

2. Sugerencias para usar la Biografía Lingüística

Con ejemplos, formularios y fichas de trabajo fotocopiables

Vista de conjunto

1.	¿Para qué sirve la biografía lingüística?	2
2.	¿Cómo documentar la historia de mis experiencias lingüísticas e interculturales?	2
	↳ Fichas de trabajo: BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 1 y 2	
2.1	Compilar mi biografía lingüística	3
2.2	Describir mis experiencias interculturales.....	4
3.	¿Cómo evaluar mis competencias lingüísticas y planificar la continuación de mi aprendizaje?	5
	↳ Fichas de trabajo: BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 3 y 4	
3.1	Utilizar las listas de referencia del Portfolio para autoevaluarme y planificar la continuación de mi aprendizaje	5
3.1.1	¿Cuándo y con qué frecuencia hay que usar las listas de referencia?	6
3.1.2	¿Qué sé hacer en tal o cual lengua?.....	6
3.1.3	¿Qué desearía yo saber hacer y qué es lo importante para mí?	6
3.2	DIALANG para autoevaluarme y planificar la continuación de mi aprendizaje.....	7
3.3	Formular objetivos y planes de aprendizaje	7
4.	¿Cómo documentar mi proceso de aprendizaje lingüístico e intercultural y cómo reflexionar sobre el proceso mismo?	9
	↳ Fichas de trabajo: BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 5 y 6	
4.1	Llevar un diario de aprendizaje.....	9
4.1.1	Formular objetivos de aprendizaje.....	9
4.1.2	Planificar y llevar a cabo actividades de aprendizaje	10
4.1.3	Evaluar el trabajo realizado	10
4.1.4	Profundizar lo aprendido.....	10
4.2	Desarrollar competencias interculturales durante una estancia de movilidad	11
4.2.1	Antes de salir de viaje	12
4.2.2	Durante la estancia de movilidad.....	12
4.2.3	Después de la estancia.....	13
5.	Fichas de trabajo fotocopiables para trabajar en la Biografía lingüística	13



1. ¿Para qué sirve la biografía lingüística?

Con la BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA se puede echar una mirada retrospectiva sobre lo aprendido, los caminos seguidos en dicho aprendizaje y cómo se ha logrado aprender lo que sabemos. De ello pueden sacarse claves y bases para planear el aprendizaje futuro, además de ver cómo se ha vivido el encuentro con otras culturas: en contacto con gente extranjera, en viajes al extranjero, mediante el arte y la cultura, etc.

La BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA permite autoevaluar o hacer evaluar por otras personas sus capacidades lingüísticas —adquiridas dentro o fuera del sistema educativo—. Esa evaluación se basa en diversas destrezas (comprender, hablar, escribir) y muestra lo que se es capaz de hacer en las lenguas que se conocen, para decidir luego qué competencias lingüísticas e interculturales se desean seguir ampliando y ahondando.

Lleva a reflexionar —por cuenta propia o con ayuda de otras personas— sobre nuestras necesidades de aprendizaje lingüístico para establecer metas de estudio y conseguir los medios de lograrlas. Así se pueden observar y evaluar los progresos y logros, para descubrir maneras de seguir aprendiendo cada vez más adaptadas a las necesidades y gustos individuales.

2. ¿Cómo documentar la historia de mis experiencias lingüísticas e interculturales?

Al trabajar con la historia de nuestras experiencias lingüísticas e interculturales ampliamos y explicitamos las informaciones dadas en el PASAPORTE DE LENGUAS, lo que puede ser particularmente útil si no tenemos diplomas, pues los datos biográficos dan indicaciones sobre nuestro nivel probable de competencias.

Con las fichas de trabajo podemos informar a las personas que deben decidir si podemos o no participar en un programa de intercambio o si somos capaces de ocupar un nuevo puesto de trabajo. Son útiles además para quienes nos reciben —enseñantes o tutor(a)(e)s— en un nuevo curso de idiomas.

Son informaciones que nos ayudan a interpretar nuestras experiencias de estudio previas y nos permiten escoger métodos de aprendizaje que se adaptan con éxito a nuestras necesidades e inclinaciones personales.

2.1 Compilar mi biografía lingüística

La ficha BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 1: *Mi biografía de aprendiente de lenguas* informa sobre la manera, la duración y la frecuencia de sus estudios y práctica de varias lenguas, así como sobre sus preferencias en materia de aprendizaje.

> Empiece por copiar el formulario BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 1: *Mi biografía de aprendiente de lenguas*.

> Para presentar una *Biografía de aprendiente de lenguas* puede hacerlo cronológicamente y en forma de cuadro como en un currículum vitae, indicando tiempo de estudios y, cuando sea posible, fechas o bien hacerlo de manera personal, pero tratando cada lengua separadamente.

> Informe sobre todas las lenguas que conoce y cuándo y cómo (en cursos, en casa, en lugares donde ha vivido o usándolas para estudiar, trabajar, viajar o hablar con personas conocidas que las saben) las ha aprendido o adquirido por experiencia.

> Indique la manera, la duración y la intensidad de sus estudios de lenguas o de su uso práctico de las lenguas.

Mi biografía de aprendiente de lenguas

BIOGRAFÍA
LINGÜÍSTICA
I

Dé una visión de conjunto de sus experiencias de aprendizaje de las lenguas que ya conoce y que le servirá de base para planificar su aprendizaje futuro y para informar a otras personas, como empleador(a) (s) o enseñantes.

¿Qué idiomas he aprendido?

- Sobre las lenguas aprendidas en la escuela o en cursos especiales, detallo durante cuánto tiempo, cuántas horas y con qué fines las he estudiado, añadiendo informaciones sobre contenidos, métodos y textos, sin olvidar, cuando sea pertinente, el tipo de exámenes que he dado.
- Las lenguas con las cuales he crecido.
- Las zonas lingüísticas en las que he vivido.
- El uso de las lenguas en mi trabajo, formación, estudios, viajes y círculo de personas conocidas.
- Idiomas con que he tenido contactos mediante televisión, radio, cine, arte, música, libros, prensa, Internet, etc.

