




# FAI UN PO' OGNI GIORNO SENZA STRESS

FAI UN PO' OGNI GIORNO  
SENZA STRESS



**REGOLA 4 - LE 7 REGOLE DI ITALIANO AUTOMATICO**

© ITALIANO AUTOMATICO 2024 | ITALIANO PER LA VITA 

## REGOLA 4

# FAI UN PO' OGNI GIORNO SENZA STRESS

*“Bentornati! Oggi vedremo insieme la regola numero 4: impara un po' ogni giorno, senza stress.”*

*“Buon apprendimento e ascolta questa regola più volte.”*

Buongiorno carissimi. Prima di iniziare ti ricordo le prime tre regole:

- I. La prima ti ricorda dell'importanza dell'ascolto.
- II. La seconda ti ricorda dell'importanza della ripetizione.
- III. La terza ti ricorda l'importanza dell'usare i tempi morti.

Oggi ti propongo di rilassarti e apprendere senza stress. Quando impariamo una nuova lingua, questa regola è molto importante. Ci sono molti studenti che negli anni mi hanno raccontato della loro esperienza con il metodo e gli insegnanti tradizionali. Questa esperienza è simile alla mia. Mi raccontano di come hanno paura di fare errori quando parlano, di come hanno vergogna di parlare in italiano per non fare brutte figure, di come si sentono stressati al momento di parlare perché non gli viene naturale esprimersi in italiano. Tutte queste emozioni, se non le curiamo, ti porteranno a parlare l'italiano molto peggio di quello di cui sei capace.

Spesso questi problemi vengono dal fatto che imparando l'italiano ti hanno abituato a memorizzare vocaboli, verbi e grammatica, invece di concentrarti sulla bellezza della lingua e lasciarti apprendere seguendo ciò che ami: come la musica, video e testi interessanti o podcast. Molto di questo stress deriva anche dalla preoccupazione legata al fare alcuni errori in italiano che ti porterebbero a prendere un voto più basso in un esame. Questo riassume in breve il perché la scuola tradizionale ha completamente fallito fino ad oggi nell'insegnare lingue straniere. Come ho detto in passato, fortunatamente, migliaia di insegnanti giovani e anziani, mi hanno contattato dal 2013 e mi hanno spiegato come stanno portando miglioramenti nel metodo usato nelle scuole e questo mi fa enormemente piacere e vedo che lentamente le cose stanno cambiando. Ma visto che le istituzioni sono lentissime, è il momento per te di prendere il tuo percorso con l'italiano nelle tue mani e riprendere il controllo del tuo apprendimento per non perdere altro tempo. Per rilassarti nel parlare l'italiano, dovresti anche ricordarti che non c'è nulla di male nel fare alcuni errori quando parli. Anche noi italiani facciamo spesso errori nel parlato.

*“Specialmente io, faccio molti errori quando parlo l'italiano, nonostante abbia vissuto tutta la vita in Italia.”*

*“È vero. Anche io ne faccio tanti. Anche quando scrivo e come la nonna, sono nata e vissuta qua in Italia.”*

Anche io, che sono molto attento all'italiano che uso per farti imparare nel migliore dei modi, sbaglio spesso a dire qualcosa quando parlo e quando scrivo in italiano. Perché sto molto attento? Perché voglio assicurarmi che l'italiano che stai ascoltando sia il più corretto possibile. Poi ovviamente internet non perdona. Se sbaglio una parola, arrivano subito decine di italiani o professori tradizionali, che in modo anche maleducato, mi dicono che non posso aiutarti con l'italiano, ma ho ormai accettato questa responsabilità, essendo adesso esposto a quasi un milione di persone ogni mese che stanno imparando l'italiano. Il punto che voglio farti capire è che se il tuo obiettivo è di diventare una macchina, allora prova a parlare perfettamente l'italiano, altrimenti accetta il fatto che una lingua è un organismo vivente e pieno di eccezioni e che anche i nativi sbagliano di continuo ogni giorno. Questo ti aiuterà a vedere gli errori come qualcosa di divertente e naturale che non fanno solo gli stranieri, ma gli stessi italiani. Se trovi un insegnante che ha come obiettivo quello di farti fare zero errori, buona fortuna. Non lo augurerei nemmeno al mio peggior nemico. Il mio obiettivo è quello di aiutarti a migliorare ogni giorno, vedendo gli errori come qualcosa di normalissimo e che diminuiranno nel tempo naturalmente, grazie alla tua esposizione alla lingua. L'altro concetto importante è quello del fare un po' ogni giorno per molti mesi invece che tanto ogni giorno, ma per poche settimane. Noi esseri umani vogliamo tutto velocemente. Alcune cose nella vita si possono ottenere velocemente, ma imparare l'italiano benissimo, non sarà una di queste. Se pensi che per parlare benissimo, ci impiegherai una settimana, allora ti saluto, poiché Italiano Automatico non fa per te. Prima capisci che l'apprendimento richiede tempo e costanza, prima arriverai alla tua destinazione.

