezionando i contenuti più importanti. Questa riorganizzazione è funzionale al miglioramento della comprensione e produzione orale e scritta.

3.3 PNL e *Community Language Learning*

Il *Community Language Learning*, o *CLL*, è un metodo che nasce alla fine degli anni Settanta, grazie allo psicologo statunitense Charles A. Curran, e si rivela molto utile a coinvolgere gli studenti nell'attività didattica. Esso si concentra sulla creazione di un ambiente sicuro all'interno della classe e di una relazione tra docente e discente, con lo scopo di eliminare qualsiasi motivo di stress nello studente e invogliarlo all'apprendimento.

L'insegnante svolge il ruolo di *consigliere*, che aiuta, consiglia e cerca di individuare l'atteggiamento conoscitivo degli allievi, pur rimanendo fuori dal lavoro di apprendimento, che avviene prevalentemente in gruppo e in modo autodiretto⁵⁷.

Il rapporto ottimale da instaurare tra docente e discente è analogo a quello che si stabilisce tra terapeuta e cliente; l'insegnante fornisce risposte e sicurezze all'allievo alle prese con le difficoltà nell'apprendimento di una seconda lingua. L'attenzione si concentra sugli aspetti umanistico-affettivi, sulle emozioni e sui sentimenti, così come sulla consapevolezza linguistica e l'abilità di comportamento.

Secondo Curran esistono dei requisiti psicologici necessari per avere successo nell'apprendimento, che possono essere raggruppati sotto forma di acronimo (SARD⁵⁸):

- Sicurezza, poiché lo studente può avere difficoltà nel momento in cui raggiunge un livello di apprendimento soddisfacente e se non si sente sicuro non può intraprendere un'esperienza di apprendimento efficace;
- Attenzione, poiché il discente può non prestare attenzione se poco coinvolto nell'attività didattica;
- Ritenzione, poiché se lo studente è partecipe, ciò che impara diventa parte integrante di sé;
- Discriminazione, poiché il discente deve essere in grado di separare in categorie le conoscenze acquisite che saranno utili nel futuro.

⁵⁷ Processo di apprendimento il cui fruitore partecipa attivamente e autonomamente alla definizione dei propri bisogni e obiettivi, alla formulazione dei metodi da seguire e alla valutazione dei risultati raggiunti.

⁵⁸ S (Security), A (Attention), R (Retention), D (Discrimination).

Questo approccio è stato considerato utile per l'insegnamento delle lingue straniere, anche se ci si rende conto che non è adatto a tutti, poiché implica che gli studenti abbiano una certa maturità e capacità d'apprendimento per seguirlo. Inoltre si concentra molto sui sentimenti e questo non è sempre positivo. Gli studenti devono avere una condizione di stabilità mentale ed essere consapevoli dei propri limiti.

3.3.1 Il *CLL* e le intelligenze multiple

Tramite il *Community Language Learning*, l'insegnante ha la possibilità di affrontare argomenti molto diversi tra loro senza mai mettere in difficoltà gli studenti, che, come sappiamo, sono caratterizzati da attitudini e capacità cognitive diverse. Il docente che utilizza il *CLL* è quindi in grado di adattarsi alle esigenze di ogni discente e valorizzare le doti naturali dei singoli alunni.

Il *Community Language Learning* prevede l'utilizzo di un metodo fortemente comunicativo per lo studio della lingua straniera, caratterizzato dall'interazione costante tra gli alunni e il docente, in modo da favorire gli studenti che prediligono un tipo di *intelligenza linguistica*. Tuttavia, il *CLL* tiene conto delle diverse modalità di apprendimento dei contenuti, dando la possibilità al docente di valorizzare le *intelligenze interpersonali*, in quanto è molto importante la cura del dialogo all'interno della classe e con il docente stesso, e le *intelligenze intrapersonali*, dato che viene data molta importanza a ciò che l'alunno dice, e quindi quest'ultimo deve essere in grado di saper gestire le sue conversazioni.

Il docente inoltre può favorire le *intelligenze visive e uditive*, associando immagini o disegni al suo dialogo con gli alunni e permettendo quindi una migliore memorizzazione dei termini utilizzati, o le *intelligenze logico-matematiche*,

utilizzando numeri, giochi matematici e problemi logici per strutturare la conversazione. Infine, anche gli studenti caratterizzati da un'*intelligenza cinestetica* possono essere stimolati tramite l'utilizzo e la manipolazione degli oggetti per completare la spiegazione dei concetti.

3.3.2 Applicazione del *CLL* in classe

Il docente che vuole applicare il *Community Language Learning* ha a sua disposizione un'ampia gamma di contenuti didattici da poter proporre ai suoi studenti. Per fare questo, egli ha bisogno di valutare da un lato le caratteristiche e le capacità cognitive dei componenti della classe, da un altro le modalità con le quali vuole impostare la sua strategia didattica.

Essendo il *CLL* un metodo in grado di valorizzare le qualità dei soggetti, il docente deve innanzitutto capire quali sono i canali sensoriali attraverso i quali i suoi studenti apprendono e si avvicinano al mondo, in modo da poter scegliere e plasmare successivamente la strategia didattica più adeguata per raggiungere dei risultati.

Il docente deve per prima cosa individuare una metafora di partenza che sia stimolante e poi una serie di termini legati all'argomento, che rappresentino le diverse tipologie di apprendimento. Lo scopo è quello di creare nella classe un ambiente che sia emotivamente confortevole e privo di qualsiasi forma di stress e comprendere quali siano i canali sensoriali utilizzati dai discenti per apprendere.

Se, ad esempio, il docente sceglie come metafora di partenza il *viaggio*, egli dovrà individuare i vocaboli legati al concetto di viaggio in relazione al canale visivo

(paesaggi, visite, ecc.), a quello cinestetico (automobile, treno, ecc.), a quello logico-matematico (la distanza, il percorso, ecc.) e così via.

L'insegnante deve poi trascrivere alla lavagna il tema della metafora e i termini individuati. Dopo essersi seduti in cerchio, gli alunni danno il via alla fase del *warm up*, confrontandosi su quanto scritto alla lavagna; questa fase è importante per far sì che gli studenti approccino con serenità alla nuova strategia didattica, condividendo con il resto della classe il loro pensiero. Il docente, utilizzando un linguaggio positivo, deve spiegare la metafora e illustrarla come una narrazione coinvolgente. Egli deve saper catturare l'attenzione dei suoi studenti in modo da creare un ambiente efficace, ponendo le distanze dalle comuni lezioni nozionistiche.

È arrivato il momento per gli studenti di entrare nell'ambiente narrativo attraverso la fase delle *pre-speaking activities*: essi devono individuare, tra i termini scritti alla lavagna, quelli che più rappresentano il concetto di partenza. In seguito, ciascun alunno deve presentarsi in lingua madre e indicare almeno un termine che secondo lui rappresenta al meglio la metafora. Questo permette al docente di individuare in maniera immediata i canali sensoriali e di apprendimento degli studenti e quindi di modellare la sua strategia didattica in modo da valorizzare tali caratteristiche.

Successivamente, il docente deve coinvolgere gli studenti nell'ambiente narrativo, chiedendo loro di esprimere, in lingua madre, un concetto relativo alla metafora utilizzando il vocabolo precedentemente scelto. Con l'ausilio del docente, i discenti devono tradurre in lingua straniera la frase creata e sforzarsi di riportare lo

stesso grado di complessità che hanno usato in italiano, in modo da creare una relazione tra lingua madre e lingua obiettivo. È importante che l'insegnante collabori con l'alunno ma senza mettere pressione e lasciandolo libero di pensare e produrre autonomamente.

La frase prodotta e tradotta viene infine registrata. L'insieme delle frasi registrate (*chunks*) costituisce il materiale di lavoro per l'ultima fase del *CLL*: esse vengono riascoltate e trascritte per dare la possibilità agli studenti di analizzare la qualità delle frasi prodotte, la loro pronuncia, ed eventuali errori commessi, e per permettere al docente di verificare se le capacità di produzione orale dei discenti sono pari alle loro competenze grammaticali e fono-sintattiche. Successivamente, il lavoro può proseguire in diverse direzioni:

- *Traduzione*: gli alunni possono trascrivere le frasi registrate e poi tradurle in lingua madre.
- *Vocabolario*: gli studenti possono lavorare sulla propria conoscenza di termini in lingua madre, trascrivendo le frasi registrate e sostituendo i termini, ove possibile, con i sinonimi appropriati.
- *Narrazione*: l'insegnante può sottoporre gli alunni a un esercizio che prevede l'utilizzo del maggior numero di frasi trascritte per produrre una narrazione o una conversazione in lingua straniera, al fine di verificare la loro capacità di costruire concetti complessi.
- *Discussione*: il docente può chiedere agli studenti di usare alcune delle frasi trascritte per difendere, in lingua straniera, una tesi e un'antitesi. Lo scopo è quello di stimolare gli studenti a elaborare le proprie idee

usando una lingua diversa da quella materna con la necessità di reagire a uno stimolo polemico esterno.

- *Drammatizzazione*: gli alunni possono prendere una delle frasi trascritte ed usarla come punto di partenza per una storia; a turno, ciascun alunno deve continuare il racconto, riprendendolo dal punto in cui l'alunno precedente l'ha lasciato. Quest'esercizio permette loro di confrontarsi, elaborando concetti di una certa complessità.

Il *Community Language Learning* è una metodologia considerata “aperta”, che si adatta cioè alle diverse inclinazioni degli studenti senza trascurare le attitudini del docente. Quest'ultimo, non più considerato un semplice trasmettitore di informazioni, riveste il ruolo di facilitatore di processi che aiuta i discenti nel loro percorso formativo, eliminando ogni forma di stress e creando l'ambiente adatto. Gli studenti percepiscono l'insegnante come un collaboratore, in grado di aiutarli nella creazione di frasi in lingua straniera, supportarli nel loro processo di crescita e miglioramento, incoraggiarli all'accettazione dell'errore, non più considerato una mancanza da parte del soggetto, bensì l'occasione di un chiarimento di un dubbio linguistico, grammaticale o sintattico.

La registrazione delle frasi in lingua straniera prodotte dagli alunni serve quindi a responsabilizzarli: sapendo di essere registrati, prestano maggior attenzione alla formulazione e al contenuto della frase e si concentrano a riportare una pronuncia corretta. L'insegnante è in grado di ancorare i concetti più difficili ad una situazione in cui l'attenzione del discente è massima e il livello di stress praticamente nullo, e

l'alunno che sperimenta un ambiente favorevole è maggiormente disposto all'apprendimento.

L'esercizio di trascrizione è utile, invece, a rendere più stimolanti gli esercizi scritti e orali riguardanti la grammatica, la morfosintassi e la pronuncia, tipici delle noiose lezioni frontali e nozionistiche. Ciò che rende più interessanti questi esercizi, è il fatto che lo studente non debba più attenersi alla frase o al concetto proposto dall'insegnante o dal libro di testo, ma all'insieme delle frasi prodotte liberamente dai componenti della classe.

3.4 PNL e Tasked based language learning

Il *task based language learning* è un metodo di insegnamento delle lingue basato sulle attività e si concentra sull'uso della lingua autentica e sulla richiesta agli studenti di svolgere attività significative utilizzando la lingua straniera.

Tale approccio si basa sull'idea che l'apprendimento linguistico avvenga più facilmente quando gli studenti sono coinvolti in interazioni autentiche (cioè finalizzate al raggiungimento di un obiettivo extralinguistico⁵⁹) e sono esposti a un *input* comprensibile. L'insegnante poi accompagna gli apprendenti nell'identificazione degli strumenti necessari per realizzare efficacemente il compito comunicativo.

Per sfruttare le potenzialità di apprendimento di un *task* didattico è importante che il docente vi sviluppi intorno una unità didattica. L'insegnante usa il *task* per mettere gli studenti in contatto con la lingua, ma mantiene il suo ruolo di guida

⁵⁹ Che non appartiene alla lingua: per es. i gesti, le espressioni del volto.

nell'apprendimento. Per questo il *task* deve essere accompagnato da una fase di preparazione e una fase di riflessione.

3.4.1 Le fasi di un'unità didattica *task-based*

In un primo momento gli studenti si preparano al task con l'aiuto dell'insegnante, che presenta le istruzioni per il compito e svolge attività che consentono agli alunni di richiamare elementi lessicali utili alla realizzazione del compito stesso. Questa fase ha una durata variabile: è l'insegnante a valutare di volta in volta di quanta preparazione abbiano bisogno gli studenti.

In seguito l'insegnante procede con la fase del *task*: gli apprendenti, a coppie o a piccoli gruppi, svolgono il compito assegnato, che richiede di usare la lingua per il raggiungimento di un obiettivo extralinguistico; può essere realizzato in forma orale o con l'ausilio della scrittura e può prevedere lo svolgimento di attività di vario tipo, come confrontare, classificare, mettere in ordine, organizzare, esprimere opinioni ecc.