¿Cómo he vivido el aprendizaje?

- Si he aprendido bien y con gusto, ¿cómo ha sido? ¿Qué es lo que ha sido importante y enriquecedor?
- ¿Qué es lo que me ha desanimado al aprender los idiomas que ya sé o que estoy estudiando?

Las fichas de trabajo pueden presentarse cronológicamente, como en un curriculum vitae o lengua por lengua, sin olvidar los años de estudios ni, cuando sea posible, las fechas.

Alemán
1988 – 1993 Estudios secundarios en Suiza Francesa, 4 periodos por semana. Método: «Vorwärts.» Al principio los cursos de alemán fueron muy interesantes y comunicativos, pero luego el profesor se mostró demasiado severo y chapado a la antigua, de modo que yo no veía ninguna relación entre el idioma y mi vida. Terminé poco menos que odiando el alemán.

1993 – 1996 Estudios secundarios superiores en Suiza Francesa. Método: «Vorwärts.», curso de literatura (Dürrenmatt, Frisch, etc.) y muchas traducciones gramaticales. Todo se enseñaba en francés. Era muy aburrido y me desanimó totalmente.

1994 Tres semanas de intercambio con un gimnasio de Augsburgo (Alemania). Descubrí una escuela diferente y una vida familiar y social también diferente; fue esa experiencia la que volvió a darme el gusto por el alemán y las ganas de hablarlo.

1997 – 2002 Filología germánica en la Universidad de Lausana (Suiza), doce periodos por semana, gramática, traducción, lingüística, literatura e historia de la lengua. Al principio, muchos problemas para hablar.

2000 – 2001 Dos semestres en la Universidad de Marburgo (Alemania), cursos de alemán y teología, seminarios interesantes, participé en un grupo femenino de películas y en el coro de la universidad, además al estudiar en Tandem y compartir piso, tuve muchos contactos con alemanes e hice grandes progresos en alemán.

1999 – 2002 **Habitualmente** Trabajé usando el alemán y comunicándome con colegas germanófonos. Leo literatura en alemán.

Suizo alemán
1999 Sigo un curso 'Schweizerdeutsch verstehen' y al mismo tiempo comparto piso con tres suizos alemanes.

Habitualmente Voy a Suiza alemana y entiendo mejor el idioma de lo que lo hablo; el contacto con los suizos alemanes es mucho mejor cuando les hablo suizo alemán.

Hebreo
2002 Curso «Online» en Internet más una entrevista semanal con mi profesor de la universidad, para hacer preguntas. Me siento bien estudiando de manera autónoma, porque puedo hacerle siguiendo mi propio ritmo, aunque requiere mucha disciplina. Es importante el contacto con mi profesor, para no quedarme trabada ante un problema. También me ayuda a arreglarme con mis disponibilidades y motivaciones.

Italiano
Desde 1996 Durante una estancia en Italia hablé italiano y sigo practicándolo mediante contactos con gente de habla italiana en donde vivo. Puedo mantener conversaciones sencillas.

European Language Portfolio
Portfolio européen des langues

> Si las lenguas las ha estudiado en escuelas, universidades y cursos de lengua, indique el contenido, objetivos, métodos, materiales empleados y, donde sea posible, el tipo de exámenes que ha aprobado. Puede encontrar ayuda y orientación en descripciones de cursos o planes de estudios —si los hay— de las instituciones en que ha aprendido. Esos datos puede incluirlos en esta parte, BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA, del Portfolio.

> Indique cómo ha sentido y vivido el aprendizaje de las distintas lenguas que conoce y lo que le ha parecido positivo y alentador o todo lo contrario. Son reflexiones que lo llevarán a imaginar cómo quiere seguir aprendiendo y qué necesita para hacerlo bien.

> No deje de poner constantemente al día su *Biografía de aprendiente de lenguas*.

2.2 Describir mis experiencias interculturales

En la ficha de trabajo: BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 2: *Mis experiencias interculturales significativas* puede ampliar las descripciones de su competencia lingüística y comunicativa con informaciones sobre sus vivencias interculturales.

Puede contar experiencias que le han ayudado a ampliar y profundizar lo que sabe de una región donde se habla una lengua extranjera: gente, grupos sociales, cultura.

- > Copie primero la ficha de trabajo BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 2: *Mis experiencias interculturales significativas*.
- > Presente las informaciones de manera personal y, si es posible, con ejemplos.
- > Mencione lo que le ha impresionado, lo que le ha gustado o no, lo que más le ha interesado, sorprendido y enriquecido.
- > Informe sobre:
 - experiencias y encuentros donde se habla oficialmente la lengua meta;
 - experiencias y encuentros con otras culturas en su país o en otro país o región donde la lengua meta no es la lengua oficial;
 - con hablantes de la lengua meta en la vida cotidiana, los estudios, el trabajo o en momentos de ocio;

Mis experiencias interculturales importantes


BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA
2

Relate todo tipo de experiencias —en su propio país o en el extranjero— con culturas distintas de la suya, que hayan ampliado su comprensión de lo intercultural.

Conviene que piense en:
sorpresas, malos entendidos, diferencias y lo que le pareció interesante, difícil y enriquecedor:

- en encuentros y contactos con hablantes nativ(a)o(s) de otro idioma en situaciones de la vida cotidiana, estudios, trabajo y momentos de ocio;
- en películas, libros y otros medios de comunicación;
- en la historia y la vida intelectual de la cultura meta.

¿Qué aprendió de la otra cultura y de sí mism(a)o? ¿Cómo influyeron esas experiencias en su actitud hacia la cultura y el idioma?



Experiencias con la cultura mexicana

En mi país:

Conoci a doce mexicanos con un motivo artístico: una comedia musical que trataba del encuentro entre suizos y mexicanos, en la que actuábamos, bailábamos y cantábamos juntos.

Rápidamente tuve buenos contactos con la mayor parte de ellos y me gustó mucho su espontaneidad y su franqueza. A pesar de las dificultades con el idioma (ninguno de ellos hablaba francés y yo apenas empezaba a hablar español), logramos comprendernos fácilmente, dadas las similitudes de nuestros respectivos idiomas y muchos, pero muchos gestos.


