

PHƯƠNG PHÁP LUYỆN NÓI



Mục lục

Lời mở đầu | 10

PHẦN 1: SỰ THỰC VỀ NÓI TIẾNG ANH LƯU LOÁT

1. Thế nào là nói tiếng Anh lưu loát? | 15
2. Cách tự đánh giá khả năng nói lưu loát | 24
3. Vì sao bạn không thể nói tiếng Anh lưu loát? | 28
4. Những lầm tưởng về nói tiếng Anh lưu loát | 42

PHẦN 2: PHƯƠNG PHÁP LUYỆN NÓI TIẾNG ANH LƯU LOÁT

1. Tầm quan trọng của phát âm tiếng Anh trong việc nói lưu loát | 64
2. Cơ sở của phương pháp luyện nói tiếng Anh lưu loát | 76
3. Các dạng bài luyện nói tiếng Anh lưu loát | 82

PHẦN 3: LỘ TRÌNH LUYỆN NÓI TIẾNG ANH LƯU LOÁT

1. Cách tự tạo động lực trong quá trình luyện tập | 116
2. Các giai đoạn tự luyện để nói lưu loát | 125
3. Các trở ngại khi nói tiếng Anh và cách khắc phục | 138

Lời kết | 169

Lời cảm ơn | 172

Về tác giả | 174

Chương 1

Thế nào là nói tiếng Anh lưu loát?

Bạn có thể tin vào những giấc mơ của mình, nhưng bạn phải hành động để biến những giấc mơ ấy thành hiện thực.

– NICK VUJICIC –

Nói tiếng Anh lưu loát là ước mơ của rất nhiều người khi bắt đầu học ngôn ngữ này. Khả năng nói trôi chảy sẽ giúp bạn ghi điểm cao trong các kỳ thi chuẩn hóa như IELTS, TOEFL iBT. Và quan trọng hơn cả, bạn sẽ thấy tự tin khi sử dụng tiếng Anh trong môi trường giao tiếp quốc tế bởi khi đó, khác biệt ngôn ngữ không còn là rào cản với bạn nữa. Có rất nhiều nguyên nhân khiến chúng ta chưa nói tiếng Anh tốt, ví dụ, thiếu động lực,

sợ sai, luyện tập chưa đủ, chưa có phương pháp học tập đúng v.v... Tuy nhiên, trước khi đi vào tìm hiểu và phân tích những nguyên nhân khiến chúng ta chưa nói tiếng Anh tốt, tôi muốn các bạn có một hình dung cụ thể về khái niệm thế nào là “nói lưu loát” – đây là thuật ngữ quan trọng, đóng vai trò bản lề xuyên suốt cuốn sách này.

THẾ NÀO LÀ NÓI LƯU LOÁT?

Khi nhắc đến “lưu loát”, đa số chúng ta sẽ nghĩ tới việc một người có khả năng nói trôi chảy, mạch lạc và đầy tự tin. Theo trang *dictionary.com*, tính lưu loát (fluency) được định nghĩa là khả năng nói (hoặc viết) nhanh, rõ ràng và dễ hiểu. Từ “fluency” xuất phát từ tiếng La-tinh có nghĩa là “flow” (tạm dịch: “dòng chảy”). Theo trang web của Hội đồng Anh, tính lưu loát được hiểu là cách bạn giải thích vấn đề trôi chảy, rõ ràng mà không ngập ngừng quá nhiều. Tính lưu loát luôn xuất hiện trong tiêu chí đánh giá của các bài thi nói chuẩn quốc tế. Ví dụ như trong bài thi nói của TOEFL iBT (của ETS – Educational Testing Service), tính lưu loát được xác định là khả năng nói liên tục trong một khoảng thời gian nhất định với độ ngập ngừng ít nhất có thể.