Mentre gli studenti sono impegnati nel task, l'insegnante passa tra i gruppi, osserva il lavoro e fornisce aiuto in caso di necessità. Concluso il compito, ogni gruppo si organizza per riferire agli altri l'esito del proprio lavoro, preparando il *report*⁶⁰ e nominando un portavoce. Anche in questa fase l'insegnante offre il proprio supporto, se necessario, dopodiché organizza i turni di presentazione e commenta insieme alla classe i *report* dei vari gruppi.

Il ciclo del *task* è seguito dalla focalizzazione sulla lingua. In un primo momento l'insegnante guida gli apprendenti all'analisi di ciò che hanno prodotto,

⁶⁰ Resoconto, rapporto.

richiamando l'attenzione soprattutto sugli elementi grammaticali e lessicali che sono funzionali allo svolgimento di quel particolare compito. Propone quindi attività di pratica, sia guidate che libere, che inducono gli alunni a esercitarsi sulle strutture e sulle parole su cui si è precedentemente concentrato il lavoro di analisi. Le attività di pratica sono costituite da tradizionali esercizi: completamenti, trasformazioni, produzioni guidate ecc. In questa fase l'insegnante può anche offrire agli apprendenti informazioni metalinguistiche⁶¹, per esempio invitando gli alunni a ricostruire insieme, induttivamente, una o più regole, oppure guidandoli all'uso del libro di grammatica.

Utilizzando come stimolo iniziale dei *task*, l'insegnante offre agli apprendenti occasioni per un uso comunicativamente autentico della lingua. Dovendo produrre lingua per raggiungere un reale obiettivo comunicativo (lo svolgimento del compito) e senza l'obbligo di impiegare determinate strutture grammaticali, gli alunni si sforzano di utilizzare tutte le risorse linguistiche a loro disposizione, esattamente come gli apprendenti spontanei che vogliono prima di tutto trasmettere un messaggio all'interlocutore, indipendentemente dalle forme usate e dal livello di accuratezza. Inoltre, poiché buona parte del lavoro per *task* si svolge nei gruppi, le possibilità di usare la lingua sono molto maggiori rispetto a quando la comunicazione avviene prevalentemente tra i numerosi studenti e l'unico insegnante. Anche i contesti d'uso variano significativamente: secondo il tipo di *task* proposto sarà necessario che gli alunni si sforzino di utilizzare la lingua per compiere attività anche molto diverse.

Questa tecnica rende possibile l'attivazione in classe delle condizioni necessarie perché avvenga l'apprendimento linguistico e permette un certo controllo

⁶¹ Attinenti all'analisi delle strutture linguistiche.

dell'attività da parte dell'insegnante, che potrà offrire agli studenti occasioni per un uso comunicativo della lingua, e successivamente guidarli nell'apprendimento di aspetti linguistici utili a una più efficace realizzazione del compito, stimolando l'attenzione alla forma.

CONCLUSIONE

La ricerca svolta sul tema della Programmazione Neuro-Linguistica e sulla sua applicazione in ambito didattico è stata fonte di grande ispirazione. Essa mi ha dato la possibilità di riflettere sull'importanza di una strategia didattica volta all'ascolto delle necessità dello studente, che al giorno d'oggi non deve più essere messo nelle condizioni di apprendere in maniera passiva. Le lezioni frontali e nozionistiche, oltre a mortificare le capacità comunicative del discente, producono un'atmosfera stressante o noiosa, e ciò non aiuta il processo di apprendimento.

L'alunno non è una macchina programmata per imparare, ma un essere umano pensante che prova dei sentimenti, e come tale deve essere trattato. Qualsiasi strategia didattica volta a creare degli automatismi impersonali è del tutto priva di utilità. Devono essere elette invece le strategie didattiche che incoraggiano la libertà di espressione del discente, che lo aiutano a superare le sue difficoltà e non gli fanno vivere l'errore come una mortificazione, bensì come un'occasione per migliorare. Le strategie didattiche vincenti, dunque, sono quelle che promuovono la centralità del discente, che, privato di ogni forma di stress e messo in una situazione di serenità, è maggiormente propenso all'apprendimento di successo.

English Section

INTRODUCTION

Of all the professions in which the personal and professional dimensions are closely linked, teaching is the one in which this relationship is most significant. I think that the positive outcome of a teaching strategy particularly depends on the relationship between teachers and their students. The more comfortable the students feel, the greater will be their ability to learn successfully.

Throughout history, foreign language teaching has been characterised by different approaches and methods, but it is with the affective humanistic approach that the relationship between teacher and student gains importance for the first time: the simple conveyance of content and the impersonal implementation of pedagogical methods have proved to be unproductive. In my opinion, the choice of the most appropriate teaching strategies should be based on the personal component. The aim is to create empathy with the students, to involve them in teaching activities, to teach them how to manage their emotions and to use effective communication.

The protagonists of my research are foreign language teaching and Neuro-Linguistic Programming, which focuses on people's behaviour and successful communication and offers real possibilities for change and improvement. It is a technique that aims at a person's personal growth and development of his or her positive characteristics.

1. WHAT IS NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING?

Neuro-linguistic Programming (NLP) is a method of communication, considered as an approach to learning, personal development and psychotherapy. It was created by Richard Bandler and John Grinder in the 1970s at the University of California⁶², Santa Cruz.

Bandler and Grinder believe that there is a connection between neurological processes (neuro-), language (linguistic) and behavioural patterns learned through experience (programming). According to them, these patterns can be organised to achieve specific goals in life. NLP is indeed a technique of excellence whose aim is not only the analysis of individuals' deficiencies, but also the development of useful strategies to overcome these deficiencies and to enhance their potentialities.

Over the years, Bandler and Grinder improved their communication models and developed new ones; their technique could be applied not only to psychotherapy but also to effective communication, human resources management, rapid learning, sales and business, leadership, family, and, of course, education.

1.1 Definition

The Oxford English Dictionary describes NLP as “a model of interpersonal communication chiefly concerned with the relationship between successful patterns of behaviour and subjective experience” and “a system of alternative therapy intended to

⁶² Public university system in the U.S. state of California.

educate people in self-awareness and effective communication, and to model and change their patterns of mental and emotional behaviour⁶³”.

Bandler affirmed that human beings are literally programmable, «When I started using the term “programming”, people became really angry. They said things like, “You’re saying we’re like machines. We’re human beings, not robots.” Actually, what I was saying was just the opposite. We’re the only machine that can program itself. We’re “meta-programmable”. We can set deliberately designed, automated programs that work by themselves to take care of boring, mundane tasks, thus freeing up our minds to do other, more interesting and creative, things⁶⁴».

1.1.1 Denomination

The name Neuro-Linguistic Programming refers to three components:

- Neuro, i.e. the neurological processes of human behaviour, based on how the nervous system receives stimuli from the sense organs and re-elaborates them as perceptions and representations;
- Linguistic, i.e. the system by which human mental processes are codified, organized and transformed through language.
- Programming, i.e. the ability to intervene on a series of behaviour based on individual experiences that function unconsciously and automatically.

⁶³ James Murray, *Oxford English Dictionary*, Oxford University Press, Oxford, 1884.

⁶⁴ Richard Bandler, *Guide to Trance-formation*, Health Communications, Inc., Deerfield Beach, FL, 2008.

1.2 Fundamental Concepts

One of the objectives of NLP is to develop successful habits, increasing “facilitating” or effective behaviour and decreasing “limiting” or undesired behaviour. Every time an individual experiences a situation, he or she produces a behaviour; NLP aims at *duplicating* the behaviour that leads to excellent results and teaching such behaviour to other individuals, taking into account the different characteristics and needs of each person.

There are different strategies based on the awareness that individuals live experiences in different ways, adapt or not to situations, rationalise or emotionalise circumstances. For this reason, people create their own *personal map of reality*, i.e. a personal perception of the world. If the results are not satisfactory, they need to modify their map, relying on their own abilities. Their perception of the world, and consequently their response to it, can be modified by applying appropriate techniques of change.

According to Robert Dilts, NLP is “the study of the structure of subjective experience⁶⁵”. The aim is to understand how some people manage to achieve certain results, through analysis, learning and modelling. The aim of the analysis is to define a behavioural pattern, which should be replicated by the individual through the acquisition of models which are considered effective, in addition to the models already in his or her possession, obtained from past and positive experiences.

⁶⁵ Robert Dilts, *The Study of the Structure of Subjective Experience*, Meta Publications, Capitola, CA, 1980.

1.2.1 Modelling

Modelling consists in reproducing behavioural patterns and it can be intuitive or analytical. On the one hand, intuitive modelling is an unconscious imitation of the behavioural patterns of an individual, such as a child who unconsciously imitates its mother. On the other hand, analytical modelling consists in gathering information about the strategy implemented by an individual in order to obtain a certain result. For example, by listening to someone's experience, it is possible to understand the key mechanisms of the skill and replicate them.

According to Bandler and Grinder, human beings already have all the resources they need to achieve a successful outcome, even if they are unknown and unexplored. The role of the *programmer* (the NLP expert practitioner) is to help people explore their personal map of reality.

1.2.2 The perception of stimuli

A human being receives external information through the five senses. Bandler and Grinder claim that each individual uses a specific channel of communication and interaction with the outside world, since each one relates to a restricted part of reality.

One of the aims of NLP is to broaden a person's perceptual field and cognitive capacities. The process of reception can take place through the visual channel (images), the auditory channel (words/sound) or the kinaesthetic channel (muscular sensitivity). NLP's task is therefore to understand what is the preferred learning system for each individual, using *rappport*, i.e. the creation of an atmosphere of trust and serenity with him/her in order to communicate effectively. So, it is important to create empathy with the person to elaborate the best strategy.

According to some studies, 45% of people prefer to learn through the visual channel. This is why NLP gives particular importance to the possibility of combining a particular visual stimulus with a piece of information to facilitate the learning process.

On the other hand, the auditory channel mostly refers to language. Assuming that the way we name things is the same as we master them, NLP gives great importance to the process of nomination, i.e. the ability to identify things.

Finally, the kinaesthetic channel deals with body posture, behaviour and attitudes of people and their ability to manage their physicality. NLP tries therefore to identify techniques to influence people's emotions through physical movements.

The understanding of an individual's preferential perceptual channel is useful for the construction of a personal map, i.e. the set of strategies used to deal with certain situations, to learn how to manage the present and future and to understand the mistakes made in the past.

1.2.3 The perception of time

NLP is a strategy that intervenes on individuals' perception of the temporal, spatial and emotional environment, with the aim of reproducing the conditions that led them to states of optimal performance, preventing them from being conditioned by negative past experiences. NLP also aims to eliminate conflicts arising from unresolved situations in the past.

Human beings' timeline, that is their perception of the succession of events, is variable. People who visualize time as a straight line in front of them systematically plan their future but usually do not enjoy the present; while people who visualize the

past behind them, the present in front of them and the future somewhere beyond the present, generally have difficulty in organizing their perception of the past and the future.

1.3 Applications

Neuro-Linguistic Programming is applied to different fields of human communication and influences areas such as learning, education, sales, business, effective communication, leadership, etc.

Since the 1980s, NLP has been included in public speaking courses for businessmen. This discipline has also been used by mentalists and illusionists working in the show business. In Italy, it began to spread in the field of management training only in the early 1980s.

1.3.1 Effectiveness

Bandler and Grinder affirmed that NLP could find solutions to problems such as phobias, psychosomatic disorders, depression and obsessive habits. They believed that by combining NLP techniques with hypnosis, a person could not only be treated for a problem, but could also forget he/she had the problem. The authors even claimed that a single session of therapy could eliminate myopia or cure a common cold.

The authors do not illustrate these alleged effects in their most recent works, where they mostly focus on the psychological aspect. NLP has been promoted as a "science of excellence", i.e. the study of how successful people in different fields

achieve their results. The two founders argue that these skills can be learned by anyone to improve their personal and professional effectiveness.

1.3.2 Lack of scientific recognition

The doubts about the validity of NLP's theories and the fact that Bandler and Grinder failed to produce any empirical evidence ensured that NLP did not gain consensus and support in the scientific community⁶⁶.

Today, Neuro-Linguistic Programming is not considered part of modern psychology, and has only a limited impact on certain psychotherapy techniques. It is in fact considered a pseudoscience⁶⁷, like astrology, oneiromancy or homeopathy.

1.4 History

NLP was founded in the 1970s by Richard Bandler and John Grinder. During this period, the importance of human potential grew rapidly in California, leading to the development of both scientific and pseudoscientific movements.

Gregory Bateson, a British anthropologist, sociologist and psychologist, developed particular theories on human modelling and on the concept of *map*; these ideas were the right starting point for Bandler and Grinder.

⁶⁶ The set of scientists, technicians and theorists who participate in the process of scientific research in different fields of science.

⁶⁷ Statements, beliefs, or practices that are claimed to be both scientific and factual but are incompatible with scientific methods.

Bandler and Grinder were inspired by some therapists, such as Milton Erickson, father of the Ericksonian hypnotherapy⁶⁸, Fritz Perls, creator of the Gestalt therapy⁶⁹, and Virginia Satir, a family therapist.

