

Моделирование изучения английского языка

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №14.

Авторы: Инна Николаевна Иголкина

Темы, затрагиваемые в статье: Обучение, Техники НЛП

По материалам тренинга "Продвинутое моделирование" в 2004 году и последующего моделирования.

Мне очень понравился тренинг "Продвинутое моделирование", проходивший в 2004 году. На нем мы моделировали в следующем составе: Инна Иголкина, Инна Максименко, Александра Борисова и Дмитрий Мишин.

Удалось систематизировать знания, полученные до этого, и провести довольно большую работу по моделированию стратегий изучения английского языка. Некоторые находки, которые мы сделали тогда, были затем описаны в книге Андрея Плигина и Инны Максименко "Now let's play English. Личностно-ориентированное обучение английскому языку".

Моделирование такого сложного и комплексного навыка, как изучение иностранного языка, требует разбиения его на ряд взаимосвязанных навыков. Поэтому в данной статье я не буду освещать все моменты, а расскажу лишь о некоторых, которые я лично моделировала, и о том, как их встраивать.

Большинство людей, окончивших обычную среднюю школу, не могут говорить свободно на изучаемом языке. Сама мысль об этом обычно пугает. Почему так происходит, что означает "моделирование" и чем оно отличается от просто изучения?

Инструменты НЛП позволяют выявлять различные интересные моменты, скрытые от обычного преподавателя английского языка: движения глаз, паттерны поведения, убеждения, стратегии, невербальные реакции, действия якорей и многое другое. Сказать "моделирование английского языка" — значит, сказать ни о чем: слишком сильно все обобщено. В изучении иностранного языка есть много того, что можно моделировать, поэтому начну с самого простого — с произношения.

Тренинг мы начали с изучения поведенческого моделирования. Это означает войти во вторую позицию восприятия (как если бы я была тем человеком, которого моделирую) и повторять за ним все, что он делает, не задумываясь. Моим партнером в этом упражнении была Ирина Седловская. Она довольно долго жила в Америке, поэтому я попросила ее произносить типично американское восклицание "Wow!", которое она произносит практически так же, как это сделал бы обычный американец.

Буквально за несколько минут, отбросив все мысли и стараясь максимально точно копировать Ирину, мне удалось научиться говорить это простое слово так же, как она. Как оказалось, это помогает произносить звук [w], у которого нет соответствия в русском языке. Позже именно это упражнение помогло мне научить множество студентов произносить этот звук. Обычные учителя в школе честно пытаются объяснить школьникам, как это сделать. У части школьников получается, у части — нет, но научить всех быстро и четко обычно не удается.

Поведенческое моделирование, основанное на копировании, — самый простой способ моделирования, с помощью которого учатся дети, многократно повторяя за взрослыми слова. К сожалению, оно хорошо только в случаях копирования произношения звуков, слов и фраз. Если попытаться понять грамматику с помощью поведенческого моделирования, скорее всего эффекта не будет.

Далее мы перешли к стратегическому моделированию — выявлению последовательности действий или стратегии человека. В качестве модели мы выбрали Инну Максименко. Ее способ запоминания текстов, который мы тогда выявили, позволил бы каждому ученику

легко и свободно говорить на изучаемом языке, если бы его преподавали в школе. Увы, в школах пока учат в основном по старинке.

Есть великолепный способ запоминания — раскадровка. Именно ее использовал Уолт Дисней, когда создавал свои мультфильмы. Этот способ мы многократно испытывали на курсах по изучению английского языка. У большинства людей он работает великолепно. Оказалось, что, независимо от Диснея, Инна уже давно пользовалась именно этим способом.

Привожу описание результатов процесса моделирования, пройдя через которое Вы можете легко встроить себе правильную стратегию. Хотя может показаться, что все, о чем написано ниже, находится в рамках здравого смысла. Мой личный опыт изучения языка в различных местах на протяжении 15 лет показал, что учителя, увы, с этой стратегией не знакомы и предпочитают зубрежку.

Вы читаете какой-нибудь текст. Запоминать можно последовательно в процессе чтения или сразу после прочтения всего текста. Можете выбрать для себя любой из этих двух вариантов.