Như vậy, một yếu tố quan trọng để nói lưu loát là bạn cần nói liên tục, giữ được nhịp khi nói, và tránh bị ngắt quãng khi không cần thiết. Trong ngôn ngữ nói, việc ngắt nghỉ giữa các cụm từ là hành động tự nhiên. Tuy nhiên,

nếu bạn liên tục dừng, vừa nói vừa nghĩ thì có nghĩa bạn chưa nói lưu loát. Ngoài yếu tố nói liên tục, theo tôi, nói rõ cũng là một tiêu chí quan trọng trong nói lưu loát. Nhiều người tưởng rằng nói lưu loát chỉ đơn giản là nói nhanh. Tuy nhiên, khi nói nhanh, bạn khó có thể kiểm soát những gì đang nói, dẫn tới việc phát âm không rõ ràng, gây khó hiểu. Trên thực tế, rất nhiều người nói ở tốc độ chậm rãi, vừa phải nhưng vẫn được coi là nói lưu loát. Lý do vì họ nói rõ ràng và liền mạch.

Tóm lại, nói lưu loát không nhất thiết phải nói nhanh, bạn có thể nói ở tốc độ vừa phải, miễn là bạn nói rõ và giữ được mạch nói nhịp nhàng, tránh bị ngập ngừng khi không cần thiết.

CÔNG THỨC XÁC ĐỊNH MỨC ĐỘ LƯU LOÁT KHI NÓI TIẾNG ANH

Trong cuốn sách này, tôi sẽ giới thiệu đến các bạn hai công thức để xác định mức độ lưu loát khi nói tiếng Anh, đó là nói ở tốc độ vừa phải và nói ở tốc độ nhanh tự nhiên. Trong mỗi công thức, tôi sẽ lần lượt làm rõ từng yếu tố thành phần.

Công thức 1 – Nói lưu loát ở tốc độ vừa phải

$$\text{Nói lưu loát} = \text{Nói rõ (1)} + \text{Nói liên tục (2)}$$

Bài 1:

Kiểm tra khả năng ứng phó của bạn
khi nói trước áp lực thời gian

Áp lực thời gian ở bài thi TOEFL iBT tương đối lớn. Ví dụ, trong phần thi nói độc lập (Independent Speaking), thí sinh có 45 giây để trình bày quan điểm về một chủ đề cho trước. Bằng cách này, giám khảo có thể thấy được liệu bạn có khả năng nói liên tục dưới áp lực thời gian hay không. Đây là một bài kiểm tra năng lực nói lưu loát khá hiệu quả. Mặt khác, luyện nói dưới áp lực thời gian là một cách thú vị giúp bạn tăng khả năng nói lưu loát (tôi sẽ trình bày kỹ hơn về bài tập này ở Phần 2: Phương pháp luyện nói tiếng Anh lưu loát).

Chuẩn bị một máy ghi âm hoặc điện thoại có phần mềm ghi âm giọng nói. Sau đó, bạn hãy nói về chủ đề dưới đây trong 45 giây:

Describe a person you admire. Explain why you admire that person. Use details and examples to support your opinion.

Ngay sau khi đọc câu hỏi này, bạn có đúng 15 giây để chuẩn bị, sau đó mở phần ghi âm trên điện thoại và bắt đầu nói. Hãy bấm dừng ghi âm ngay khi 45 giây kết thúc.

Bây giờ, hãy mở bản ghi âm vừa rồi để nghe lại. Lúc này, bạn hãy tự đánh giá xem mình thuộc trường hợp nào dưới đây.

Trường hợp 1: Bạn chưa kịp nói hết ý trong 45 giây. Trong thời gian này, hoặc bạn vừa nói vừa nghĩ và ngập ngừng, hoặc bạn chỉ nói được một vài câu là hết ý tưởng và không biết nói gì tiếp theo.

Trường hợp 2: Bạn nói hết/gần hết ý trong vòng 45 giây, nhưng bạn thấy khá căng thẳng vì phải chạy đua với thời gian. Bạn không nhớ nổi mình đã nói những gì và thấy bản thân khó kiểm soát nội dung đang nói.

Trường hợp 3: Bạn thoải mái diễn đạt ý tưởng và nói liên tục trong 45 giây. Bạn hoàn toàn hài lòng với bài nói của mình.