NLP's creators wrote two fundamental works: *The Structure of Magic*⁷⁰ and *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson*⁷¹. In these books, they explain how the behaviour of individuals who achieve excellence can be analysed and then reproduced.

In the 1980s, shortly after the publication of *Neuro-Linguistic Programming Volume I*⁷² a book co-authored with Robert Dilts and Judith DeLozier, Grinder and Bandler retired. The problem of the intellectual property of the theories it contained caused numerous conflicts and lawsuits.

John Grinder and Judith DeLozier collaborated to develop a new form of Neuro-Linguistic Programming called the New Code NLP⁷³, with the aim of improving some aspects of the so-called Classic Code and allowing a larger number

⁶⁸ A specific type of hypnosis which is hallmarked by the use of indirect suggestion, metaphor and storytelling.

⁶⁹ An existential form of psychotherapy which emphasizes personal responsibility and focuses upon an individual's experience in the present moment, the relationship between the therapist and the client and the environmental and social contexts of a person's life.

⁷⁰ Richard Bandler, John Grinder, *The Structure of Magic*, Science and Behavior Books, Palo Alto, CA, 1975.

⁷¹ Richard Bandler, John Grinder, *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson*, Meta Publications, Capitola, CA, 1975.

⁷² Robert Dilts, John Grinder, Richard Bandler, Judith DeLozier, *Neuro-Linguistic Programming*, Meta Publications, Capitola, CA, 1980

⁷³ The set of models of excellence developed since the 1980s.

of people to use it. Richard Bandler published *Using your brain: For a Change*⁷⁴ in 1985, including new processes, submodality⁷⁵ and Ericksonian hypnosis.

Other scholars developed their own theories. Michael Hall, for example, proposed *Meta-States*, a technique through which people change their perceptual position and use self-reflective consciousness, and Tad James developed a therapeutic technique where people were encouraged to alter and improve their life's timeline.

In the late 1980s, the US National Research Council gave NLP a negative assessment. Furthermore, Bandler was accused of murdering Corine Christensen, a student who worked as a prostitute. These two facts strongly undermined the credibility of NLP.

Because of the fragmentation of the different theories, in the 1990s NLP began to be advertised as the miracle solution to a wide range of problems. Some apprentices, interested in exploiting new Age⁷⁶ fashion, developed low-quality theories.

In 2001, Bandler and Grinder reconciled, they settled all legal disputes and agreed to be acknowledged as the co-founders of Neuro-Linguistic Programming. Initially, the NLP training consisted of a single 20-day certification programme. A new interest in the discipline led to the development of new types of training and courses.

In the 1990s, England formally regulated the spread of NLP. After that, other governments began to certify NLP courses; for example, in Australia an NLP

⁷⁴ Richard Bandler, *Using your brain: For a Change*, Real People Press, Lafayette, CA, 1985.

⁷⁵ Distinctions that exist between personal sensory experiences and their internal representations.

⁷⁶ A vast subcultural movement that includes numerous alternative psychological, social and spiritual currents that arose at the end of the 20th century in the Western world.

certificate is approved by the Australian Qualifications Framework⁷⁷ (AQF). However, many countries do not give any official recognition to this practice, due to the difficulty in establishing common guidelines. The huge number of proposals and the lack of controls have made it difficult to distinguish the different levels of competence in the various NLP training courses.

According to Pete Schutz, the duration of training courses in Europe varies from 2-3 days, for those who consider it a hobby, to 35-40 days, up to 9 months to reach a professional competence level.

⁷⁷ Body that specifies the standards for educational qualifications in Australia.

2. NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING AND DIDACTICS

Neuro-Linguistic Programming is an extremely productive and fascinating theory. Nevertheless, its application in the educational field is apparently difficult because of the failures we have experienced and the didactic models we are used to. The teacher is erroneously considered a *transmitter* of contents and this does not favour a serene dialogue between the parties. Instead, according to NLP, the teacher is a *facilitator* of processes, who guides his or her students towards learning.

2.1 The relationship between the teacher and the student

According to Bandler and Grinder's theory, one of a teacher's tasks is to study the behaviour of their students carefully, in order to better understand their cognitive attitudes and to outline a productive teaching strategy that conforms to each one of them. We are talking about the centrality of the learner.

Therefore, the teacher and the student establish a communicative relationship: the teacher must use the most appropriate teaching strategy, and if the student has difficulties in understanding, the teacher must find an alternative strategy to ensure that he/she activates all the perceptual channels.

It is clear that not all strategies have the same results for each learner and this is demonstrated by the fact that some learners make more progress than others do. However, educator must involve all the students: the aim of the teacher is the group and not the individual. School failures are often related to the lack of congruence

between the perceptual system of the teacher and that of the student. The risk is that the teacher carries out highly personalised lessons, losing sight of the overall class group.

2.1.1 Empathy in the classroom

Empathy is “the ability to share someone else's feelings or experiences by imagining what it would be like to be in that person's situation⁷⁸”. The teacher must therefore be able to understand the student's emotions, also through non-verbal signals. If the teacher encourages the students and listens to their needs, they will react positively, communicate spontaneously and participate actively in school life. So, it is necessary to give priority to dialogue. Only with an authoritative and open-minded teacher and through an emotional participation in lessons, can students develop skills and interests and fix what they have learnt.

Between the teacher and the student there should be a relationship of trust and respect in order to create a personal and direct dialogue. Student must count on the fact that there is a person who can be trusted and who is ready to encourage them. In everyday school life, teachers are expected to have communication skills that are indispensable for a good interaction. To achieve this, they must be empathetic with their students and use the active listening technique.

⁷⁸ *Cambridge Dictionary*, Cambridge University Press, Cambridge, 1995.

2.1.2 Gardner's theory of Multiple Intelligences

Howard Gardner, an American psychologist and professor, proposed a system of evaluation of intelligences in 1983. Assuming that each individual develops certain cognitive abilities, Gardner argues that there are eight types of intelligence and that each human being has one that is more developed that determines the way he/she approaches the outside world.

Thomas Armstrong, in his book *Multiple Intelligences in the Classroom*⁷⁹, explains not only how the theory of Multiple Intelligences and didactics are closely related but also how this theory can be used as an efficient tool to outline appropriate teaching strategies for each learner.

Gardner explains the eight types of intelligence in his book *Frames of the Mind*⁸⁰:

- Linguistic-Verbal intelligence (the ability to learn and reproduce language)
- Logical-Mathematical intelligence (the ability to use logical methods to solve problems)
- Visual-Spatial intelligence (the ability to manipulate space)
- Musical intelligence (the ability to recognize and create music)
- Bodily-Kinaesthetic intelligence (the ability to use the body to solve problems by coordinating movements)

⁷⁹ Thomas Armstrong, *Multiple Intelligences in the Classroom*, Assn for Supervision & Curriculum Development, Alexandria, VA, 1994.

⁸⁰ Howard Gardner, *Frames of Mind, The Theory of Multiple Intelligences*, Basic Books, New York, 1983.

- Interpersonal intelligence (the ability to understand the intentions and desires of other people)
- Intrapersonal intelligence (the ability to understand one's own feelings)
- Naturalistic intelligence (the ability to observe and identify flora and fauna)

Individuals must be able to learn by using their most developed intelligences. A good teacher should offer different stimuli for each of the intelligences and shape his/her activity so as not to damage students with different learning channels.

2.2 NLP techniques

Neuro-Linguistic Programming identifies for each individual three preferential learning styles: visual, auditory and kinaesthetic. For each one of these, NLP has identified specific techniques aimed at helping the individuals to identify their abilities and, therefore, to take advantage of them. Among the most used techniques there are the perceptual positions and the *enneagram* of personality.

2.2.1 The perceptual positions

During the observation of reality, people see only a limited part of the overall scene due to the psychological and cultural filters that they create automatically. To fully understand a situation, people should consider different perspectives. For this reason, NLP proposes the perceptual positions technique, which helps students to understand and accept different points of view.

Neuro-Linguistic Programming identifies three perspectives: the personal perspective, the perspective of the other and the perspective of the observer who sees the scene from the outside.

The first perceptual position or personal perspective is the one in which students see with their own eyes and listen with their own ears, living the situation personally.

The second perceptual position or perspective of the other is that in which students try to assume the point of view of their interlocutor by living the situation as if they were the other, in order to understand what the other person feels and thinks by supporting the opposite thesis.

Finally, in the third perceptual position or perspective of the observer, students try to observe two people from the outside, like in a film. The aim is to observe their gestures and listen to their words in order to expand their perspective. This experiment will help students to adopt other points of view and understand others better.

2.2.2 The *enneagram* of personality

The success of didactics is directly proportional to what extent teachers strive to understand the qualities and weaknesses of their students. In doing so, teachers can shape their teaching in order to satisfy the greatest number of perceptual channels and modes of knowledge.

Students' behaviour often corresponds to predefined patterns. Through the *enneagram* the teacher can understand these mechanisms and choose the most appropriate teaching strategies.



The nine points of the *enneagram* represent nine different character approaches to life and problems. The analysis of these types allows the teacher to control the status of the class, to know the situations that stress the students or enhance their path and to identify alternative strategies.

- Type one: the Reformer. They try never to be wrong by providing high-level performances. The teacher must show them that errors should not be experienced as a mortification.

- Type two: the Helper. Attentive to other people's judgment, they create strategies with the aim of being appreciated. The teacher must help them to perform actions which are satisfying.

- Type three: the Achiever. Excellent planners and resource managers, they need to appear perfect. The teacher must guide them to greater passivity.

- Type four: the Individualist. They continuously look for the approval of others through compassion. Being inclined to isolation, the teacher must encourage them to work in a group, and express their emotions without the need to exasperate them.

- Type five: The Investigator. In order to satisfy their need for knowledge they take refuge in serene isolation. The teacher must help them to integrate by showing that knowledge is not a resource if they are not involved in its contents.

- Type six: the Loyalist. Afraid of authority, they believe that their failures deserve punishment. The teacher must show them how unfounded their fear of error is and that failure is not necessarily worthy of punishment.

- Type seven: the Enthusiast. Their basic desire is to be satisfied and content and they devote time to pleasure. They have a hyperactive attitude and easily become enthusiastic. The teacher's task is to give them tasks that require long-term planning to slow down their mental speed.

- Type eight: the Challenger. Convinced they are born leaders, they take the command in any group. They are instinctive and angry, therefore susceptible. The teacher must place them in heterogeneous groups where they are not entrusted with the command.

- Type nine: the Peacemaker. They try to mediate any conflict to restore harmony. They are good listeners and are able to identify themselves with other people's problems. The teacher must show them that sometimes conflict leads to positive results.

2.3 Representational systems

Representational systems are neurological mechanisms, or sensory modalities, by which the five senses receive information from reality and process them. The representational systems influence verbal language (what people say), para-verbal language (tone, volume, etc.) and non-verbal language (gestures and posture). NLP identifies three categories of representational systems:

- visual (V), related to images
- auditory (A), related to sounds
- kinaesthetic (K), related to tactile sensations within the body

People have a favourite representational system by which they process most of the information coming from reality. Therefore, teachers must consider their students' preferred representational system, paying attention to the specific vocabulary they use and to the non-verbal dimension. The aim is to create *rapport*⁸¹ and to choose and apply the most appropriate NLP techniques to allow their students to follow the lessons.

In a class of visual learners, the teacher has to use images to reinforce the key concepts. In a class of auditory learners, the teacher must choose the correct language to explain notions, focusing on the key words. In a kinaesthetic class, it is important to give space to a direct experience with the didactic material, thus limiting boring explanations. Finally, with a varied class, the teacher must know how to wisely

⁸¹ A close and harmonious relationship in which people understand each other's feelings or ideas and communicate well.

alternate the three channels, to give all the students the possibility to express themselves freely.

2.4 Mirroring

There is an innate tendency in the human being to conform to other people's behaviour. The process through which an individual contributes to establishing a state of *rapport* with another person is mirroring.

Mirroring is a technique through which people align themselves with their interlocutors, changing the way they behave, speak and act and imitating their manners. In other words, it means entering their *personal map of reality* and observing things from their point of view.

There are two kinds of mirroring:

- Verbal mirroring, which occurs through the analysis of the words most frequently used by the interlocutor.
- Physical mirroring, which occurs through the reproduction of the posture, gestures, tones and volumes used by the interlocutor.

This technique is widely used in the educational field, because it helps teachers to approach their students' *personal map of reality*. Teachers can mirror the same words as learners: linguistic expressions constitute the so-called superficial structure of communication; the speaker gives them a specific meaning, made up of feelings, memories, emotions and beliefs. If a teacher uses words or expressions which are different from those of the students, they may feel that the teacher is unable to

understand them. Mirroring students is a method that allows teachers to empathize with them by creating harmony and affinity.

It is almost always the leader, in this case the teacher, who mirrors the interlocutor (the student) in order to create the right interaction. To do this there are some basic techniques that must be put into practice: teachers, for example, must show that they are in agreement with the learners, speak at a speed that their students can follow and try to align their breathing with that of the students.