Me resultó difícil, en cambio, acostumbrarme a sus retrasos muy «mexicanos»... Y por lo que a mí me toca, dadas las exigencias de mis horarios suizos, no pude estar tan disponible para ellos como hubiera querido.

Algunas impresiones de una estancia en un pueblo indígena de Chiapas, México:


Comunicarnos resultó difícil, ya que el español no era su lengua materna y tampoco la mía.

Fuimos tres amigas y yo a residir en una comunidad indígena chapaneca, para ocuparnos de niños y ver cómo se vive en el pueblo. No resultó claro lo que esperaban de nosotras y creo que yo esperaba encontrarme, como ingenua que soy, con un «programa» preparado y organizado a la manera de los suizos. En realidad creo que ellos pensaban que seríamos nosotras las que organizaríamos las cosas. Me costó ubicarme y sentir cuándo tenía que tomar iniciativas por mi cuenta y cuándo debía consultarlo con ellos.

Para las comidas nos invitaba cada vez una familia distinta. Yo creía que tratándose de una comida en común los anfitriones comen con los invitados y que hablan unos con otros. Pero no, comíamos nosotras y los demás nos servían y nos miraban comer. Me sentía muy incómoda, porque tenía la impresión de que nos «servían» como en la época colonial, cuando los blancos se consideraban superiores y trataban a los indígenas como esclavos. Pero hablando con mis amigas y con otras personas, acabé por entender que ellos tomaban como un honor el acogernos en sus casas y ofrecernos la comida. Para ellos era una forma de respeto el mirarnos comer.



ELC
European Language Portfolio
Portfolio européen des langues



CEL

- películas, libros y otros medios de comunicación;
- la historia, la ciencia y la vida intelectual de la cultura meta.

- > Pregúntese sobre lo que le ha permitido conocer mejor la lengua y la cultura meta y sobre la influencia que han tenido esas experiencias en usted.
- > Ponga al día periódicamente las fichas sobre sus *experiencias interculturales significativas*.

Puede incluir en la CARPETA sus trabajos —diarios, películas, proyectos, etc.— en relación con experiencias interculturales.

3. ¿Cómo evaluar mis competencias lingüísticas y planificar la continuación de mi aprendizaje?

3.1 Utilizar las listas de referencia del Portfolio para autoevaluarme y planificar la continuación de mi aprendizaje

Las *Listas de referencia para autoevaluarse* (Fichas de trabajo: BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 3.1 – 3.6) sirven para autoevaluar lo que usted sabe de las lenguas que conoce. Su autoevaluación puede hacerla verificar por otras personas, enseñantes, por ejemplo. Las *Listas de referencia* también ayudan a definir y seleccionar los objetivos que importan y lo que usted quiere seguir aprendiendo. Hay *Listas de referencia* para los seis niveles determinados por el Consejo de Europa (A1-A2-B1-B2-C1-C2), organizados según destrezas como «comprender (escuchar y leer), hablar (participar en una conversación y expresarse con fluidez) y escribir.»

En las *Listas de referencia* hay descripciones precisas de lo que en general es capaz de hacer un aprendiente con la lengua en un nivel determinado. Las descripciones se refieren a la lengua general y a partir del nivel B1 (al final de los campos de competencia) añaden lo específico de la educación superior, es decir las competencias lingüísticas necesarias en los estudios superiores.

- > Empiece por fotocopiar la *Lista de referencia* correspondiente a su nivel, que puede determinar usted por su cuenta mediante el *Cuadro de autoevaluación* (en las páginas centrales del PASAPORTE DE LENGUAS). Si no tiene la seguridad de haber elegido la *Lista* correcta para su nivel, puede pedir a enseñantes que le aconsejen.

Lista de referencia para la autoevaluación

Lengua: *Inglés* Fecha: *12.7.05*

BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 3.3

Nivel **B1**

Esta lista de referencia la puede usar usted para autoevaluarse (columna 1) y para hacer que le evalúen enseñantes u otras personas (columna 2) Si usted ve que se trata de cosas que todavía no puede hacer, pero que le resultan importantes, póngalas en la columna 3 como objetivos por lograr (columna 3 = objetivos).
Hay unas líneas más para señalar lo que usted es capaz de hacer y que no figura en las listas o que constituye un objetivo importante para usted en el nivel en que se encuentra.

Use los símbolos siguientes:

En las columnas 1 y 2	En la columna 3
✓ Puedo hacerlo en condiciones normales	! Para mí es un objetivo
✓✓ Puedo hacerlo fácilmente	!! Es un objetivo prioritario para mí

Si ha marcado más del 80% de los puntos, probablemente ha llegado al nivel B1.