Theo kinh nghiệm của mình, tôi tin rằng khả năng bạn rơi vào trường hợp thứ ba (hoàn toàn hài lòng với bài nói) chỉ khoảng 1%. Nếu bạn thuộc vào nhóm này, xin chúc mừng bạn! Ngược lại, nếu bạn thấy mình rơi vào trường hợp thứ nhất và thứ hai, tôi cũng xin chúc mừng, vì bạn đã tìm được cuốn sách phù hợp với mình. Hãy đọc thật kỹ toàn bộ cuốn sách này và kiên trì thực hành theo các hướng dẫn, tôi tin nó sẽ giúp bạn thay đổi một cách ngoạn mục.

Bài 2:

Kiểm tra khả năng nói lưu loát của bạn

Chuẩn bị một máy ghi âm hoặc điện thoại có phần mềm ghi âm giọng nói. Sau đó, bạn hãy nói về chủ đề dưới đây trong 1 phút:

Why do you want to study English?

Sau khi tự thu âm giọng nói của mình, hãy nghe lại và nhờ một người khác đánh giá theo các câu hỏi sau:

1. Bạn đã nói rõ ràng, rành mạch chưa? Người nghe không cần tập trung cũng hiểu bạn đang nói gì.

2. Bạn có nói liên tục không? Bài nói có chỗ ngắt nghỉ phù hợp, không bị ngập ngừng để tìm thông tin, ý tưởng hay cách diễn đạt.

3. Bạn có nói nhanh ở tốc độ tự nhiên không? Lý tưởng nhất là bài nói của bạn nên có đủ các yếu tố trong công thức thứ hai (*nói lưu loát ở tốc độ nhanh tự nhiên*). Tức là giọng của bạn có lên xuống, nhấn nhá nhịp nhàng và bạn có thể nói khá nhanh mà vẫn rõ ràng. Theo Trung tâm Tiếng nói và Lời nói Quốc gia của Mỹ (National Center for Voice and Speech), tốc độ nói trung bình của người Mỹ là 150 từ/phút. Vậy hãy thử đếm số từ mà bạn có thể nói được trong 1 phút và ghi lại.

Nếu bạn trả lời “có” cho câu hỏi 1 và 2 (nói rõ ràng và liền mạch) nhưng số từ bạn nói trong 1 phút dưới 110 từ, vậy là bạn đang nói lưu loát ở mức độ chậm vừa (theo công thức xác định mức độ nói lưu loát thứ nhất). Nếu bạn đạt cả ba tiêu chí (nói rõ, nói liên tục và nói trên 110 từ/phút), có thể xác định bạn nói lưu loát ở tốc độ nhanh, gần với tốc độ nói của người bản xứ (theo công thức đánh giá mức độ lưu loát thứ hai).

GIAI ĐOẠN 4:
LUYỆN NÓI THEO CHỦ ĐỀ VÀ GHI ÂM

Luyện tập chăm chỉ là con đường duy nhất giúp bạn nói tiếng Anh lưu loát. Nhiều người cho rằng ở Việt Nam, họ không có môi trường để thực hành tiếng Anh nên không thể nghe nói tốt. Tôi có thể khẳng định rằng điều này không hề đúng. Tôi quen biết khá nhiều du học sinh Việt Nam tại Mỹ, không ít người trong số họ tuy đã sống ở Mỹ vài năm nhưng nói tiếng Anh còn kém lưu loát hơn so với nhiều bạn trẻ sống trong nước chưa bao giờ du học hay làm việc ở nước ngoài. Bạn hoàn toàn có thể tự nâng cao khả năng nói lưu loát của mình bằng cách luyện tập theo những bài tập mà tôi đã gợi ý thay vì đổ lỗi cho hoàn cảnh.