2.5 The Meta Model

Generally, people simplify reality, by erasing, distorting, or generalising their experience in order to communicate it to others. As a result of this process of "filtering", the interlocutor can only perceive the superficial structure of the representation of that experience. The Meta Model is a model of language used as a tool to understand what people mean by a reformulation of language. Therefore, it helps to understand the deep structure of someone else's experience.

The representation of an experience consists of a deep and a superficial structure. The deep structure represents everything a person really wants to express, while the superficial structure represents what the person actually says. Through the use of the Meta Model, NLP tries to find a solution to these automatic communication processes that involve filtering information.

In education, this technique helps students recover some of the information that they have deleted, distorted, or generalised. It enables them to be more precise or to look for other possible solutions, instead of staying focused on something specific.

The purpose of the Meta Model is to increase flexibility and variability in students' responses, to recover missing information and to induce specification.

2.5.1 The three violations of the Meta Model

Cancellations, distortions and generalisations are defined as violations of the Meta Model.

Cancellation is the process by which people focus only on certain aspects of their experience. It reduces the world in proportion to how people feel able to deal with it.

Distortion is the process by which people make a change in their experience. Fantasy, for example, allows them to prepare for the experience before it happens.

Finally, generalisation is the process by which the elements of a person's experience come to represent the whole category. It prevents people from making distinctions that could give them a more complete set of choices in dealing with a particular situation.

2.6 Anchoring

Our emotional state greatly influences our behaviour and the way we filter information. For example, if we are in a positive emotional state, our behaviour will be effective and will lead to successful communication.

Anchoring is a process of associating a physical stimulus to an internal response, used to achieve a change in mood. The technique consists in producing a

physical stimulus in response to an emotional state that characterizes a past experience. As a result, that state of mind is anchored and brought into the present.

In the educational field, anchoring gives students the possibility to reproduce the mood they need in a certain situation and to change any unwanted sensation. To create an anchor, the teacher must help the learners to identify the emotional state they want, for example motivation. If they want to reproduce a state of motivation, the learners have to think about a past experience in which they felt very motivated and make that feeling influence their present emotional state by linking it to a trigger, such as a particular gesture with the hand or a word. The process is repeated until the desired state is conditioned by the anchor.

Teachers in class create anchors in many ways: through the explanation of a lesson, they anchor the students to their words, tone of voice, body posture and facial expressions that become tools to capture their attention. In order to overcome a difficult situation that triggers a negative state of mind, such as an oral exam, students must focus on their state of self-awareness in order to deal with the situation. Otherwise, if students feels mortified every time they make a mistake, the teacher can eliminate this anchor and establish a new one, through a gesture or a word, which reminds students of a positive feeling.

3. NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING AND FOREIGN LANGUAGE DIDACTICS

In the last thirty years, the personalization of teaching has become more important thanks to the development of a new perspective on the strong connection between an individual's inner processes and external events. Frontal lessons⁸², the presentation of notional contents and the use of an undifferentiated approach for each member of the class are now outdated perspectives, especially regarding foreign language teaching. While in the past the student's goal was to learn grammatical notions in order to apply them in translation, today modern didactics aims at teaching a living language, encouraging communication and considering error as an opportunity for growth.

3.1 Approaches and methods in language teaching

In order to better understand the origin of Neuro-Linguistic Programming and the effectiveness of its application to foreign language teaching, it is first necessary to focus on the analysis of the approaches⁸³ and methods⁸⁴ during history, which have largely influenced modern didactics.

⁸² Lessons in which the teacher is alone in front of the class and conveys the course content that is based on his/her knowledge and ability to arouse interest.

⁸³ A set of principles, beliefs, or ideas about language teaching and learning.

⁸⁴ Practical application of approaches.

3.1.1 Grammar-translation method

The grammar-translation method developed in the 18th century, when Latin began to be considered as a dead language. Translation was seen as a tool to faithfully reproduce the original text, respecting precise grammatical and morphosyntactic rules. Students were asked to memorize the grammar rules and then apply them in their translations, the acquisition of speaking skills was completely ignored.

The characteristics of this method are the scarce use of the second language (the teacher uses L1 during lessons and is not required to know how to communicate in L2), learning grammar and morphosyntactic rules, dictation and reading and translation exercises.

The language is learned by listening to explanations and memorizing information about the language itself. The result is the student's inability to understand and speak the foreign language, due to the lack of concrete communicative situations.

3.1.2 The direct method

The direct method developed in Great Britain, Switzerland and the United States at the end of the 19th century, as a reaction to the grammar-translation method. One of the most extreme direct methods is the one created by Maximilian Berlitz⁸⁵, founder of the Berlitz Schools⁸⁶.

With the direct method, the foreign language is taught in the same way the mother tongue is acquired. The foreign language is assimilated in the context in which

⁸⁵ A German linguist.

⁸⁶ A company founded in 1878 that adopts the Berlitz method, based on a direct approach, listening and conversation.

it is spoken or in class, through conversation with the teacher, who must be a native speaker and must use only material written in the foreign language. During lessons, teachers must not speak in their mother tongue, and grammar is taught inductively without rules being explained. Great emphasis is put on the oral aspect, as it is essentially a speech-centred teaching method.

3.1.3 The structural approach

The structural approach was created in the 1940s in the United States, and is the approach behind the audio-lingual method.

Learning occurs through exposure to an uninterrupted series of stimulus-response-reinforcement sequences, which create mental habits. Language is considered a set of rules that should be transformed into authentic communication after a language laboratory. The teacher represents the linguistic model to imitate, provides stimuli, manages the language laboratory and technologies. The learners are passive, since their task is to develop a series of correct answers in response to precise stimuli. The aim is to develop a linguistic communication by stimulating the production of automatic linguistic responses based on fixed models.

3.1.4 The oral approach

The oral approach developed in the 1960s. In this case, the aim of teaching a foreign language is not only the achievement of simple linguistic competence (the set of a language's rules) but also of communicative competence. A good communicative competence includes linguistic competence, i.e. all aspects closely related to the language (phonetics, morphosyntax, vocabulary, etc.); sociolinguistic competence,

which deals with geographical and temporal varieties, registers and styles; paralinguistic competence, which deals with prosodic elements (speed of speech, tone of voice, use of pauses, etc.); and extra-linguistic competence, which includes kinesics⁸⁷, proxemics⁸⁸ and sensory⁸⁹ competence.

The aim is to produce effects through language. Moreover, a foreign language can only be used if one knows the culture of the foreign country in which it is spoken, since language and culture are closely linked.

3.1.5 The affective humanistic approach

The affective humanistic approach includes a number of methods that started to develop mainly in the United States in the mid-1960s, as a reaction to the excessive impersonality of language teaching. Some of these methods are the Total Physical Response⁹⁰, the Suggestopedia⁹¹, the Natural Approach⁹², and the Silent Way⁹³, but all them have some characteristics in common:

⁸⁷ The study of body motion communication.

⁸⁸ The branch of knowledge that deals with the amount of space that people feel it necessary to set between themselves and others.

⁸⁹ Relating to sensation or the physical senses.

⁹⁰ Language teaching method based on the coordination of language and physical movement.

⁹¹ A teaching method that uses the techniques of clinical psychology to create an atmosphere which is relaxing and full of pleasant stimuli.

⁹² A method of language teaching that aims to promote the natural acquisition of language in the classroom, giving little importance to grammar.

⁹³ Language teaching method that makes large use of silence.

- Interest in all aspects of human personality, not only the cognitive ones, but also the affective and physical ones.

- Absence of anxiety-generating processes that usually hinder any form of learning.

- Centrality of the learners' self-realization and the search for a full implementation of their potential.

Teachers guide their students and are ready to give psychological support. They encourage learning through motivation and try to create a relaxing environment. Instead, the learners become the protagonist of their learning path.

3.2 NLP and foreign language teaching

Modern didactics is characterized by the importance of the teacher-student relationship. NLP has led to a re-evaluation of the learner's role and teacher's evaluation techniques. Teaching thus becomes modular: the teacher is obliged to update, innovate, be willing and create teaching strategies aimed at improving the learners' performances. The teaching approach is characterized by the importance of the students' needs and is no longer frontal (i.e. focused on the transmission of impersonal contents to a homogeneous group of students, considered to be identical). Emphasis is once again put on listening, reading and writing, and approaches to improve these skills are put in place to help students.

3.2.1 Different listening, reading and writing approaches

As regards the listening approach, language teaching has deeply changed. Today we use a language that is characterized not only by grammar and syntax, but also by linguistic repertoires⁹⁴, micro-languages⁹⁵ and cultural aspects. Listening exercises are no longer passive, but focus mainly on interpretation – understanding, analysing and reworking the stimulus. They are based on contextualization and selectivity, so the learner must comprehend what the purpose of the conversation is and what words are useful to understand it.

On the other hand, writing and reading are considered two activities aimed at processing and reformulating the symbols related to phonemes used in oral production. Reading exercises are divided into three different levels: linguistic, psychological and cognitive. Students may have difficulty in understanding a text due to their inability to contextualize it or to assimilate its structure, because of personal limitations or lack of vocabulary. Therefore, the approach to reading should eliminate the difficulties, by structuring a map of the contents of the text (chapters, paragraphs, etc.), identifying the keywords and selecting the most important contents. The aim of this reorganization is to improve learners' oral and written skills.

⁹⁴ The set of language varieties used in the speaking and writing practices of a speech community.

⁹⁵ Language systems in the abstract, without regard to the meaning or notional content of linguistic expressions.

3.3 NLP and Community Language Learning

Community Language Learning, or CLL, is a method developed at the end of the 1970s by the American psychologist Charles A. Curran. It is very useful to involve students in teaching activities and it focuses on creating a safe environment within the classroom to encourage them to learn.

The teacher helps, advises and tries to identify the learners' cognitive attitude. The optimal relationship between teacher and learner is similar to that established between therapist and client: the teacher provides students struggling with difficulties in learning a second language with certainties, by focusing on humanistic-affective aspects, emotions and feelings, as well as linguistic awareness and behaviour skills.

Through Community Language Learning, the teacher has the opportunity to deal with very different topics without ever making things difficult for students who all have different attitudes and cognitive skills. The teacher who uses CLL is therefore able to adapt lessons to the individual needs of learners and enhance their natural abilities.

This approach is useful for foreign language teaching, even though it implies that students need to have a certain maturity and learning ability. Moreover, it focuses a lot on feelings and this is not always positive, because students should be mentally stable and aware of their limitations.

3.3.1 Application of CLL in class

First of all, the teacher identifies a stimulating metaphor and then a series of terms related to the topic, representing the different types of learning. The aim is to

create a comfortable environment in the classroom. Then, the teacher transcribes the topic of the metaphor and the terms identified on the blackboard and starts the warm-up phase; this phase is important for the students to approach the new teaching strategy with serenity, sharing their thoughts with the rest of the class. The teacher explains the metaphor, using positive language and therefore capturing the students' attention.

This is followed by the pre-speaking activities phase: students identify the terms that most represent the concept. This allows the teacher to immediately identify their sensory channels and to model his/her teaching strategy. So, the teacher asks them to express, in their mother tongue, a concept related to the metaphor using the words previously chosen and then to translate them. The sentences (or chunks) are finally recorded and transcribed in order to give the students the opportunity to analyse their pronunciation or the errors they made. Subsequently, the teacher can propose different options:

- Translation: students transcribe the sentences and then translate them into their mother tongue.

- Vocabulary: students work on their knowledge of terms in their mother tongue, transcribing the sentences and replacing the terms, where possible, with the appropriate synonyms.

- Narration: students use as many sentences as possible to produce a conversation in a foreign language in order to test their ability to create complex concepts.

- Discussion: students use some of the sentences to defend a thesis or antithesis in a foreign language. The aim is to stimulate them to elaborate their ideas not in their mother tongue, which implies the need to react to an external stimulus.

- Dramatization: students choose one sentence and use it as a starting point for a story; in turn, each student continues the story. This exercise allows them to develop concepts of a certain complexity. Thanks to CLL, students perceive the teacher as a collaborator, able to help them in the formulation of sentences in a foreign language, to support them in their process of growth and improvement and to encourage them to accept their errors, which is considered an opportunity and not a fault.

3.4 NLP and Tasked based language learning

Task based language learning is a language teaching method based on the use of authentic language. It focuses on the idea that language learning is easier when students are involved in authentic interactions (i.e. aimed at achieving an extra-linguistic⁹⁶ goal); the teacher then helps the learners to identify the tools needed to carry out the communicative task. The task is useful to put students in contact with the language, so it must be accompanied by a preparatory and reflection phase.

First of all, the teacher prepares the students, giving them instructions for the task and carrying out activities to revise some vocabulary. Then the learners, in pairs or in small groups, carry out the assigned task: they can do that orally or with the help of writing and it can involve different types of activities, such as comparing, classifying, organising, expressing opinions, etc.; the teacher observes the work and

⁹⁶ Not involving or beyond the bounds of language.

helps if necessary. At the end of the task, each group reports the outcome of their work; the teacher comments along with the class on the outcomes.