Представляете себе первый "кадр". Возьмем какой-нибудь известный сюжет, например, сказку о трех поросятах. Представляем себе мысленно трех бездомных поросят. Желательно разместить эту картинку слева и немного выше линии глаз, как будто Вы нарисовали на листе бумаги трех поросят и мысленно видите этот лист. Получилось? Если сразу не получилось, возьмите любую картинку, посмотрите на нее, закройте глаза, попытайтесь представить картинку, как будто Вы ее "сфотографировали" перед тем, как закрывать глаза. Затем откройте глаза и посмотрите на картинку еще раз. Сравните то, что Вы смогли мысленно воспроизвести, с тем, что было на картинке. После непродолжительных тренировок Ваши возможности существенно улучшатся. Это очень полезно для развития визуальной (зрительной) памяти.

Если Вы выбрали способ запоминать сюжет последовательно, то выберите следующий ключевой момент. То есть запоминать надо не всё подряд, а то, что важно для сохранения сюжета. В нашем случае

это могут быть три домика, которые выстроили поросята: соломенный, деревянный и каменный. Представьте картинки каждого из поросят около своего домика. Неважно, одинаковые у Вас поросята или разные. Можете написать имя каждого поросенка на соответствующей картинке. Мысленно разместите эти картинки в пространстве по порядку. Как будто кто-то нарисовал их на бумаге и повесил в воздухе одну за другой.

Затем можно запомнить еще несколько ключевых эпизодов с волком. Желательно, чтобы общее количество картинок составляло 7 ± 2 . То есть от 5 до 9. Обязательно представить себе последнюю картинку истории — триумф поросят. Если Вы выбрали способ запоминать содержимое после прочтения статьи или книги, то можно сделать так: мысленно нарисовать первую и последнюю картинки, а затем дорисовать недостающие промежуточные.

Как показывает практика, освоив эту простую технику, люди могут удерживать в памяти и легко воспроизводить в разговоре что угодно: презентацию, деловые сюжеты и т.д.

Далее в программе семинара было моделирование глубинной основы (ценностей, критериев, сводов правил человека, особенностей их применения) и моделирование личностного своеобразия (социальных ролей и жизненного кредо).

Выяснилось, что именно эти понятия оказывают решающее влияние на восприятие человеком своих возможностей относительно изучения иностранного языка. Мне довелось общаться с довольно большим количеством разных людей. Их оценка собственных способностей сильно зависела от того, какие убеждения у них были о себе. Некоторые люди, с которыми я знакома, знают только основы языка, однако это позволяет им чувствовать себя как дома при общении с иностранцами, легко объясняя все, что им нужно. Другие люди, наоборот, даже владея английским намного лучше, чувствуют себя не способными что-либо объяснить иностранцу, испытывают сильный

психологический и физический дискомфорт при общении на изучаемом языке.

Итак, мы выяснили, что в основе успешности или неуспешности обучения лежат убеждения о себе, о своих способностях. Например, у человека есть такие ограничивающие убеждения, как:

- У меня нет способности к языкам.
- Лично у меня не получится.
- Иностранный язык — это очень сложно.

Это в значительной мере тормозит процесс обучения. Выход из ситуации простой: "вывернуть" убеждение наизнанку, т.е. переформулировать с положительным смыслом, и поверить в него.

Вот результат переворачивания убеждений:

- У меня есть способности к языкам.
- Лично у меня все получится.
- Иностранный язык — это очень легко.

Как видите, это очень просто. Однако до сих пор я не нашла об этом ни строчки ни в одном учебнике по английскому языку. Ни одной... Именно в этом и есть вклад моделирования — найти простые решения сложных проблем. Настолько простые, что они кажутся очевидными. Но это не так. Мой личный опыт показывает, что даже когда говоришь людям о том, что необходимо поверить в переформулированные убеждения, они некоторое время продолжают сомневаться. И тут на помощь приходят раскрутки из курса "НЛП-Мастер". Лучше всего работает обращение к стратегии реальности, когда в течение продолжительного времени находишь доказательства того, что то убеждение, о котором ты рассказал человеку, относится лично к нему, и предъявляешь их на практике. После этого люди показывают значительный прогресс.