L'errore che fanno in molti, è quello di partire motivati. Fare tre ore ogni giorno per dieci giorni e poi fare sempre meno, pian piano che la motivazione se ne va. Dopo un mese e vedendo pochi risultati, il povero studente abbandona, pensando di non essere portato per le lingue. Quello che io ti consiglio di fare è invece quello che ho fatto io con le lingue che ho imparato e quello che hanno fatto gli studenti che hanno avuto risultati eccezionali. Ascolta un po' ogni giorno senza esagerare, ma senza sosta e senza fermarti. La chiave è ascoltare un po' ogni giorno e per vari mesi. Se ascolti ciò che ti piace, vedrai che questo tempo volerà. Come la canzone italiana che fa: *“Volareee oh oh”*...volerà! Questo approccio ti porterà lontano e al tuo obiettivo. C'è un detto in italiano: *“Chi va piano, va sano e va lontano.”* Credo fermamente che questo sia vero e dal 2013 sto raggiungendo tutti i miei obiettivi grazie a questo modo di operare sia nelle lingue che nella salute e nel lavoro. Ogni volta che provo ad andare più veloce, inevitabilmente succede quello che succede con tutti. Per un periodo vado molto forte e poi finisco le energie e mi ritrovo al punto di partenza. Ti prego di accettare questa verità per partire subito col piede giusto, migliorando un po' ogni giorno sarà impossibile per te fallire. È vero che ci sono persone che imparano più velocemente di altre e questo dipende da quante lingue già parli, qual è il tuo livello attuale, qual è la tua lingua madre, quanto sei motivato, quanti anni hai, quanto tempo hai a disposizione e molti altri fattori, ma la verità è che usando questo metodo e questa tecnica del fare un po' ogni giorno, non potrai fallire. Alcuni di voi avranno bisogno di tre mesi per arrivare a parlare. Altri sei mesi. Altri un anno. Altri un po' di più, ma tutti coloro che hanno creduto in questo metodo e fanno quello che ti sto spiegando in queste regole, sono arrivati a parlare l'italiano e hanno aggiunto questa bellissima lingua alla propria vita.

Quindi, come applicare questo stile del fare un po' ogni giorno?

La prima cosa da fare è: smettere di stressarti. Smettila di pensare troppo al futuro e a quanto velocemente devi migliorare e concentrati sul fare delle piccole azioni ogni giorno. La seconda cosa molto importante, come abbiamo detto, è smettere di avere paura di fare errori. La terza cosa è di scegliere materiali che ti interessano. Questo renderà facile avere la motivazione per fare un po' ogni giorno e ti aiuterà a limitare lo stress, specialmente se ascolterai materiali al cui interno trovi anche messaggi positivi e ottimisti. Ricorda che siamo quello che pensiamo tutto il giorno. Quindi, scegli con attenzione quello che decidi di ascoltare. È quello che stai ascoltando con le tue orecchie, infatti, che ti porta a pensare quello che pensi. La quarta cosa è di non essere triste per quello che non capisci, ma sii felice per quello che capisci. La quinta cosa è di capire che se fai un po' ogni giorno, come ti sto consigliando, non dovrai preoccuparti dei tuoi miglioramenti. Perché saranno garantiti da questa tua abitudine. Se ciò che sto dicendo adesso in italiano è troppo difficile per te, rilassati, scarica gli audio, i file di testo e guarda con calma ogni frase. Fermati più tempo su un video prima di passare a quello dopo. Mantieni la calma e procedi senza fretta. Mantieni un atteggiamento positivo. Sii ottimista e vedrai che i risultati arriveranno. Sii orgoglioso del livello che hai già raggiunto e accetta questa sfida del migliorare l'italiano con entusiasmo e passione. Questo farà un'enorme differenza.

Ti ricapitolo di nuovo le prime quattro regole che abbiamo visto insieme:

- I.** Ascolta molto italiano
- II.** Ripetere, ripetere, ripetere
- III.** Usa i tuoi tempi morti
- IV.** Fai un po' ogni giorno, senza stress

Noi ci vediamo domani, dove ti spiegherò una regola che ha cambiato per sempre il mio modo di imparare le lingue e la velocità con cui anche tu puoi imparare l'italiano, se capisci come farlo. La regola numero 5 sarà: impara l'italiano mentre migliori la tua vita. È la mia regola preferita e capirai domani perché può diventare anche la tua. Prima della fine di ogni regola ti lascerò dei piccoli video o messaggi di studenti che stanno imparando l'italiano col metodo naturale per motivarti nel tuo percorso. Ti mostrerò studenti reali che ancora non parlano in modo perfetto e stanno ora percorrendo il proprio viaggio.

*“Ciao Alberto. Ciao alla nonna. Sono Richard, vivo a Montreal, in Canada, Québec e seguo il tuo corso da molti anni adesso e devo dire che sono migliorato molto col tuo corso e volevo seguire anche il corso della pronuncia perché mi piace fare l'italiano ogni giorno. Ascolto anche la TV ed è un meraviglioso esercizio. Auguro a tutti una buona estate e poi vi auguro tante cose con questo corso. Grazie, ciao!”*

*“Ciao Alberto, come stai? Io sono Nestor Vendetti di Buenos Aires, in Argentina. Io sono nipote di italiani. I miei nonni erano della Sicilia. Io amo l'Italia. Amo tutte le cose italiane e ti ringrazio per il tuo corso. Mi congratulo con te per il tuo metodo e soprattutto per la tua simpatia e per la mamma e la nonna che hai. Molte grazie. Un forte abbraccio per te e per tutta la tua famiglia.”*

Noi ci vediamo domani e buona giornata.