		1	2	3
Escuchar				
Entiendo lo principal de lo que me dicen en una conversación de tema cotidiano, si me lo dicen claramente, aunque a veces debo pedir que me expliquen algunas palabras y expresiones.	✓✓	✓✓		
Puedo seguir generalmente lo esencial de una conversación larga en la que estoy presente, si hablan claramente y en lenguaje estándar.	✓✓	✓		!
Puedo escuchar un relato breve y formular hipótesis sobre lo que va a seguir.	✓✓	✓		
Puedo entender lo principal de un informativo radiofónico y de una grabación que trata temas familiares dichos de manera relativamente sencilla, clara y lenta.	✓	✓		!!
Puedo captar lo principal de un programa de televisión sobre temas conocidos, si la expresión es relativamente clara y lenta.	✓	✓		
Puedo entender informaciones técnicas sencillas como las instrucciones para usar aparatos de uso diario.	✓	✓		!
Puedo captar lo esencial de discusiones sobre temas conocidos de mi especialidad en un seminario, una mesa redonda o en la televisión, si los participantes hablan claramente y en lenguaje estándar.	✓✓	✓✓		
Puedo tomar apuntes de los puntos principales de una lección que me sirvan para mi propio uso, si se trata de un tema de mi especialidad y si quien se expresa lo hace clara y estructuralmente.				!!
Leer				
Entiendo lo principal de artículos cortos de periódicos sobre temas actuales y que me son familiares.	✓✓	✓✓		
Puedo deducir del contexto el significado de algunas palabras que me son desconocidas y de ese modo aclarar el sentido de enunciados enteros, siempre y cuando la temática me sea familiar.	✓✓	✓✓		
Puedo recorrer textos cortos (p. ej. noticias breves) y darme cuenta de cuáles son los hechos e informaciones importantes (p. ej. quién ha hecho algo y dónde ha sucedido).	✓✓	✓✓		
Puedo entender mensajes sencillos y cartas comunes (referentes a negocios, asociaciones o autoridades).	✓	✓		
Puedo entender bien, en cartas privadas y en e-mails, lo que se refiere a hechos, sentimientos y deseos y mantener correspondencia con mis amistades.				!!
Puedo seguir la intriga de relatos claros y bien estructurados, reconocer los diversos episodios y entender por qué son significativos.	✓	✓		
Puedo entender las principales conclusiones de textos argumentativos claramente redactados.	✓✓	✓		
Puedo entender satisfactoriamente textos objetivos sencillos sobre temas de mi especialidad y mi interés.				!!
Para cumplir una tarea específica, puedo leer rápidamente un texto largo de mi especialidad buscando informaciones y buscar también en otros textos y fragmentos de textos.	✓			
Puedo entender las informaciones importantes de informes administrativos breves.				!!
Participar en una conversación				
Puedo empezar, seguir y terminar una conversación cara a cara sobre temas familiares o de mi interés.	✓	✓		!!
Puedo participar en una conversación o una discusión, pero no siempre me entienden cuando trato de decir exactamente lo que deseo decir.	✓	✓		
Puedo desenvolverse en la mayor parte de las situaciones relativas a arreglar un viaje o durante el viaje.	✓✓	✓✓		
Puedo expresar sentimientos como sorpresa, felicidad, tristeza interés o indiferencia y también reaccionar ante la expresión de esos sentimientos.				!!
Puedo intercambiar opiniones y puntos de vista en conversaciones con amigos y conocidos.	✓	✓		!
Puedo expresar con cortesía acuerdo o desacuerdo.	✓✓	✓✓		

Portfolio Europeo de las Lenguas ELC/CEL © Consejo de Europa/Council of Europe/Conseil de l'Europe

3.1.1 ¿Cuándo y con qué frecuencia hay que usar las listas de referencia?

Puede usar las *Listas de referencia* para hacer un balance y determinar su nivel, anotándolo luego en el PASAPORTE DE LENGUAS.

- > En ese caso, hay que utilizar las *Listas de referencia* más bien al comienzo o al final de una etapa suficientemente larga de aprendizaje: antes de comenzar un curso de lenguas o al final de un semestre de estudios. En la lista que corresponde a su nivel no deje de fijarse en todos los campos de competencias.

3.1.2 ¿Qué sé hacer en tal o cual lengua? Columnas 1 y 2 de la lista

- > Empiece anotando los resultados de su autoevaluación en la columna 1. Sin embargo, antes debe leer atentamente las descripciones, preguntándose si es de verdad capaz de hacer lo que dicen. Y si no se está seguro, es mejor someterse a algunos tests y pequeñas tareas, con ayuda de un(a) enseñante.

En cada una de las competencias particulares evaluadas puede precisar su nivel: en condiciones normales puedo hacerlo, pero con algún tipo de ayuda o si no me hablan demasiado rápido, o bien puedo hacerlo fácilmente y sin problemas incluso si me apuran.

Si sus competencias en algún punto particular —escuchar o escribir, por ejemplo— no corresponden al nivel de la *lista de referencia* que ha escogido, puede referirse a la lista de nivel inmediatamente inferior o superior.

- > Puede utilizar la columna 2 para que otras personas —enseñantes, por ejemplo— le hagan una evaluación. Si su propia evaluación es muy distinta de la de esas personas, vale la pena que compare los resultados y aclare por qué hay diferencias.
- > Puede dar indicaciones sobre lo que sabe hacer y que no figura en las listas: hay sitio para hacerlo.

3.1.3 ¿Qué desearía yo saber hacer y qué es lo importante para mí? Columna 3 de la lista

- > Al leer la lista quizá se encuentre con cosas que no puede hacer o que no puede hacer como le gustaría. En ese caso debe preguntarse:
 - Si de verdad quiere aprender lo que describe la lista;
 - Y si de verdad quiere hacerlo, ¿lo siente como un objetivo prioritario?Señale luego sus objetivos en la columna 3 de la *lista de referencia*.
- > Debe pensar en los medios y el tiempo que va a emplear para lograr su objetivo. Puede hacerlo por su cuenta o con la ayuda de un(a) enseñante.

- ① Se encuentran sugerencias más concretas al respecto en los puntos «3.3 Formular objetivos y planes de aprendizaje» y «4.1 Cómo llevar un diario de aprendizaje.»

Las *listas de referencia* ya rellenas se pueden poner en la parte 2 – BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA del Portfolio.

3.2 DIALANG para autoevaluarme y planificar la continuación de mi aprendizaje

El sistema de tests DIALANG contribuye a desarrollar la capacidad de autoevaluarse y planificar el aprendizaje futuro.

DIALANG ofrece por Internet tests gratuitos de diagnóstico lingüístico en 14 lenguas europeas: <http://www.dialang.org>

DIALANG es un sistema de tests que combina la evaluación externa y la autoevaluación, con tests de comprensión oral, comprensión escrita, producción escrita, estructuras gramaticales y vocabulario, incluyendo la autoevaluación en las diversas pruebas.

DIALANG comenta los resultados de quienes lo utilizan y las diferencias entre la autoevaluación y la evaluación externa, dándoles además indicaciones para mejorar sus competencias lingüísticas.

Los niveles de competencias de DIALANG, como los del Portfolio Europeo de las Lenguas, se basan en los del «Marco común europeo de referencia para las lenguas» del Consejo de Europa.

Los impresos que dan los resultados de los tests de DIALANG se pueden colocar en la parte 2 – BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA del Portfolio.