Еще один интересный момент, который удалось отмоделировать нам втроем с Инной Максименко и Ириной Скуминой, — это скорость внутреннего диалога. Я по праву горжусь тем, что могу быстро и качественно переводить с английского языка на русский. При этом возникает феномен "субъективного замедления времени".

С помощью простых метамодельных вопросов Ирина Скумина помогла мне осознать, как происходит этот процесс. Я буквально почувствовала разницу во времени. Когда я медленно прослушиваю внутри себя фразу или целое предложение по-английски и затем, не торопясь, перевожу его на русский, внутреннее ощущение времени разительно отличается от внешнего — от того, которое замечают посторонние наблюдатели.

Впоследствии одна из моих студенток выразила это в виде метафоры: "Я как будто прокручиваю магнитофонную запись из одного уха в другое", — и сделала при этом жест рукой по горизонтали, от одного уха к другому.

Лучший способ встроить в себя стратегию ускорения внутреннего диалога при переводе и восприятии на слух иностранного текста — это купить специальный фильм "My fair lady". Разработчики фильма соблазняют покупателей мистическим 25-м кадром, но суть в другом. Носители языка в фильме говорят чрезвычайно быстро, примерно в 1,5 – 2 раза быстрее, чем это принято в обычном разговорном русском языке. Поэтому человек, не очень хорошо владеющий английским, при первом просмотре обычно испытывает легкий шок.

Затем можно посмотреть второй фильм, который называется "Контекст" или "Содержание" (в переводе на русский). В этом фильме ключевые сцены сначала показываются в виде небольших фрагментов на 1 – 2 минуты (которых, однако, хватает для того, чтобы люди вошли в состояние легкой паники от того, что они не успевают понять, о чем

говорится в фильме). Затем 2 диктора — мужчина и женщина — попеременно читают текст примерно в 2 раза медленнее, т.е. с обычной скоростью русского разговорного языка. А затем они снова читают тот же самый текст только еще в 2 раза медленнее и при этом по одной фразе. Эта фраза каждый раз возникает на экране в печатном виде.

Переведя те слова, которые Вы не знаете, и поняв смысл фразы, вы невольно за такое количество повторений начинаете ее запоминать. В заключение показывают весь эпизод еще раз. Таким образом, каждая фраза встречается Вам 8 раз, но с разной скоростью. Надеюсь, теперь Вы поняли кое-что о том, что скрывается за словами "25-й кадр".

Как показал мой личный опыт подобного встраивания стратегии, люди, обучавшиеся правильному отношению к восприятию английского языка на слух, в подавляющем большинстве быстро осваивают эту стратегию и начинают её применять. Существующая методика, описывающая 25-й кадр, объясняет все мистическим действием на подсознание. На самом деле встраиваются способности внутреннего диалога к ускоренному воспроизведению аудиальной информации. Проверив на себе и получив практический результат, обучающиеся дальше начинают применять эту стратегию, не задумываясь в то время, когда они слышат речь на иностранном языке.

Итак, краткий обзор того, чем моделирование с помощью НЛП при изучении английского языка и последующее встраивание моделей похоже и чем отличается от общепринятых методик:

1. Внешне процесс может выглядеть похоже: те же упражнения, игры, разговоры.
2. Понимание процессов, лежащих в основе обучения взрослых и детей, позволяет получить реальные результаты гораздо быстрее, чем при обычном обучении за счет использования пространственного якорения, изменения убеждений, встраивания правильных стратегий спеллинга, запоминания, восприятия на слух, пересказа и т.д.
3. Моделирование и встраивание результатов правильной метастратегии изучения английского языка позволяет улучшать не только знания и навыки разговора на английском языке, но и распространяется на другие контексты, например, за счет изменения

ограничивающих убеждений о личностном своеобразии, которое, в свою очередь, ведет к изменению на нижележащих логических уровнях.

Краткие рекомендации по изучению английского языка:

- ✓ Видеть цель.
- ✓ Верить в себя.
- ✓ Решать возникающие проблемы.
- ✓ Своевременно выйти из процесса обучения.