

# Echo Method 用「回音記憶」打造 nativelike的語感



I AM  
史嘉琳 Karen Steffen Chung

I READ  
The New York Times / the BBC /  
UFO Radio

來自極冷的美國明尼蘇達州，從小跟爸爸學德文。高中開始教德、西語，同時也旁聽明大的中文課程。赴德當交換學生一年，學士（明大）、碩士（師大、普林斯頓）、博士（荷蘭萊頓）都念中文和語言學。在夏大教了一年中文後，1984年再次來台定居。1990年辭去新聞局的工作，轉到台大外文系任教，開始從事「台式英語」的研究。

要練習英語聽力與口說，首要條件是一定得有聲音進耳朵裡才可以，光靠背單字、學文法規則、看TIME雜誌、寫英文日記等，對聽力與口說的幫助並不大。想想看：外籍人士要學中文，光是看紙本上的圖解和文字說明，你認為他們能將國語的四個聲調學得像嗎？不太可能吧！英語也一樣，一定得要有聲音才行。不過，光把ICRT當背景聲音沒有多大的用處--要有方法，也必須要專心聽，還要事先徹底了解將要聽到的內容的意思，才比較有幫助。

那麼，用哪一種方法效果最好？我們來比較一下三種類似，卻有關鍵性不同的學習方法。

## ▲「跟述」法 (shadowing)

「跟述」法（也叫「跟讀」）是一種近來流行的英語聽力與口說練習方式。

作法如下：

- ① 選擇自己感興趣的英語音檔或影片，例如新聞報導、TED Talk等。
- ② 主播或演講者每一講完一兩個字後，學習者就接續著模仿，音檔與學習者覆述之間大概只有一兩秒的落差。
- ③ 一直這樣「跟述」十分鐘左右。

練習「跟述」的效果到底如何？有什麼優缺點？

「跟述」原先是專門訓練同步口譯人員的方式，慢慢培養出他們同時聽與說的能力。然而「跟述」需要高度的專注力，因為人們通常不容易同時執行兩件事(multitasking)，也容易疲勞，所以口譯人員一般也只能工作十到十五分鐘就得休息，讓別人上陣。

雖然練習「跟述」比都沒有練習聽力好，可是實際上，訓練口譯技巧和訓練一般聽力與口說有滿大的不同。通常口譯學員的英語聽說能力在訓練前就已經很不錯，「一心多用」才是他們練習的重點。一般的語言學習者卻需要基本的聽力練習與發音指導。如果從聽到聲音到自己「跟述」之間的時間很短，沒有機會仔細聽發音，有些文法詞尾可能會漏掉，甚至字的意思也不一定都知道。加上跟述過程中，重複練同一段話的機會少，一直有新內容的衝擊，頭腦會疲於奔命地盡量應付，手忙腳亂之際，長期記憶裡就留不住太多。就語言學習來說，跟述法效果不如別種方法好。

### ▲ 跟著唸 (listen-and-repeat)

傳統的「跟著唸」也是個常用又不錯的老方法，不過還是有幾個潛藏的問題要注意。

如果每句話聽完就要馬上跟著唸，學習者通常只會注意個別的字和字意，來不及充分吸收句型文法、發音、語調等。沒有接受過較好的聽力訓練的話，可能會辨認不出一些發音弱化的字，像 to、you、can 一類的虛詞，通常不會唸作 [tu]、[ju]、[kæn] 的清晰字典音，而唸作弱化的 [tə]、[jə]、[kn]，學習者可能因此會有聽不懂或會錯意的地方。另外，學習者在跟著唸時，也容易不知不覺換上「化石化」發音 (fossilized pronunciations，指自己原有不太標準的發音)，以及忽略句調和一些文法詞尾，而英語偏偏很多的語意其實是藏在文法與音調裡。

這樣的情況下，進步有限，會讓錯誤不容易被發現並糾正，甚至也可能會讓陳年老錯變得更加頑強難改。

### ▲ 回音法 (Echo Method)

要彌補以上兩個方法不足的地方，其實還有一個比較少人知道，卻是效果極佳、容易上手的方法，那就是「回音法」。




此方法利用人腦的「回音記憶」功能。人在聽完任何聲音或一句話後，腦中會自動「重播」該聲音或句子一次，讓我們有再次的機會把句子聽清楚。不過，除了讓我們向別人少說幾次「你剛說什麼？」，這個功能還可以在語言學習上派上用場。

單單「跟著唸」時來不及捕捉到的訊息，我們可以在聽「回音」時檢回來。之前的文章裡已經介紹過「回音法」的步驟<sup>1</sup>，簡單來說，就是在很專心地聽完四到五個字的短句後，給頭腦一個緩衝時間來「重播」剛聽到的話，才跟著唸。這樣做，頭腦會利用緩衝的時間來再次細聽與內化該句話，不會慌張地補進較熟悉、之前背過的錯誤發音、音調與文法。

至於教材，最好選優良的、較貼近自己日常生活的電視影集，例如 The Big Bang Theory (「宅男行不行」/「生活大爆炸」)、The Good Wife (「法庭女王」) 和 Fresh Off the Boat (「菜鳥新移民」)。

開始前，要先把劇本徹底看懂，該查的先用字典和 Google 查清楚，以「幕」(scene) 為單位。做完幾次「回音」練習 (listen - echo - repeat) 讓句子較熟悉後，再做幾次普通「跟著唸」的練習，最後用跟音檔一樣的速度同步唸幾遍。「同步唸」和「跟述」所不同的地方是，要完全同時跟音檔唸，沒有時間落差。「同步唸」能讓學習者學會跟母語人士一樣的節奏與抑揚頓挫。

總之，「回音法」的主要特點是：

- ①  只練比較短的句子，沒有絡繹不絕的新內容衝過來，讓學習者難以做處理和跟上。
- ②  每段話要重複聽很多遍，到滾瓜爛熟為止，這樣學習才紮實，才會貯存在長期記憶裡，不容易一下子又忘了。
- ③  所練的句子會在需要時自動地從嘴裡蹦出來，只要臨時抽換幾個字就好，不需要用慢吞吞有意識頭腦一個字一個字組合句子。

會有人建議用「跟述」來練英語聽力與口說的主要理由，應該是因為還沒有聽說過「回音法」這個學習法，所以當然也不會知道其在語言學習上的多重好處！

### E

註解：<sup>1</sup>請見英語島2016年11期與Hello!ET第69、70期

下期預告：

「競爭」與「合作」這兩個相背而馳的基本互動模式，西方人和華人會在什麼樣的場合選取哪一個？為什麼？下一期我們來探討看看！