3.3 Formular objetivos y planes de aprendizaje

En la ficha de trabajo «BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 4: *Mis objetivos*» puede anotar los objetivos de aprendizaje de los idiomas que quiere seguir aprendiendo o que quiere empezar a aprender, con lo que puede planificar la manera de lograr los objetivos que se ha propuesto. La planificación puede hacerse autónomamente o con la ayuda de enseñantes o tutor(a)(e)s.

Para eso conviene tener en cuenta las experiencias realizadas durante el aprendizaje y verificar con las *listas de referencia* los objetivos ya logrados, con lo cual dispone de datos suficientes para organizar la continuación del aprendizaje.

- > Primero hay que fotocopiar la ficha BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 4: *Mis objetivos*.
- > Las fichas puede organizarlas a su gusto, pero dejando constancia de sus proyectos.
- > Tiene que determinar los idiomas que quiere seguir estudiando y los que quiere empezar a estudiar.
- > Debe preguntarse por qué motivos quiere estudiar una lengua determinada: para contactos personales cotidianos, para el tiempo libre o para la formación, los estudios o la carrera.
- > Anote en qué terrenos quiere profundizar competencias: escuchar, hablar, leer, escribir, conocer otras culturas. Los objetivos debe formularlos de la manera más concreta y precisa posible, por ejemplo, si lo que quiere es mejorar la expresión oral, debe preguntarse para qué: participar en discusiones, hablar por teléfono, hablar en público, etc.

- > Precise también qué nivel quiere alcanzar.
- > Si determina prioridades, debe distinguir entre objetivos inmediatos y objetivos a plazo más o menos largo.
- > Debe tener claro cuáles son las maneras de aprender que prefiere: autoaprendizaje, aprendizaje en Tándem, cursos de lenguas, programas de intercambio, lectura, etc. Tiene que planificar el camino a seguir para lograr cada uno de los objetivos que se ha propuesto.
- > Basado en sus objetivos de aprendizaje, puede concluir un contrato consigo mism(a)(o) o con enseñantes de lenguas. El contrato puede ser por un lapso variable de tiempo: un semestre o un año de estudios.

BIOGRAFIA LINGÜÍSTICA
4

Mis objetivos

Formule objetivos y planes para la(s) lengua(s) que está estudiando o que quiere seguir estudiando.

- ¿Qué es lo que quiero aprender? ¿Cómo quiero hacerlo?
- ¿Por qué y para qué quiero aprender un idioma, qué importancia tiene para mí y cómo me gustaría hacerlo?
- ¿Estudio por razones de trabajo, de estudio o de viaje?
- ¿Quiero ante todo entender, hablar, leer o escribir?
- ¿Quiero seguir en un curso, aprender en tándem o efectuar un intercambio?
- ¿En cuánto tiempo quiero lograr los objetivos que me he propuesto?

Inglés

Objetivo : Expresarme de manera precisa y variada
 - en la vida diaria
 - con vistas a mi vida profesional (por ej. tener una conversación telefónica)

Cómo lograrlo:

1. Estudiar dos horas a la semana con una persona en Tándem.
2. Seguir un curso intensivo de inglés profesional.
3. Ver con regularidad programas de televisión y películas en inglés.
4. Hacer como mínimo tres meses de prácticas en un país de habla inglesa.

Cuándo: En los dos años que me quedan para terminar mis estudios.

Italiano

Objetivo: Comprender textos de mi especialidad.

Cómo lograrlo:

1. Leer con regularidad, pero por lo menos dos veces al mes, textos sencillos dentro de mi especialidad con temas que me sean conocidos y tratando de entender las ideas principales.
2. Hacermé un pequeño diccionario personal del vocabulario especializado importante.
3. Ir al centro de multimedia una vez a la semana para mejorar conocimientos de gramática y estrategias de lectura.

Cuándo: Durante el año próximo.

Finlandés

Objetivo: Poder defenderme con algunas nociones básicas.

Cómo lograrlo: Estudiar media hora tres veces por semana con un CD-Rom.

Cuándo: Desde ahora hasta que viaje a Finlandia dentro de cinco meses.

OFIJSI OIKELA
European Language Portfolio
Portfolio européen des langues

ELC

Ejemplo: refrescar conocimientos de francés.

- Por qué: Participar en reuniones de trabajo y entender lo que se dice en francés.
- Para qué: Mejorar la comprensión oral
- Cómo:
1. encontrar material de autoaprendizaje para desarrollar la comprensión oral
 2. escuchar sólo la radio francófona en el coche
 3. ver el telediario en francés
 4. ver una película en francés una vez por semana.

① Siga y organice las etapas del proceso de aprendizaje con la ficha 5 BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 5: *Mi diario de aprendizaje*. Para más informaciones al respecto, véase «4.1 Cómo llevar un diario de aprendizaje.»

Ponga al día periódicamente las fichas de trabajo *Mis objetivos* y colóquelas en la parte 2 BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA del Portfolio.

4. ¿Cómo documentar mi proceso de aprendizaje lingüístico e intercultural y cómo reflexionar sobre el proceso mismo?

4.1 Llevar un diario de aprendizaje

Con la ficha de trabajo BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 5: *Mi diario de aprendizaje* se pueden organizar y seguir paso a paso las etapas de aprendizaje, formular objetivos personales de aprendizaje a corto plazo y reflexionar sobre las necesidades y maneras de aprender. Todo eso mejora la capacidad de aprender en autonomía y refuerza la motivación y la determinación.