The next phase is focused on language. At first the teacher guides the learners through the analysis of what they have produced, drawing attention to the grammar and vocabulary. Then, he/she proposes practice activities so that the students work on the structures and words they used. They consist of traditional exercises such as completions, transformations, guided productions, etc.; the teacher can provide metalinguistic⁹⁷ information or supervise their activities and use of grammar books.

By assigning students tasks, the teacher offers them the opportunity to use the language naturally to communicate. Furthermore, the emphasis will not be on using certain grammatical structures, but on allowing the students to convey a message by putting into practice their individual linguistic skills.

⁹⁷ Pertinent to the analysis of linguistic structures.

CONCLUSION

The research carried out on Neuro-Linguistic Programming and its application in the educational field has been a source of great inspiration. It gave me the opportunity to reflect on the importance of a teaching strategy aimed at listening to students' needs. Students should no longer learn passively: frontal lessons not only risk mortifying learners and jeopardizing their communicative skills but can also produce a stressful or boring atmosphere, which does not help the learning process.

Learners are not machines programmed to learn, but thinking human beings who have feelings, and as such must be treated. Any teaching strategy aimed at creating impersonal automatisms is completely useless. Instead, teachers should elect strategies that encourage the learners' freedom of expression, that help them overcome their difficulties, and that transform any mistakes they make from being an embarrassment into an opportunity for improvement. The best teaching strategies, therefore, are those that promote the centrality of the learners, who, deprived of any form of stress and finding themselves in a serene situation, are more inclined to successful learning.

Sección Española

INTRODUCCIÓN

De todas las profesiones en las que la dimensión personal y profesional están estrechamente relacionadas, la enseñanza es la que más se destaca. Creo que el éxito positivo de una estrategia didáctica depende, en particular, de la relación entre el docente y sus alumnos. Cuanto más cómodos se sientan los alumnos, mayor será su capacidad para aprender con éxito.

A lo largo de la historia, la didáctica de las lenguas extranjeras se ha caracterizado por una sucesión de diferentes enfoques y métodos, pero es con el enfoque humanístico-afectivo que, por primera vez, la relación entre docente y estudiante adquiere importancia: la simple transmisión de contenidos y la aplicación impersonal de métodos pedagógicos han demostrado ser improductivos. En mi opinión, la elección de las estrategias didácticas más adecuadas debería basarse en el componente personal. El objetivo es crear empatía con los alumnos, involucrarlos en las actividades didácticas, enseñarles a lidiar con sus emociones y a utilizar una comunicación eficaz.

Los protagonistas de mi investigación han sido la didáctica de las lenguas extranjeras y la Programación Neurolingüística, que se centra en el comportamiento de los individuos y en la comunicación exitosa y ofrece posibilidades reales de cambio y mejora. Es una técnica que tiene como objetivo el crecimiento personal y el desarrollo de las características positivas de cada individuo, y por eso creo que puede aportar mucho a la didáctica de las lenguas extranjeras.

1. LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

La Programación Neurolingüística (PNL), creada en los años setenta por Richard Bandler y John Grinder en la Universidad de California⁹⁸ (Santa Cruz), es un método de comunicación, considerado como un enfoque para el aprendizaje, el desarrollo personal y la psicoterapia.

Bandler y Grinder piensan que existe una conexión entre los procesos neurológicos ("neuro"), el lenguaje ("lingüística") y los patrones de comportamiento aprendidos con la experiencia ("programación"). Según ellos, estos patrones pueden organizarse para lograr objetivos específicos; de hecho, la PNL nace como una técnica de excelencia cuyo objetivo no es sólo el análisis de las carencias del individuo, sino la creación de estrategias útiles para superar esas carencias y aumentar su potencial.

A lo largo de los años, Bandler y Grinder mejoraron los modelos de comunicación y desarrollaron otros nuevos; esa técnica podría aplicarse no sólo a la psicoterapia, sino también a la comunicación eficaz, la gestión de los recursos humanos, el aprendizaje rápido, las ventas y los negocios, el liderazgo, la familia y, por supuesto, la educación.

1.1 Definición y denominación

La definición de PNL del Oxford English Dictionary, traducida personalmente en español, la describe como "un modelo de comunicación interpersonal centrado principalmente en la relación entre los patrones de actitud exitosos y las experiencias

⁹⁸ Sistema público de universidades en el estado federado de California (Estados Unidos de América).

subjetivas que los generan" y "una terapia alternativa destinada a educar a las personas sobre la conciencia de sí mismas, la comunicación eficaz y la variación de sus patrones de comportamiento mental y emocional⁹⁹".

El nombre Programación Neurolingüística resume tres componentes:

- Programación, es decir la capacidad de intervenir sobre una serie de comportamientos basados en experiencias individuales que funcionan de forma inconsciente y automática;
- Neuro, es decir los procesos neurológicos del comportamiento humano, basados en cómo el sistema nervioso recibe los estímulos de los órganos sensoriales y los reelabora como percepciones y representaciones;
- Lingüística, es decir el sistema mediante el cual los procesos mentales humanos se codifican, organizan y transforman a través del lenguaje.

1.2 Conceptos fundamentales

Uno de los objetivos de la PNL es desarrollar hábitos exitosos, aumentando los comportamientos "facilitadores" o eficaces y disminuyendo los comportamientos "limitadores" o no deseados. Cada vez que un individuo vive una situación, produce un comportamiento; el presupuesto de la PNL es *duplicar* los comportamientos que han dado resultados excelentes y enseñar tales comportamientos a otros individuos, teniendo en cuenta las diferentes características y necesidades de cada uno.

⁹⁹ James Murray, *Oxford English Dictionary*, Oxford University Press, Oxford, 1884.

Esto da lugar a diferentes estrategias, que se basan en la conciencia de que cada individuo asimila las experiencias de manera diferente, se adapta o no a las situaciones, racionaliza o *emocionaliza* las circunstancias. Por esta razón, cada individuo genera su propio *mapa del mundo*, que es una percepción personal del mundo. Si los resultados no son satisfactorios, es necesario modificar el propio mapa, confiando en las propias capacidades. La percepción del mundo y entonces la respuesta al mismo, pueden modificarse aplicando técnicas de cambio adecuadas.

Según Robert Dilts, la PNL es "el estudio de la estructura de la experiencia subjetiva¹⁰⁰". El objetivo es comprender cómo algunas personas alcanzan determinados resultados, mediante el análisis, el aprendizaje y el modelado. El análisis tiene por objeto definir un modelo de comportamiento, que luego deberá ser replicado por el sujeto mediante la adquisición de modelos considerados eficaces, además de los modelos que ya posee, obtenidos de experiencias pasadas y positivas.

1.2.1 Modelado

El modelado es la práctica de reproducir patrones de comportamiento y puede ser intuitivo o analítico. El modelado intuitivo consiste en la imitación inconsciente de los patrones de comportamiento de un modelo, como un hijo que imita inconscientemente a su madre. El modelado analítico, en cambio, implica recoger información sobre la estrategia aplicada por la persona para obtener un determinado resultado. Por ejemplo, escuchando la experiencia del individuo, se extrapolan y replican los mecanismos clave de la habilidad deseada.

¹⁰⁰ Robert Dilts, *The Study of the Structure of Subjective Experience*, Meta Publications, Capitola, CA, 1980.

Bandler y Grinder afirman que el ser humano ya dispone de todos los recursos necesarios para lograr un resultado satisfactorio, aunque sea desconocido e inexplorado. Por lo tanto, el papel del *programador* (el experto en PNL) sería ayudar a la persona a explorar su mapa del mundo.

1.2.2 La percepción de los estímulos

El ser humano recibe información externa a través de los cinco sentidos. Según Bandler y Grinder, cada individuo utiliza un canal específico de comunicación e interacción con el mundo exterior, ya que cada uno se relaciona con una parte limitada de la realidad.

Uno de los objetivos de la PNL es ampliar el campo perceptivo y las capacidades cognitivas del sujeto en cuestión. El proceso de recepción puede tener lugar a través del canal visual (imágenes), el canal auditivo (palabras/sonido) o el canal kinestésico (sensibilidad muscular). Por lo tanto, la tarea de la PNL es comprender cuál es, para cada individuo, el sistema de aprendizaje preferido, utilizando el *rappport*, es decir, la creación de un clima de confianza y tranquilidad con el sujeto para comunicar eficazmente. De hecho, es necesario crear empatía para elaborar la estrategia necesaria.

Según algunos estudios, el 45% de los individuos prefieren el canal visual para aprender. Por ello, la PNL da especial importancia a la posibilidad de combinar un determinado estímulo visual con una información para facilitar el proceso de aprendizaje.

El canal auditivo, por otro lado, se refiere principalmente al lenguaje. Suponiendo que la forma en que nombramos las cosas equivale a cuánto somos

capaces de dominarlas, la PNL da gran importancia al proceso de denominación, es decir, a la capacidad de identificar cosas y eventos.

Por último, el canal kinestésico se ocupa principalmente de la postura del cuerpo, el comportamiento y las actitudes del sujeto y la capacidad de éste para manejar su propia calidad física. Por lo tanto, la PNL se ocupa de identificar las técnicas para influir en las emociones del sujeto a través de los movimientos físicos.

La comprensión del canal de percepción preferente de un individuo es útil para la construcción de un mapa personal, es decir, el conjunto de las estrategias utilizadas para hacer frente a determinadas situaciones, útiles no sólo para aprender a gestionar el presente y el futuro, sino también para comprender los errores cometidos en el pasado.

1.2.3 La percepción del tiempo

La PNL es una estrategia que interviene en la percepción que el sujeto tiene de su entorno temporal, espacial, emocional, etc., con el fin de reproducir las condiciones que le han llevado a estados de óptimo rendimiento, evitando que esté demasiado condicionado por experiencias pasadas negativas. La PNL también pretende eliminar los conflictos derivados de situaciones no resueltas en el pasado.

La percepción de la sucesión de acontecimientos, o línea de tiempo, varía según la persona. Las personas que visualizan el tiempo como una línea recta delante de ellos planifican sistemáticamente su futuro pero solitamente no disfrutan del presente. Mientras que las personas que visualizan el pasado detrás de ellos, el presente delante de ellos, y el futuro en algún lugar más allá del presente, generalmente tienen dificultades para organizar su percepción del tiempo pasado y futuro.

1.3 Eficacia y aplicaciones

Según Bandler y Grinder, la PNL podía encontrar soluciones a problemas como fobias, trastornos psicosomáticos, depresión y hábitos obsesivos. Ellos creían que combinando las técnicas de PNL con la hipnosis, una persona no sólo podía curarse de un problema, sino también olvidar que lo había tenido. Los autores afirmaron también que una sola sesión de terapia podía eliminar la miopía o curar un resfriado.

Estos presuntos efectos no han sido ilustrados en sus obras más recientes, en las que los autores se centran principalmente en el aspecto psicológico. De hecho, la PNL ha sido promovida como una "ciencia de excelencia", es decir el estudio de cómo las personas exitosas en diferentes campos logran sus resultados. Los dos fundadores sostienen que estas habilidades pueden ser aprendidas por cualquiera para mejorar su eficacia personal y profesional.

Hoy en día, la Programación Neurolingüística se aplica a diferentes campos de la comunicación humana e influye en áreas como el aprendizaje, la educación, las ventas, los negocios, la comunicación efectiva, el liderazgo, etc. Desde el decenio de 1980, la PNL se ha incluido en los cursos de oratoria para empresarios.

1.3.1 Falta de reconocimiento científico

Las dudas sobre la validez de las teorías presentadas y el hecho que Bandler y Grinder no aportaron ninguna prueba empírica hizo que la PNL no obtuviera el consenso y el apoyo de la comunidad científica¹⁰¹.

¹⁰¹ El conjunto de científicos, técnicos y teóricos, y sus relaciones e interacciones, que participan en el proceso de investigación científica en diversos campos de la ciencia.

Hoy en día, la Programación Neurolingüística no se considera parte de la corriente de la psicología moderna, y sólo tiene una influencia limitada en algunas técnicas de psicoterapia. De hecho, se considera oficialmente una pseudociencia¹⁰², a la par, por ejemplo, de la astrología¹⁰³, la oniromancia¹⁰⁴ o la homeopatía¹⁰⁵.

1.4 Historia

Richard Bandler y John Grinder fundaron la PNL en los años 70, un período durante el cual la importancia del potencial humano creció rápidamente en California. Ellos se inspiraron en algunos terapeutas, como Milton Erickson, padre de la hipnosis ericksoniana¹⁰⁶, Fritz Perls, creador de la terapia Gestalt¹⁰⁷, y Virginia Satir, terapeuta familiar.

¹⁰² Cualquier teoría, metodología o práctica que quiere parecer científica pero que no muestra los criterios típicos de la ciencia o no se adhiere al método científico.

