A.A.H.E.A.
Asociación para el Avance de la Hipnosis Experimental y Aplicada

En relación al programa "Equipo de investigación: Vendedores de milagros" emitido por la cadena de televisión La Sexta, donde se advirtió sobre la venta de cursos que prometen aprender idiomas sin esfuerzo con hipnosis, y dado que el programa no entrevistó a ningún profesional que tuviera una titulación académica oficial y especializada en hipnosis, la Asociación para el Avance de la Hipnosis Experimental y Aplicada cree conveniente poner en claro algunas cuestiones sobre la hipnosis y el aprendizaje de idiomas:

La persona con la que contó el programa y que pretendía desmitificar que la hipnosis sea mágica (implícitamente criticando esa capacidad de la hipnosis para favorecer el aprendizaje de un idioma en poco tiempo) dirige un centro que ofrece cursos para aprender inglés con hipnosis al tener ésta, supuestamente, la capacidad para que la mente de un adulto funcione como la de un niño, contradiciendo así la información aportada en el programa.

La adquisición del lenguaje y el aprendizaje de un idioma es un proceso complejo que comprende un desarrollo paralingüístico, fonológico, semántico, gramatical y pragmático. Los bebés comienzan preparando su desarrollo paralingüístico desde antes del balbuceo, cuando comienzan las interacciones madre bebé por ejemplo, para posteriormente desarrollar la comprensión y producción de sonidos del habla (fonética), la comprensión del significado de las palabras y sus combinaciones (semántica), la comprensión de la sintaxis, la construcción de frases (gramática) y la aplicación práctica para lograr una comunicación eficaz (pragmática).

Los niños y niñas aprenden el lenguaje materno, en un ambiente de inmersión lingüística, mediante un difícil y largo proceso. Alrededor de los seis meses comienza el balbuceo. Las primeras palabras se pronuncian alrededor del año y al final del segundo se comienzan a elaborar pequeñas frases combinando diferentes palabras, para lograr un desarrollo complejo alrededor de los cuatro o cinco años. Hacia los seis años ya tienen un dominio de la gramática que va mejorando a lo largo de los años introduciendo aspectos más complejos del lenguaje como las oraciones pasivas. Por último, es alrededor de los nueve años cuando se considera que los niños y niñas han adquirido el desarrollo pragmático, que les permite iniciar conversaciones, respetar turnos y todo lo necesario para mantener conversaciones adecuadas y todos los desarrollos necesarios para el lenguaje.

Por lo tanto, aprender inglés o cualquier otro idioma como lo hace un niño, sería un proceso complejo y cargado de dificultades a pesar de la inmersión lingüística que se proponga. Además, una de las ventajas del adulto a la hora de adquirir idiomas es relacionar el contenido nuevo con el ya aprendido, es decir, una vez aprendido un idioma, aprender uno nuevo será más fácil al poder vincular ambos conocimientos.

En relación al uso de la hipnosis para aprender inglés, francés u otras lenguas, se suele comercializar la hipnosis como un dudoso método de súper aprendizaje que proporcionaría un estado receptivo similar al sueño y que permitiría adquirir conocimientos tanto de forma consciente como inconsciente. También se suele mezclar

con la hipnopedia, término empleado por el escritor Aldous Huxley en su novela fantástica "Un mundo feliz", que definía el hipotético proceso de aprendizaje durante el sueño y que ha servido para vender supuestos cursos para aprender inglés durmiendo.

En los estudios sobre la aplicación de la hipnosis en el aprendizaje, la hipnosis se ha empleado con resultados satisfactorios en la reducción de la ansiedad relacionada con los exámenes y en la mejora del rendimiento académico de niños con dificultades de aprendizaje y estudiantes universitarios, aunque la evidencia es poco concluyente por problemas metodológicos de las pocas investigaciones que se ha realizado. Sin embargo, la muy amplia investigación empírica existente indica que la hipnosis no tiene ningún efecto para incrementar la memoria, y por lo tanto sobre el aprendizaje de idiomas. La hipnosis no favorece la hipermnesia, es decir, el aumento de la memoria en cuanto a la cantidad de recuerdo y/o la precisión. Incluso la creencia en esa hipermnesia que podría provocar la hipnosis, también podría facilitar el desarrollo de falsos recuerdos, de modo que la persona podría incluso empeorar el aprendizaje de una lengua, creyendo el aprendiz recordar una palabra que es incorrecta (o su pronunciación) como correcto. Sí podría ser útil la hipnosis en el incremento del auto-control, ayudando a dedicar más tiempo al estudio y con menor esfuerzo percibido.

Por otro lado, quienes promulgan que la hipnosis permite aprender una lengua o un idioma en poco tiempo y con facilidad, no definen ni especifican cuándo ya se ha aprendido una nueva lengua, sea francés o inglés...: ¿en el plano escrito, hablado, escuchado? Ni tampoco en qué nivel de dominio, ni tan siquiera en qué ámbitos (existen áreas de una lengua que son más específicas de un ámbito, que fuera de él no se conocerían. Por ejemplo el marinero, de difícil comprensión para una persona que no esté familiarizada con esa profesión).

En conclusión, el estudio y aprendizaje de un idioma es un proceso complejo que conlleva poner en marcha numerosos recursos, y no existe ninguna evidencia científica de que la hipnosis facilite el aprendizaje rápido y sin esfuerzo de un idioma.

30 de abril de 2015