Mi diario de aprendizaje					
<p>Documento paso a paso lo que va aprendiendo en la(s) lengua(s) que está estudiando, para ver más claramente sus necesidades, objetivos y maneras de aprender. Así puede elaborar estrategias apropiadas para incrementar sus conocimientos. Después de cada actividad de estudio, puede darse cuenta de sus progresos y éxitos, comparando lo hecho con los objetivos que se ha propuesto. Todo esto va dirigido a mejorar su capacidad de aprender por su cuenta.</p>					
Idioma: <u>Alemán</u>					
Fecha	Mi objetivo Al terminar esta etapa de aprendizaje, ¿qué me propongo hacer concretamente con la lengua meta?	Actividades de aprendizaje ¿Y qué hago para lograr mi objetivo?	Objetivo logrado sí/no (con fecha)	Evaluación de mi trabajo En el trabajo realizado, ¿qué ha sido lo positivo y lo que no ha funcionado tan bien como esperaba?	Reforzar lo aprendido ¿Qué hago para revisar y consolidar lo que he aprendido?
1.5.04	Escuchar: comprender globalmente una conversación que trata el tema de la vivienda.	Ejercicios para escuchar sobre el tema de la vivienda en el Centro de Multimedia, rellenar la hoja de ejercicios y controlar las respuestas con la hoja de respuestas.	Sí 10.5.04	Escuché varias veces la conversación, acabé por entenderla bastante bien y al final me leí el texto para controlar mi comprensión.	- Escribir un texto sobre «Mi piso.» - Pegar «Post-It» en los muebles de casa para acordarme de las nuevas palabras alemanas.
5.11.04	Leer: sacar informaciones importantes de un artículo especializado sobre el mercantilismo.	Leer el texto por encima, identificar las palabras claves y tomar apuntes.	Sí 26.11.04	El texto resultó muy difícil, pero me las arreglé con el diccionario.	Anotar las palabras nuevas en el fichero de vocabulario.
15.02.05	Hablar: participar en una charla informal sobre genética.	Hablar del tema con mi compañera de Tandem o con otra persona de lengua alemana.	No 28.2.05	Me faltó vocabulario para hablar del tema con soltura y claridad.	Tengo que proponerme objetivos nuevos y menos ambiciosos.

- > Empiece por fotocopiar la ficha BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 5: *Mi diario de aprendizaje*, para poder rellenarla.

4.1.1 Formular objetivos de aprendizaje

- > Las *Listas de referencia para autoevaluarse*, fichas de trabajo BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 3.1 – 3.6 sirven de base para formular objetivos de aprendizaje.
 - Es importante que los objetivos sean claros, muy concretos y nunca formulados de manera negativa. Deben referirse a un tema o un campo preciso de estudio, relacionados ambos con una situación o con un campo preciso de competencia. Ejemplos: entender todos los detalles de un texto jurídico escrito relativo al derecho matrimonial suizo o bien redactar una carta formal y sencilla pidiendo informaciones a un hotel.
 - Debe fijarse objetivos de aprendizaje que tengan en cuenta su nivel de competencia en el momento en que lo hace y que pueda lograr en un tiempo relativamente breve como una sesión de trabajo, una semana o lo que dura un proyecto.
 - Si los objetivos de aprendizaje están predeterminados por un curso de lenguas o forman parte de un plan a medio o largo plazo, conviene proponerse objetivos parciales más personales para responder a las necesidades más inmediatas.
 - Un objetivo describe lo que usted debe ser capaz de hacer al final de una etapa de aprendizaje. Si no lo ha logrado, debe proponerse objetivos parciales o nuevos objetivos.

4.1.2 Planificar y llevar a cabo actividades de aprendizaje

- > En la columna «Actividades de aprendizaje» se deben colocar los materiales que se van a utilizar, el modo de aprendizaje y las etapas de trabajo que se emprenden para lograr un objetivo.
- > Trate de descubrir cómo aprende mejor, cuáles son sus formas preferidas de aprender y qué tipo de aprendiente es usted: ¿auditivo o visual, aprende mejor al oír o al ver el material de aprendizaje, escribiendo o moviéndose mientras aprende?
- ① Averigüe qué tipo de aprendiente es usted: en Internet o en diversos libros encontrará los tests para hacerlo.
- > Escoja el material y las actividades que mejor se adapten a su modo personal de aprender.
- > Trate de ampliar su repertorio de técnicas de aprendizaje y trabajo. Pregúntese cómo aprende. Ejemplos de preguntas: ¿Usa una cartoteca para aprender vocabulario o temas precisos de gramática? ¿Aplica técnicas de lectura rápida? ¿Cómo se maneja con el tiempo?
- ① Sobre técnicas de aprendizaje hay libros e informaciones en Internet. Si usted estudia en alguna institución con un centro multimedia, encontrará informaciones.
- > Anímese a probar nuevas técnicas de estudio, quizás sean más eficaces que las que viene practicando.
- > Trate siempre de crear una relación personal con lo que va a estudiar y relaciónelo con su propia vida e intereses. Cuanto más intensa sea la relación, tanto más le afectará emocionalmente y recordará mejor lo que estudia.
- > Varíe sus actividades de estudio y hágalo con elementos bien distintos (textos, material audio o vídeo). Busque tipos diferentes de ejercicios y de formas de aprender. Se recomienda usar obras de referencia como gramáticas y diccionarios.

4.1.3 Evaluar el trabajo realizado

- > Al terminar una etapa, conviene que usted se pregunte si ha logrado el objetivo que se ha propuesto desde el principio. Sea sincer(a)(o): ¿lo ha logrado o no?
Trate de darse cuenta del modo en que ha procedido. ¿Qué es lo que ha favorecido su trabajo y qué lo ha obstaculizado? ¿Qué le ha gustado y qué no? ¿Qué puede hacer para evitar que se repitan los obstáculos y contrariedades, qué es lo que le desanima y qué puede hacer la próxima vez para lograr de veras el objetivo buscado?

4.1.4 Profundizar lo aprendido

- > Piense cómo puede aprovechar más lo aprendido y trate de usarlo de varias maneras:
 - Escribiendo textos con el vocabulario aprendido
 - Grabando los textos y escuchándolos en circunstancias distintas, en el tren, por ejemplo.
 - Hágase fichas de bolsillo de 5 a 10 palabras del idioma meta con traducción en el reverso, que puede llevar consigo y revisar cuando quiere.
 - Hágase carteles con palabras nuevas, diálogos y temas de gramática que puede colocar en su casa donde le parezca mejor, la cocina, por ejemplo.
 - Imagine otras formas de seguir aprendiendo.