¹⁰³ Estudio de la posición y del movimiento de los astros, a través de cuya interpretación se pretende conocer el destino de las personas y pronosticar los sucesos terrestres.

¹⁰⁴ Procedimiento adivinatorio que consiste en predecir el futuro por medio de la interpretación de los sueños.

¹⁰⁵ Método curativo de algunas enfermedades que se fundamenta en la aplicación de pequeñas cantidades de sustancias que, si se aplicaran en grandes proporciones a un individuo sano, producirían los mismos síntomas que se pretenden combatir.

¹⁰⁶ Un tipo específico de hipnosis que se basa en un enfoque naturalista y positivo y se caracteriza por el uso de la sugestión indirecta, la metáfora y la narración.

¹⁰⁷ Una forma de psicoterapia humanística-existencial que enfatiza la responsabilidad personal y se centra en la experiencia del individuo en el presente, la relación entre el terapeuta y el cliente y los contextos ambientales y sociales de la vida de la persona.

Los creadores de la PNL escribieron dos obras fundamentales: *The Structure of Magic*¹⁰⁸ y *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson*¹⁰⁹. En estos textos explican cómo se puede analizar y luego reproducir el comportamiento de los individuos que alcanzan éxitos.

En los años 80, después de la publicación de *Neuro-Linguistic Programming Volume I*¹¹⁰ con Robert Dilts y Judith DeLozier, Grinder y Bandler se retiraron. El problema de la propiedad intelectual de las teorías causó numerosos conflictos y demandas. John Grinder y Judith DeLozier colaboraron en el desarrollo de una nueva forma de Programación Neurolingüística, llamada Nuevo Código de la PNL¹¹¹, con el objetivo de mejorar algunos aspectos de la teoría y permitir que un mayor número de personas lo utilizaran. Richard Bandler publicó *Using your brain: For a Change*¹¹² en 1985, incluyendo nuevos procesos, sub-modalidad e hipnosis ericksoniana.

Debido a la fragmentación de las diferentes teorías, en los años 90 la PNL comenzó a ser promovida como la solución milagrosa a una amplia gama de problemas. Algunos aprendices, interesados en explotar la moda *New Age*¹¹³,

¹⁰⁸ Richard Bandler, John Grinder, *The Structure of Magic*, Science and Behavior Books, Palo Alto, CA, 1975.

¹⁰⁹ Richard Bandler, John Grinder, *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson*, Meta Publications, Capitola, CA, 1975.

¹¹⁰ Robert Dilts, John Grinder, Richard Bandler, Judith DeLozier, *Neuro-Linguistic Programming*, Meta Publications, Capitola, CA, 1980

¹¹¹ El conjunto de modelos de excelencia desarrollados desde los años 80.

¹¹² Richard Bandler, *Using your brain: For a Change*, Real People Press, Lafayette, CA, 1985.

¹¹³ Un vasto movimiento subcultural que incluye numerosas corrientes alternativas psicológicas, sociales y espirituales que surgieron a finales del siglo XX en el mundo occidental.

desarrollaron teorías de baja calidad. En 2001, Bandler y Grinder se reconciliaron resolviendo todas las disputas legales y acordaron ser identificados como los cofundadores de la Programación Neurolingüística.

Inicialmente, la formación en PNL consistía en un único programa de certificación de veinte días. Un nuevo interés en la disciplina llevó al desarrollo de nuevos entrenamientos y cursos. Algunos gobiernos comenzaron también a certificar los cursos de PNL, como Inglaterra o Australia, donde el *Australian Qualifications Framework*¹¹⁴ (AQF) aprueba los certificados de PNL.

¹¹⁴ Organismo que especifica las normas para las calificaciones educativas en Australia.

2. LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA Y LA DIDÁCTICA

La Programación Neurolingüística es una teoría extremadamente productiva y fascinante, pero su aplicación en el campo de la enseñanza es aparentemente difícil a causa de los modelos didácticos a los que estamos acostumbrados.

El docente es erróneamente concebido como un transmisor de contenidos y esto no favorece un diálogo sereno entre las partes. Según la PNL, en cambio, el docente es un facilitador de procesos, que guía a sus alumnos hacia el aprendizaje.

2.1 Relación entre el docente y el estudiante y la empatía en clase

Según la PNL, el docente tiene que estudiar el comportamiento de sus alumnos para comprender sus actitudes cognitivas y delinear una estrategia didáctica que se adapte a cada uno de ellos. Por lo tanto, se habla de centralidad del aprendiz.

El docente y el alumno establecen una relación comunicativa: el docente tiene que utilizar las estrategias didácticas más adecuadas; si el alumno tiene problemas de comprensión, el docente tiene que buscar una estrategia alternativa para asegurarse de que active todos los canales de percepción de la información.

Es claro que no todas las estrategias tienen los mismos resultados para cada alumno y eso porque algunos alumnos rinden más que otros. El educador tiene que involucrar a todos los alumnos: su objetivo es el grupo y no el individuo. A menudo los fracasos escolares están relacionados con la falta de congruencia entre el sistema

perceptual del docente y el del estudiante. El riesgo es que el docente haga lecciones altamente personalizadas y pierda de vista a la totalidad del grupo clase.

La empatía es "la capacidad de identificarse con alguien y compartir sus sentimientos"¹¹⁵, por lo tanto, el docente debe ser capaz de intuir las emociones del alumno, también a través de las señales no verbales. Si el docente motiva y escucha las necesidades del alumno, éste reaccionará positivamente, comunicando espontáneamente y participando activamente en la vida escolar. Por lo tanto, es necesario dar prioridad al diálogo: sólo con un profesor autoritario y de mente abierta y con una participación emocional en clase, los alumnos pueden desarrollar habilidades e intereses y fijar las nociones aprendidas en su mente.

Entre docente y alumno debería existir una relación de confianza y estima a fin de crear un diálogo directo y personal. El estudiante debe contar con el hecho de que hay una persona en la que puede confiar, dispuesta a animarlo. En la vida escolar cotidiana, se exige a los docentes que tengan habilidades de comunicación que son indispensables para una buena interacción. Para ello, el docente debe ser empático con sus alumnos y utilizar la técnica de escucha activa.

2.1.1 La teoría de las *inteligencias múltiples* de Gardner

Howard Gardner, psicólogo y profesor estadounidense, propuso un sistema de evaluación de las inteligencias en 1983. Suponiendo que cada individuo desarrolla ciertas capacidades cognitivas, Gardner sostiene que existen ocho grandes tipos de

¹¹⁵ *Diccionario de la lengua española*, Real Academia Española (RAE), Madrid, 2014

inteligencia y que cada ser humano tiene una más desarrollada que determina cómo se acerca al mundo exterior.

Thomas Armstrong, en su libro *Multiple Intelligences in the Classroom*¹¹⁶, explica no sólo cómo la teoría de las inteligencias múltiples y la didáctica están estrechamente relacionados, sino también cómo esta teoría puede utilizarse como técnica eficiente para delinear las estrategias didácticas apropiadas para cada alumno.

Gardner explica cuáles son los ocho tipos de inteligencia en su libro *Frames of the Mind*¹¹⁷:

- La inteligencia lingüística (la capacidad de aprender y reproducir el lenguaje).
- La inteligencia lógico-matemática (la capacidad de utilizar métodos lógicos para resolver problemas).
- La inteligencia espacial (la capacidad de manipular el espacio).
- La inteligencia musical (la capacidad de reconocer y crear música).
- La inteligencia corporal-kinestésica (la habilidad de usar el cuerpo para resolver problemas coordinando los movimientos).
- La inteligencia interpersonal (la capacidad de entender intenciones y deseos de otras personas).
- La inteligencia intrapersonal (la capacidad de comprender los propios sentimientos)
- La inteligencia naturalista (la capacidad de identificar la flora y la fauna).

¹¹⁶ Thomas Armstrong, *Multiple Intelligences in the Classroom*, Assn for Supervision & Curriculum Development, Alexandria, VA, 1994.

¹¹⁷ Howard Gardner, *Frames of Mind, The Theory of Multiple Intelligences*, Basic Books, New York, 1983.

Los individuos tienen que aprender utilizando las inteligencias más desarrolladas. Un buen docente debe ofrecer estímulos diferentes para cada una de las inteligencias para no perjudicar a los estudiantes que tienen diferentes canales de aprendizaje.

2.2 Las técnicas de la PNL

La Programación Neurolingüística distingue para cada individuo tres canales de aprendizaje preferenciales: visual, auditivo y kinestésico. Para cada uno de ellos, la PNL ha identificado técnicas específicas para ayudar al individuo a identificar sus capacidades y, por lo tanto, a aprovechar de ellas. Entre las técnicas más utilizadas están las posiciones perceptivas y el *eneagrama* de la personalidad.

2.2.1 Las posiciones perceptivas

Durante la observación de la realidad, los individuos ven sólo una parte limitada de la escena global debido a los filtros psicológicos y culturales que crean automáticamente. Para comprender enteramente una situación, hay que tomar diferentes perspectivas; por esta razón, la PNL propone la técnica de las posiciones perceptivas, que ayuda al alumno a comprender y aceptar diferentes puntos de vista.

La Programación Neurolingüística identifica tres perspectivas: la perspectiva personal, la de los demás y la del observador que ve la escena desde el exterior.

En la primera posición perceptiva o perspectiva personal, el alumno ve con sus propios ojos y escucha con sus propios oídos, viviendo la situación en primera persona.

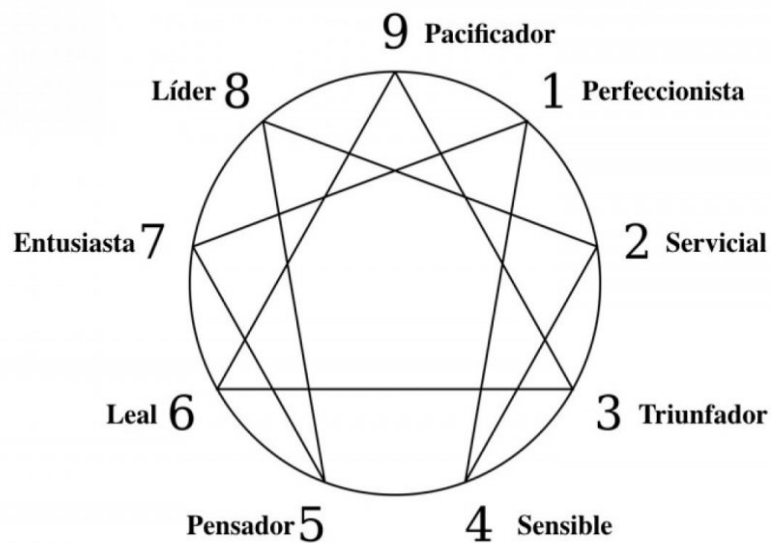
En la segunda posición perceptiva o perspectiva de los demás, en cambio, el alumno intenta asumir el punto de vista del interlocutor viviendo la situación como si fuera el otro, para entender lo que la otra persona siente y piensa apoyando la tesis opuesta.

Finalmente, en la tercera posición perceptiva o perspectiva del observador, el alumno intenta observar a las dos personas desde el exterior, como en una película, con el objetivo de ampliar su perspectiva. Este experimento ayudará al estudiante a adoptar otros puntos de vista y comprender mejor a los demás.

2.2.2 El *eneagrama* de la personalidad

El éxito de la didáctica es directamente proporcional al esfuerzo del docente por comprender las calidades y debilidades de sus alumnos. De esta manera, el docente puede dar forma a su enseñanza de modo que satisfaga el mayor número de canales perceptivos y modos de conocimiento.

El comportamiento de los estudiantes suele corresponder a patrones predefinidos; a través del *eneagrama* el docente puede comprender estos mecanismos y elegir las estrategias de enseñanza más apropiadas.



Los nueve puntos, o tipos, del *eneagrama* representan nueve enfoques a la vida y a los problemas. El análisis de estos tipos permite al docente de controlar el estado de la clase, conocer las situaciones que estresan a los alumnos o que mejoran su rendimiento e identificar caminos alternativos.

- El tipo uno, el Perfeccionista, intenta no equivocarse nunca proporcionando prestaciones de alto nivel. El docente debe mostrarle que los errores no deben ser experimentados como mortificación.
- El tipo dos, el Servicial, está atento al juicio de los demás y crea estrategias para ser apreciado. El docente debe ayudarlo a realizar acciones que lo satisfacen.
- El tipo tres, el Triunfador, quiere parecer perfecto; es un excelente planificador y gestor de recursos. El docente debe llevarlo a una mayor pasividad.

- El tipo cuatro, el Sensible, busca la continua aprobación de los demás a través de la compasión. Siendo propenso al aislamiento, el docente debe estimularlo a trabajar en grupo, mostrando sus emociones sin necesidad de exasperarlas.
- El tipo cinco, el Pensador, se refugia en un aislamiento sereno para satisfacer su necesidad de conocimiento. El docente debe llevarlo a la integración, mostrándole que el conocimiento no es un recurso si él no está involucrado en sus contenidos.
- El tipo seis, el Leal, tiene miedo de la autoridad; cree que su fracaso merece un castigo. El docente debe mostrarle que su miedo de errar es infundado y que cualquier fracaso no es necesariamente digno de castigo.
- El tipo siete, el Entusiasta, se dedica al placer para sentirse satisfecho. Tiene una actitud hiperactiva y se entusiasma fácilmente. El docente debe imponerle trabajos con una planificación a largo plazo para disminuir su velocidad mental.
- El tipo ocho, el Líder, toma el mando de los grupos; es instintivo y rabioso y, por lo tanto, susceptible. El docente debe colocarlo en grupos heterogéneos donde el mando no le sea confiado.
- El tipo nueve, el Pacificador, trata de resolver el conflicto en armonía. Es un gran oyente, capaz de identificarse con los problemas de los demás. El docente debe mostrarle que a veces el conflicto conduce a resultados positivos.

2.3 Los sistemas representacionales

Los sistemas representacionales son mecanismos neurológicos, o modalidades sensoriales, con los que los cinco sentidos reciben información de la realidad y la procesan. Ellos influyen en el lenguaje verbal (lo que se dice), paraverbal (el tono, el volumen, el ritmo, etc.) y no verbal (los gestos y la postura). La PNL distingue tres categorías de sistemas representacionales:

- visual (V) relacionado con las imágenes;
- auditivo (A) relacionado con los sonidos;
- kinestésico (K) relacionado con las sensaciones táctiles del cuerpo;

Cada persona tiene un sistema representacional primario con el que procesa la mayor parte de la información procedente de la realidad. Por eso, el docente debe considerar el sistema representacional favorito de sus alumnos, prestando atención al vocabulario específico utilizado y a la dimensión no verbal. El objetivo es crear *rapport*, un estado de sintonía en la relación, y elegir las técnicas de PNL más apropiadas para la didáctica, para que el estudiante pueda asistir a clases de la mejor manera posible.

Frente a una clase de estudiantes visuales, el docente tiene que usar imágenes para reforzar los conceptos clave. En una clase de alumnos auditivos, es deseable utilizar un lenguaje correcto para explicar las nociones, centrándose en las palabras clave. En una clase de kinestésicos, es importante dar espacio a la experiencia directa con el material didáctico, limitando las explicaciones aburridas. Finalmente, en el caso de una clase mixta, el docente debe saber alternar sabiamente los tres canales, para dar la posibilidad a cada alumno de expresarse libremente durante la actividad didáctica.

2.4 El reflejo

El ser humano tiende naturalmente a conformarse con el comportamiento de la otra persona y el proceso mediante el cual establece un estado de *rappport* con ésta es el reflejo, una técnica que consiste en cambiar la forma de comportarse y hablar, imitando al interlocutor. En otras palabras, significa entrar en su *mapa del mundo* y observar desde su punto de vista. El reflejo se divide en reflejo verbal, que se produce mediante el análisis de las palabras más utilizadas por el interlocutor, y reflejo no verbal, que se produce mediante la reproducción de la postura, los gestos, los tonos y los volúmenes utilizados por el interlocutor.

Esta técnica es ampliamente utilizada en la didáctica, porque sirve al docente para acercarse al *mapa del mundo* de sus alumnos. El docente puede reflejar las mismas palabras del alumno: las expresiones lingüísticas constituyen la estructura superficial de la comunicación; el hablante les da un significado específico, compuesto por sentimientos, recuerdos, emociones y creencias. Si el docente utiliza palabras o expresiones diferentes a las del alumno, éste puede sentir que el docente es incapaz de comprenderlo. El reflejo es un método que permite al docente de empatizar con el alumno, creando armonía y empatía.

Es casi siempre el líder, en este caso el docente, quien refleja al interlocutor para crear la interacción adecuada. Para hacerlo hay algunas técnicas que deben ponerse en práctica: el docente, por ejemplo, debe demostrar que está de acuerdo con el alumno, hablar a una velocidad que pueda seguir e intentar adaptar su respiración con la del alumno.

2.5 El Metamodelo

Generalmente, las personas simplifican la realidad, borrando, distorsionando o generalizando su experiencia para comunicarla a otros. Como resultado de este proceso de "filtrado", el interlocutor sólo puede percibir la estructura superficial de la representación de esa experiencia. El Metamodelo es un modelo de lenguaje usado como instrumento para entender lo que la persona quiere decir con una reformulación del lenguaje y recuperar la estructura profunda de su experiencia.

La representación de la experiencia se constituye por una estructura profunda y otra superficial. La estructura profunda representa todo lo que una persona quiere realmente expresar, mientras que la estructura superficial representa lo que la persona realmente dice. Mediante el Metamodelo, la PNL trata de encontrar una solución a estos procesos de comunicación automáticos que implican el filtrado de información.

En la didáctica, esta técnica ayuda a los estudiantes a recuperar parte de la información que han borrado, distorsionado o generalizado, a ser más precisos o a buscar otras posibles soluciones, en lugar de concentrarse en algo específico. El objetivo del Metamodelo es aumentar la flexibilidad y la variabilidad de las respuestas de los estudiantes, para recuperar la información que falta e inducir a la especificación.

2.6 El anclaje

Nuestro estado emocional influye enormemente en nuestro comportamiento y en la forma de filtrar la información. Por ejemplo, si estamos en un estado emocional positivo, nuestro comportamiento será eficiente y nos llevará a una comunicación exitosa.

El anclaje es un proceso de asociación de un estímulo físico a una respuesta interna para lograr un cambio de humor. Esta técnica consiste en producir un estímulo físico en respuesta a un estado emocional que caracteriza una experiencia pasada. Como resultado, ese estado de ánimo se ancla y se trae al presente.

En la didáctica, el anclaje da al estudiante la posibilidad de reproducir el estado de ánimo que necesita en una determinada situación y cambiar cualquier sensación no deseada. Para crear un anclaje es necesario que el docente ayude al alumno a identificar el estado emocional que desea: si por ejemplo quiere reproducir un estado de motivación, el alumno tiene que pensar en las experiencias pasadas en las que se sintió muy motivado y hacer que ese sentimiento influya en el estado emocional actual asociándolo a un desencadenante, como un gesto particular con la mano. El proceso se repite hasta que el estado deseado esté condicionado por el ancla.

El docente en la clase crea anclas en diversas maneras: a través de la explicación de una lección, ancla los alumnos a sus palabras, tono de voz, postura corporal y expresiones faciales que se convierten en medios para captar su atención. Para superar una situación difícil que desencadena un estado mental negativo, como un examen oral, el alumno debe centrarse en el estado de conciencia de sí mismo para hacer frente a la situación. O si el alumno se siente mortificado cada vez que comete un error, el docente puede eliminar esta ancla y establecer una nueva, a través de un gesto o una palabra de elogio, que le recuerde al alumno un sentimiento positivo.

3. LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA Y LA DIDÁCTICA DE LA MEDIACIÓN LINGÜÍSTICA

En los últimos treinta años, la personalización de la enseñanza se ha vuelto cada vez más importante, gracias al desarrollo de una nueva perspectiva sobre la conexión entre los procesos internos de cada individuo y los eventos externos. La enseñanza frontal¹¹⁸, la presentación de contenidos nocionales y el uso de un enfoque indiferenciado para cada miembro de la clase son ahora perspectivas obsoletas, especialmente con relación a la didáctica de las lenguas extranjeras. Aunque en el pasado el único objetivo del estudiante era aprender las nociones gramaticales para aplicarlas en la traducción, hoy en día la didáctica moderna quiere enseñar una lengua viva, incentivando la comunicación y considerando el error como una oportunidad para crecer.

3.1 Enfoques y métodos en la enseñanza de idiomas

Para comprender mejor el origen de la Programación Neurolingüística y la eficacia de su aplicación a la enseñanza de las lenguas extranjeras, es necesario concentrarse en primer lugar en el análisis de los enfoques y métodos que se han ido sucediendo a lo largo de la historia y que, si bien tienen orígenes muy lejanos en el tiempo, influyen ampliamente en la didáctica moderna:

¹¹⁸ Método en el que el docente está delante de la clase, la lección se considera cómo transmisión de información y el aprendizaje como recepción pasiva de dicha información.

- El **método de gramática-traducción** se desarrolló en el siglo XVIII, cuando el latín se convirtió en una lengua muerta. La traducción se vi como un instrumento para reproducir fielmente el texto original, respetando reglas gramaticales y morfosintácticas precisas; se pide a los estudiantes que memoricen las reglas gramaticales y las apliquen en la traducción, ignorando completamente las actividades de conversación. Las características de este método son: el escaso uso de la lengua segunda (L2), el aprendizaje de las reglas gramaticales y morfosintácticas y la aplicación de ejercicios de dictado, lectura y traducción. El idioma se aprende explicando y memorizando información sobre el idioma mismo: el resultado es la incapacidad del estudiante de hablar la lengua extranjera, debido a la falta de situaciones comunicativas concretas.
- El **método directo** se desarrolló en Gran Bretaña, Suiza y Estados Unidos a finales del siglo XIX, como reacción al método de gramática-traducción; uno de los métodos directos más extremos es el creado por Maximilian Berlitz¹¹⁹, fundador de las Escuelas Berlitz¹²⁰. Según el método directo, la lengua extranjera debe ser aprendida como la lengua materna. La lengua extranjera se asimila: en el contexto en el que se habla o en clase, a través de la conversación con el docente, que debe ser un hablante nativo y utilizar sólo materiales auténticos; sin la ayuda de la lengua materna del alumno; sin preocuparse del aspecto gramatical, que debe descubrirse de

¹¹⁹ Lingüista alemán.

¹²⁰ Sociedad fundada en 1878 que adopta el método Berlitz, basado en un enfoque directo, la escucha y la conversación.

forma inductiva sin la explicación de reglas. La dimensión oral es el instrumento más importante para aprender un idioma.

- El **enfoque estructural** se desarrolló en los años 40 en los Estados Unidos. El método audio-lingual corresponde a este enfoque. El aprendizaje ocurre a través de la exposición a una serie ininterrumpida de secuencias de estímulo-respuesta-refuerzo, que crean hábitos mentales. El lenguaje se considera un conjunto de reglas que deben transformarse en una comunicación auténtica después de un laboratorio lingüístico. El docente representa el modelo lingüístico a imitar, proporciona los estímulos, dirige el laboratorio lingüístico y las tecnologías. El alumno es pasivo, ya que tiene la tarea de desarrollar una serie de respuestas correctas con respecto a estímulos precisos. El objetivo es desarrollar una comunicación lingüística estimulando la producción de respuestas automáticas basadas en modelos fijos.

- El **enfoque comunicativo** se desarrolló en los años sesenta y tiene como objetivo el logro de una competencia comunicativa; esa incluye: la competencia lingüística, es decir, todos los aspectos relacionados con la lengua (fonética, morfosintaxis, vocabulario, etc.); la competencia sociolingüística, que se ocupa de las variedades geográficas y temporales, los registros y los estilos; la competencia paralingüística, que se ocupa de los elementos prosódicos (velocidad de la elocución, tono de voz, uso de pausas, etc.); la competencia extralingüística, que incluye la kinésica¹²¹, la

¹²¹ Ciencia que estudia el lenguaje corporal.

proxémica¹²² y la competencia sensorial¹²³. El objetivo es producir efectos a través del lenguaje. Además, una lengua extranjera sólo puede utilizarse si se conoce la cultura del país extranjero en el que se habla, ya que la lengua y la cultura están estrechamente vinculadas.

- El **enfoque humanístico afectivo** incluye una serie de métodos que se desarrollaron principalmente en los Estados Unidos desde mediados de los años sesenta, como reacción a la excesiva impersonalidad de la enseñanza de idiomas. Algunos de estos métodos son la Respuesta Física Total¹²⁴, la Sugestopedia¹²⁵, el enfoque natural¹²⁶ y el método silencioso¹²⁷; todos tienen algunas características en común, como el interés por los aspectos afectivos de la personalidad humana, la ausencia de procesos generadores de ansiedad, que dificultan cualquier forma de aprendizaje, la centralidad de la autorrealización de la persona y la búsqueda de la completa realización de su potencial. El docente guía y da apoyo psicológico a sus alumnos, fomenta el aprendizaje a través de la motivación y trata de crear un ambiente relajado.

¹²² Estudio de cómo se organiza el espacio en la comunicación lingüística.

¹²³ Relacionada con los sentidos desde un punto de vista psicológico.

¹²⁴ Método basado en la coordinación del lenguaje y el movimiento físico.

¹²⁵ Método que utiliza las técnicas de la psicología clínica para crear una atmósfera relajante.

¹²⁶ Método que promueve la adquisición natural del idioma en clase, dando poca importancia a la gramática.

¹²⁷ Método que hace un gran uso del silencio.