- > Lleve un *Diario de aprendizaje* con regularidad y vaya eliminando de él lo que ya no le sirve.

Ponga en la CARPETA los trabajos que va haciendo mientras aprende, trabajos que muestran sus progresos y el estado de sus conocimientos en un momento determinado.

4.2 Desarrollar competencias interculturales durante una estancia de movilidad

Para que tenga éxito una estancia de movilidad, importan tanto las competencias lingüísticas como las interculturales. Con las fichas de trabajo BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 6.1 y 6.2: *Mi estancia de movilidad* podrá darse cuenta de la importancia de los factores interculturales en una estancia de movilidad y en la comunicación entre personas de culturas distintas.

Puede usar las listas de referencia antes, durante y después de su viaje al extranjero, para documentar su experiencia personal y ampliar su comprensión de lo que es una cultura distinta y cómo influye en la comunicación.

- ① Aunque esas fichas de trabajo se han ideado para documentar la estancia de movilidad universitaria, se pueden usar para una estancia profesional, unas prácticas o unas vacaciones.

- > De las propuestas siguientes escoja las ideas que le agraden especialmente para documentar su estancia de movilidad y desarrollar su competencia intercultural.
- > Puede usar la ficha de trabajo que acompaña la lista de referencia para dar cuenta de sus experiencias, pero también puede optar por una forma de hacerlo que se adapte mejor a su personalidad, como llevar un diario, hacer listas de palabras claves, crear mapas mentales o dibujos comentados, fotografías, películas, textos grabados...

Mi estancia de movilidad

BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA
6.1

Esta hoja de trabajo puede ser una ayuda para desarrollar su competencia en la comunicación intercultural, facilitando su integración en la vida académica y social del país que ha elegido para su estancia de movilidad.

País de donde ha salido: España.....

País y universidad de la estancia de movilidad: Alemania, Philipps Universität, Marburg.....

Lengua del país meta y lengua de enseñanza: Alemán.....

Fechas de la estancia: del: 1 de octubre de 2004..... al: 31 de julio de 2005.....

Lista de referencia: movilidad y competencia intercultural
En la lista siguiente tiene elementos importantes para el éxito de su estancia de movilidad. Léala atentamente y coteje cada elemento con sus objetivos personales. ¿Cuáles querría profundizar? Para hacerlo en detalle puede consultar la parte «Sugerencias para usar la Biografía Lingüística», 4.2. de este Portafolio. Y en el punto 6.2. de esta misma lista de referencia puede anotar lo que le ha parecido importante no sólo durante su estancia, sino antes y después de ella.

Fecha: 17.9.2004	Sí	En parte	No	?
De mi estancia en el extranjero				
Tengo claras mis motivaciones para ir al extranjero.		X		
Tengo claro lo que espero de mi estancia de movilidad.			X	!
Tengo claro lo que me inquieta por tener que ir al extranjero.		X		
Tengo claros mis objetivos personales para la estancia		X		!
Tengo claros mis objetivos académicos para la estancia.	X			
Mi nivel de competencia en la lengua meta basta para desenvolverse en la vida diaria.	X			
Mi nivel de competencia en la lengua meta me permite desenvolverse en la vida académica.		X		
Tengo claras las diferencias entre el estilo y las convenciones académicas de la institución donde estudio y los de la institución a la que voy para mi estancia de movilidad.			X	
Sé donde y como conseguir información sobre la vida académica y lo que se espera de quienes estudian en el país que me acoge.		X		
Sé a quien dirigirme para conseguir la información administrativa necesaria para mi estancia.			X	!
Tengo claros los puntos fuertes y débiles de mi personalidad que pueden ayudarme o ser obstáculo para el éxito de mi estancia.		X		
Sé como arreglármelas para superar momentos de inseguridad, estrés, ansiedad o soledad.		X		
De mis competencias interculturales				
Tengo clara mi identidad cultural, los valores vinculados con mi cultura y las creencias que determinan mi manera de ver a quienes tienen una cultura distinta.		X		
Tengo clara mi manera de percibir la cultura del país meta.		X		
Tengo claros los estereotipos con que en el país meta perciben mi propia cultura.			X	
Conozco algunas características de la vida diaria —comidas, bebidas, días festivos, etc.— y de las condiciones de vida —nivel de vida, vivienda, etc.— del país meta.	X			!
Conozco algunos datos importantes relativos a la geografía, la gente y la historia del país meta.		X		
Puedo reconocer algunas de las convenciones de un sistema cultural distinto del mío: maneras de comportarse y relacionarse, hábitos, etc.	X			!
Quisiera dejar de lado mis estereotipos para percibir mejor la cultura del país meta.		X		
Puedo darme cuenta de las actitudes fuertemente etnocéntricas que condicionan a la gente y los textos y distanciarme de ellas.		X		
Sé resolver malentendidos derivados del desconocimiento de otras culturas. Con frecuencia surgen de diferencias interculturales que no todo el mundo tiene presentes.				
Puedo ponerme en el lugar de otra persona, para ver las cosas desde su punto de vista.	X			
Puedo ser tolerante respecto de otras culturas, independientemente de mis convicciones morales.	X			!

European Language Portfolio
Portafolio europeo das Sprachen

4.2.1 Antes de salir de viaje

- > Fotocopie primero las fichas de trabajo BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 6.1 y 6.2: *Mi estancia de movilidad*.
- > Acuérdesse de estancias en el extranjero o viajes que haya hecho. ¿Cómo ha sorteado las dificultades, si las ha tendido? ¿Ha vuelto con opiniones más bien positivas o más bien negativas sobre la cultura meta? ¿Ha sido motivado por experiencias anteriores para emprender una estancia de movilidad?
- > Revise luego la lista de referencia: movilidad y competencia intercultural, preguntándose en qué medida es consciente de sus contenidos y cómo se sitúa en relación con ellos. Estudie detenidamente algunos de los puntos de la lista y dé ejemplos concretos.
 - Para los puntos que ha marcado con «Si» o «En parte», dé ejemplos de lo que vivió y sintió y trate de justificar sus respuestas.
 - Para los puntos que ha marcado como «Mi objetivo», trate de conseguir la información que necesita y piense en la manera de desarrollar la competencia que le falta.
- ❶ Para conseguir la información que le hace falta sobre el país y la institución en que va a pasar un tiempo, puede buscarla en Internet, en el material que distribuyen los servicios responsables de los estudiantes extranjeros de la universidad en que va a estar, en las embajadas y consulados del país al que va...