3.2 PNL y diferentes enfoques para la mediación lingüística

La didáctica moderna se caracteriza por la atención que el docente pone en la relación con sus alumnos. La PNL ha llevado a una reevaluación del papel del alumno y de las técnicas de evaluación del docente; la enseñanza se convierte en modular: el docente debe actualizarse, innovarse, ser disponible y crear estrategias orientadas a mejorar el rendimiento de sus alumnos. El enfoque de la enseñanza se caracteriza por la importancia de las necesidades de la clase y ya no es frontal (es decir, orientado a la transmisión de contenidos a un grupo homogéneo de alumnos, considerados como completamente idénticos).

Los enfoques de escucha, lectura y escritura han completamente cambiado para ayudar a los estudiantes. Hoy en día se utiliza un lenguaje caracterizado no sólo por la gramática y la sintaxis, sino también por los repertorios lingüísticos¹²⁸, las micro-lenguas¹²⁹ y los aspectos culturales. Los ejercicios de escucha ya no están caracterizados por un enfoque pasivo, sino que se centran principalmente en la interpretación (el alumno comprende, analiza y reelabora el estímulo); se basan en la contextualización y la selectividad, por eso el alumno tiene que comprender el objetivo de la conversación y las palabras útiles para entenderla.

Por otra parte, la escritura y la lectura se consideran dos actividades de elaboración y reelaboración de símbolos relacionados con los fonemas utilizados en la producción oral. Los ejercicios de lectura se caracterizan por tres niveles: lingüístico, psicológico y cognitivo; el estudiante puede tener dificultades para comprender un

¹²⁸ El conjunto de habilidades que una persona posee en relación con el uso de una o más lenguas.

¹²⁹ Lenguaje sectorial muy simplificado a nivel morfosintáctico y sin connotaciones estilísticas.

texto debido a la incapacidad de contextualizarlo o de asimilar su estructura, a causa de limitaciones personales o de un escaso dominio del vocabulario. Por lo tanto, el enfoque debería posiblemente eliminar las dificultades, estructurando un mapa de los contenidos del texto (capítulos, párrafos, etc.), identificando las palabras clave y seleccionando los contenidos más importantes. Esta reorganización es funcional para mejorar la comprensión y la producción oral y escrita.

3.3 PNL y Community Language Learning

El *Community Language Learning* (Aprendizaje del Lenguaje en Comunidad) es un método que nació a finales de los años setenta, gracias al psicólogo estadounidense Charles A. Curran. El *CLL* es muy útil para integrar a los estudiantes en las actividades didácticas y se centra en la creación de un entorno seguro en clase con el objetivo de animarlos a aprender.

El docente ayuda, aconseja e intenta identificar la actitud cognitiva de los alumnos. La relación óptima entre el docente y el alumno es similar a la que se establece entre el terapeuta y el paciente: el docente proporciona seguridad al alumno que tiene dificultades para aprender un segundo idioma y se centra en los aspectos humanístico-afectivos, las emociones y los sentimientos, así como en el conocimiento lingüístico y las habilidades de comportamiento.

A través del *CLL*, el docente tiene la oportunidad de tratar temas muy diferentes sin dificultar a los estudiantes, que se caracterizan por diferentes actitudes y habilidades cognitivas. Por lo tanto, el docente que utiliza el *CLL* es capaz de adaptarse a las necesidades de cada alumno y mejorar sus habilidades naturales.

Este enfoque es útil para la enseñanza de lenguas extranjeras, aunque implica que los estudiantes tengan una cierta madurez y capacidad de aprendizaje. También se centra mucho en los sentimientos y esto no siempre es positivo, porque los estudiantes deben tener una condición de estabilidad mental y ser conscientes de sus límites.

3.3.1 Aplicación del *CLL* en clase

En primer lugar, el docente identifica una metáfora estimulante y luego una serie de términos relacionados con el tema, que representan los diferentes tipos de aprendizaje. El objetivo es crear un ambiente confortable en clase. Luego, el docente transcribe el tema de la metáfora y los términos identificados en la pizarra y comienza la fase de calentamiento; esta fase es importante para que los alumnos se acerquen serenamente a la nueva estrategia de enseñanza, compartiendo sus pensamientos con el resto de la clase. El docente explica la metáfora, utilizando un lenguaje positivo e intentando captar la atención de sus alumnos.

Después, se realiza la fase de las actividades previas al discurso: los estudiantes identifican los términos que más representan el concepto. Esto permite al docente identificar inmediatamente los canales sensoriales de sus alumnos y modelar su estrategia de enseñanza. Así, el docente les pide que expresen, en su lengua materna, un concepto relacionado con la metáfora utilizando las palabras previamente elegidas y que luego las traduzcan. Las frases se registran y se transcriben para dar a los estudiantes la oportunidad de analizar su pronunciación o los errores que han cometido. Posteriormente, el profesor puede proponer diferentes opciones:

- Traducción: los estudiantes transcriben las frases y luego las traducen a su lengua materna.

- Vocabulario: los estudiantes trabajan en su conocimiento de los términos en su lengua materna, transcribiendo las frases y sustituyendo los términos, cuando es posible, por los sinónimos adecuados.

- Narración: los estudiantes utilizan el mayor número de frases posible para producir una conversación en un idioma extranjero con el fin de probar su capacidad de crear conceptos complejos.

- Discusión: los estudiantes utilizan algunas de las frases para defender una tesis o antítesis en un idioma extranjero. El objetivo es estimularlos para que elaboren sus ideas sin utilizar su lengua materna, lo que implica la necesidad de reaccionar a un estímulo externo.

- Dramatización: los estudiantes eligen una frase y la utilizan como punto de partida de una historia; a su vez, cada estudiante continúa la historia. Este ejercicio les permite elaborar conceptos de cierta complejidad.

Gracias al *CLL*, los estudiantes perciben al docente como un colaborador, capaz de ayudarlos en la elaboración de frases en un idioma extranjero, de apoyararlos en su proceso de crecimiento y mejora y de animarlos a aceptar el error, que se considera una oportunidad y no una falta.

3.4 PNL y Tasked based language learning

El *Tasked based language learning* es un método de enseñanza de idiomas basado en el uso de un lenguaje auténtico. Se centra en la idea que el aprendizaje de idiomas es más fácil cuando los estudiantes se involucran en interacciones auténticas (es decir, dirigidas a lograr un objetivo extralingüístico); entonces el docente ayuda a

sus alumnos a identificar las herramientas necesarias para llevar a cabo la tarea comunicativa. La tarea es útil para poner a los estudiantes en contacto con la lengua y por eso debe ir acompañada de una fase preparatoria y una de reflexión.

En primer lugar, el docente prepara a sus alumnos, dándoles instrucciones para la tarea y realizando actividades para revisar el vocabulario. Luego los alumnos, en parejas o en pequeños grupos, realizan la tarea asignada: pueden hacerlo oralmente o con la ayuda de la escritura y esa puede implicar diferentes tipos de actividades, como comparar, clasificar, organizar, expresar opiniones, etc.; el docente observa el trabajo de los alumnos y les ayuda si es necesario. Al final de la tarea, cada grupo informa del resultado de su trabajo y el docente lo comenta junto con la clase.

La fase siguiente se centra en el lenguaje. En un primer momento, el docente guía a sus alumnos a través del análisis de lo que han producido, llamando la atención sobre la gramática y el vocabulario. Luego, propone actividades de práctica para que los alumnos trabajen en las estructuras y palabras que han utilizado. Estas actividades consisten en ejercicios tradicionales tales como compleciones, transformaciones, producciones guiadas, etc.; el docente puede proporcionar información metalingüística, supervisar sus actividades o utilizar los libros de gramática.

Mediante la asignación de tareas, el docente ofrece a sus alumnos la oportunidad de utilizar el idioma de forma natural para comunicarse, sin la obligación de utilizar ciertas estructuras gramaticales. Por eso los alumnos se esfuerzan por utilizar todos los recursos lingüísticos de los que disponen. Además, como gran parte del trabajo se realiza en grupos, las posibilidades de utilizar el idioma son mayores con respecto a cuando la comunicación tiene lugar entre el docente y los alumnos. Los contextos de uso también varían considerablemente: según el tipo de tarea que se

proponga, los alumnos se esforzarán por utilizar el idioma en contextos muy diferentes.

CONCLUSIÓN

La investigación realizada sobre el tema de la Programación Neurolingüística y su aplicación en la didáctica ha sido una fuente de gran inspiración. Me dio la oportunidad de reflexionar sobre la importancia de una estrategia didáctica dirigida a escuchar las necesidades del estudiante, que hoy en día ya no debe ser puesto en la condición de aprender pasivamente. Las lecciones frontales y nocionales no sólo mortifican las habilidades comunicativas del alumno, sino que también producen una atmósfera estresante o aburrida, que no ayuda al proceso de aprendizaje.

El alumno no es una máquina programada para aprender, sino un ser humano pensante que tiene sentimientos, y como tal debe ser tratado. Cualquier estrategia didáctica dirigida a crear automatismos impersonales es completamente inútil. En cambio, deben elegirse estrategias que fomenten la libertad de expresión del alumno, que le ayuden a superar sus dificultades y que no le hagan vivir el error como una mortificación, sino como una oportunidad de mejora. Por lo tanto, las estrategias de enseñanza más exitosas son las que promueven la centralidad del estudiante, que, privado de cualquier forma de estrés y puesto en una situación de serenidad, tiene más probabilidades de aprender con éxito.

Ringraziamenti

Vorrei dedicare questo spazio alle persone che hanno contribuito, con il loro instancabile supporto, alla realizzazione di questo elaborato.

In primis, un ringraziamento speciale alle professoresse Adriana Bisirri, Tamara Centurioni, Marilyn Scopes e Claudia Piemonte per i loro indispensabili consigli e per le conoscenze trasmesse durante tutto il percorso accademico.

Ringrazio infinitamente i miei genitori e mia sorella che mi hanno sempre sostenuta, appoggiando ogni mia decisione. Grazie per i loro saggi consigli e per la loro capacità di ascoltarmi. Senza di loro non avrei potuto raggiungere questo traguardo.

Grazie a Daniele, la persona che più di tutte mi ha supportato e sopportato durante questo percorso. È grazie a lui che ho superato i momenti più difficili.

Ringrazio tutti i miei amici che hanno avuto un peso determinante nel conseguimento di questo risultato. Grazie per avermi trasmesso tanto entusiasmo e coraggio. Vi voglio bene.

Ma un ringraziamento speciale va a Laura con cui ho condiviso l'intero percorso universitario e senza la quale non avrei vissuto al meglio quest'esperienza, cosa che invece è stata.

Infine, dedico questa tesi a me stessa, ai miei sacrifici e alla mia tenacia che mi hanno permesso di arrivare fin qui.

“Per apprezzare la bellezza di un fiocco di neve è necessario resistere al freddo”
- Aristotele.

Bibliografia

- Armstrong T., *Multiple Intelligences in the Classroom*, Assn for Supervision & Curriculum Development, Alexandria, VA, 1994.
- Bandler R., *Guide to Trance-formation*, Health Communications, Inc., Deerfield Beach, FL, 2008.
- Bandler R., *Using your brain: For a Change*, Real People Press, Lafayette, CA, 1985.
- Bandler R., Delozier J., Dilts R., Grinder J., *Neuro-Linguistic Programming*, Meta Publications, Capitola, CA, 1980.
- Bandler R., Grinder J., *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson*, Meta Publications, Capitola, CA, 1975.
- Bandler R., Grinder J., *The Structure of Magic*, Science and Behavior Books, Palo Alto, CA, 1975.
- Ceriani A., *Stili di apprendimento e strategie didattiche – La Programmazione Neuro-Linguistica applicata ai processi scolastici*, Franco Angeli, Milano, 2006.
- Dilts, R., *The Study of the Structure of Subjective Experience*, Meta Publications, Capitola, CA, 1980.
- Gardner H., *Frames of Mind, The Theory of Multiple Intelligences*, Basic Books, New York, 1983.
- Lloyd L., *Classroom Magic: Amazing Technology for Teachers and Home Schoolers*, Metamorphous Press, Portland, OR, 1990.
- O'Connor J., McDermott I., *Principles of NLP*, Thorsons, London, 1996.

- Pellegrino R., *La PNL: alcune applicazioni per l'insegnamento e l'apprendimento delle lingue straniere*, Plectica, Salerno, 2005.

Sitografia

<https://pnlpedia.com/>

<https://www.pnl.info/>

<https://www.psicologiadellavoro.org/>

<http://www.pnlmeta.it/>

<https://www.wikipedia.org/>

<https://www.purenlp.com/>

<https://www.neurolinguistic.com/>

<https://www.nlp.com/>

<http://nuovadidattica.lascuolaconvoi.it/teorie/programmazione-neuro-linguistica/>

http://www.competenzedocenti.it/Documenti/competenze_psicopedagogiche/affettivita_apprendimento_relazione_educativa.pdf

<https://www.saperessere.com/howard-gardner-le-intelligenze-multiple/>

<https://www.claudiobelotti.it/cose-il-riciclo-in-programmazione-neuro-linguistica/>

<https://www.italy.it/alias/approcci-e-metodi-della-glottodidattica>

<http://www00.unibg.it/dati/bacheca/497/23782.pdf>