Póngase en contacto

- con estudiantes del país al que va y que estudian en su universidad,
- con estudiantes que ya han estado en el país o la universidad adonde usted desea ir o
- con personas —enseñantes o no— que conocen el país al que usted va y las exigencias de sus universidades.

En muchas universidades hay posibilidades (cursos, Tándem, asociaciones) de prepararse para una estancia en el extranjero y en el sitio de destino hay programas de acogida y acompañamiento para integrar mejor a l(a)(o)s estudiantes de intercambio. Naturalmente, debe usted informarse al respecto, para poder sacarles provecho y conseguir que su estancia sea un éxito.

4.2.2 Durante la estancia de movilidad

Durante mi estancia					
Estudios	Administración	Contactos	Idioma	Vida cotidiana	Mi comportamiento
<p><i>Octubre de 2004:</i> Auditorios enormes, todo muy impersonal, pero hay más variedad que en mi universidad, interesante.</p>	<p><i>Octubre de 2004:</i> Estrés, porque no sé cómo funcionan las cosas aquí. Creí que Alemania era como Suiza, pero es muy distinta.</p>	<p><i>Noviembre de 2004:</i> Frustración: demasiados contactos con francófonos y como vivo en una residencia de estudiantes, me siento sola.</p>	<p><i>Noviembre de 2004:</i> Me cuesta expresarme y hablo con un acento francés muy fuerte.</p>	<p><i>Noviembre de 2004:</i> Como mal: o cosas baratas o comida de cafetería.</p>	<p><i>Noviembre de 2004:</i> Busco contactos de todo tipo y hago todo lo posible para sentirme integrada: grupo femenino de cine, coro, deportes, Tándem.</p>
<p><i>Febrero de 2005:</i> Tengo demasiadas clases y no estudio lo suficiente. Me siento insatisfecha y me doy cuenta de que no tenía muy claros mis objetivos de estudio.</p>	<p><i>Marzo de 2005:</i> Ya no me plantean problemas las cuestiones de organización.</p>	<p><i>Enero de 2005:</i> Ahora comparto piso con tres alemanes y me siento mucho mejor. Hablo mucho con ellos y con esos contactos personales voy teniendo más claras sus pautas culturales.</p>	<p><i>Mayo de 2005:</i> Por fin logro un nivel de alemán que me permite comunicarme con gusto. Tengo cada vez más cariño por el idioma y me siento bien escuchando atentamente lo que dice la gente en la calle o en los transportes.</p>	<p><i>Enero de 2005:</i> Ahora como en casa con los tres alemanes, lo que es mucho más sano y me hace sentir mejor.</p>	<p><i>Enero de 2005:</i> Noto que estoy más dispuesta a aceptar cambios o a cambiar una situación que no va conmigo. Así da gusto estar aquí.</p>

Los elementos de la *Lista de referencia* le pueden servir de guía para reflexionar acerca de sus experiencias durante la estancia de movilidad. Revíselos periódicamente para darse cuenta de cómo va usted cambiando y evolucionando en su manera de ver esos elementos a través de las etapas de adaptación y de sus reacciones en cada caso.

- > Durante su estancia de movilidad trate de describir y comentar lo que le gusta o no, le impresiona, le interesa o le sorprende, así como lo que no corresponde a lo que se imaginaba o esperaba, en relación con:
 - el país, la gente y el idioma;
 - la vida cotidiana;
 - la vida universitaria;
 - las personas con quienes está en contacto;
 - sus sentimientos positivos y negativos;
 - su manera de comportarse, comunicarse y aprender.
- > Trate de comprender y comentar las diferencias notables entre su país de origen y el país que ha elegido para su estancia de movilidad. Lo mejor es tratar de ponerse en el lugar de esas personas de cultura distinta y ver las cosas desde ese punto de vista ajeno.

4.2.3 Después de la estancia

- > Revise la lista de referencia que rellenó antes de su viaje y pregúntese si sus puntos de vista han cambiado y si han cambiado, de qué manera lo han hecho.

¿Ha cambiado también su manera de verse a sí mism(a)(o) o su manera de ver la otra cultura?

Coloque los documentos relativos a la estancia de movilidad en la parte CARPETA de su Portfolio y no olvide anotar su viaje en el PASAPORTE DE LENGUAS.

5. Fichas de trabajo fotocopiales para trabajar en la Biografía Lingüística

- > Para trabajar use fotocopias y conserve los originales del Portfolio para volver a fotocopiarlos cuando tenga que ponerlo al día.

BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 1:	Mi biografía de aprendiz de idiomas
BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 2:	Mis experiencias interculturales significativas
BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 3:	Lo que ya soy capaz de hacer en un idioma y lo que quiero seguir aprendiendo: Listas de referencia para la autoevaluación
BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 3.1 a 3.6:	Por razones de claridad las listas de referencia de los seis niveles (A1-A2-B1-B2-C1-C2), que son 12 hojas, están al final de esta serie de fichas de trabajo.
BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 4:	Mis objetivos
BIOGRAFÍA LINGÜÍSTICA 6.1 y 6.2:	Mi estancia de movilidad

Traducción de la edición en francés e inglés del Portfolio Europeo de las Lenguas para Educación Superior del ELC, 1. Auflage, 2002, ISBN 3-292-00276-1. Número de acreditación del Consejo de Europa: 35.2002
Publicado por: Schulverlag blmv AG, Güterstr. 13, CH-3008 Berna, Suiza, Tel.: +41 31 380 52 52, Fax: +41 31 380 52 10, Correo electrónico: info@schulverlag.ch, www.schulverlag.ch

La autoridad de validación del Consejo de Europa ha validado esta traducción. Número de acreditación: 35.2002.es.