Trong suốt nhiều năm qua, ngày nào tôi cũng luyện nói. Mới đầu, tôi chỉ nói và ghi âm kể về một ngày của mình, giống như một cuốn nhật ký bằng giọng nói. Đây là phương pháp tôi tự nghĩ ra và thấy nó khá thú vị. Với cách làm này, tôi có thể học thêm không ít từ mới. Ví dụ, khi muốn nói rằng dạo gần đây đầu mình hay bị gàu nhưng lại không biết từ này nói thế nào trong tiếng Anh, tôi sẽ lập tức lên Google tìm kiếm. Cách tra cứu của tôi như thế này: thay vì gõ từ “gàu” vào thanh công cụ tìm kiếm, tôi sẽ tra cứu với từ khóa “*problem hair white dots*”, sau đó tôi lướt qua các bài đọc để tìm kiếm. Thông thường,

sau khoảng vài phút, tôi sẽ tìm được từ đó là “dandruff”. Tôi thích cách làm này hơn là tra từ điển vì tôi biết chắc rằng mình sẽ tìm được đúng từ ở ngữ cảnh mà tôi cần.

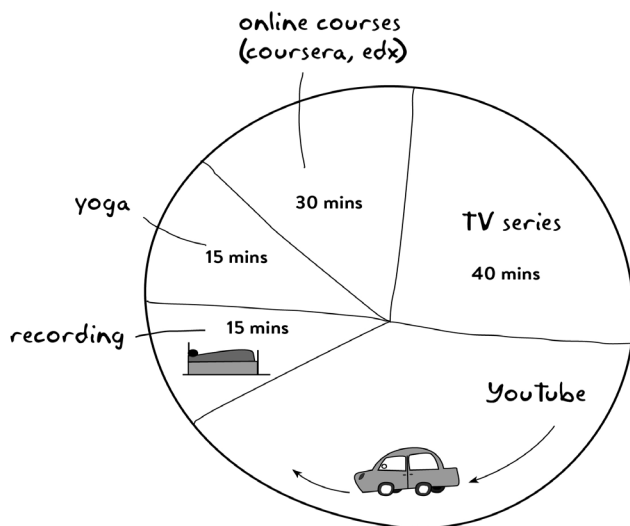
Khi nói về một chủ đề, tôi không chỉ ghi âm một lần mà là nhiều lần, thậm chí cả chục lần mỗi ngày. Sau đó, tôi nghe lại bản ghi âm, cố gắng sửa lỗi để nói giống người Mỹ nhất có thể, và chỉ dừng ghi âm khi đã cảm thấy khá hài lòng hoặc không thể cố hơn được nữa. Thực ra bạn không cần phải cố nói như người Mỹ. Chỉ là vào thời điểm đó, vì đang sống ở Mỹ nên tôi cố gắng thay đổi tiếng Anh sao cho giống họ để dễ hòa nhập với môi trường mới. Nhưng bạn thì không nhất thiết phải thế. Tiếng Anh là ngôn ngữ quốc tế, bạn chỉ cần học để có thể giao tiếp với mọi người trên thế giới. Việc học để nói hệt như người Mỹ hay người Anh vì thế sẽ là một mục tiêu không thật sự cần thiết.

Theo kinh nghiệm của tôi, bạn có thể chuyển sang luyện tập các bài nói theo chủ đề cho trước sau khi đã luyện nghe, nói tóm tắt đủ nhiều và thấy tự tin hơn về cách diễn đạt. **Mỗi ngày, hãy nói ngắn gọn về một chủ đề tự chọn và ghi âm trong vài phút.** Bạn cũng nên đặt mục tiêu cho mỗi lần ghi âm. Ví dụ, mục tiêu của bạn là sẽ ghi âm tối đa 10 lần để đạt được mức nói lưu loát. Qua thời gian, bạn tăng dần độ khó bằng cách rút ngắn số lần ghi âm xuống 7, 5 rồi 3 lần, cuối cùng là nói lưu loát chỉ trong 1 lần ghi âm. Khi có mục tiêu cụ thể, bạn sẽ nỗ lực

hơn để nói thật lưu loát, rõ ràng, như thể đó là cơ hội duy nhất mà bạn có.

Rất nhiều học viên đã được tôi hướng dẫn làm theo cách này. Khi mới luyện tập nói theo chủ đề, họ cảm thấy áp lực với việc phải luyện tập mỗi ngày. Có những người ghi âm bài nói tới vài chục lần mà vẫn không hài lòng. Những lúc như vậy, tôi khuyên họ hãy thoải mái tinh thần và biến việc luyện tập trở thành niềm yêu thích. Đây chính là yếu tố quan trọng giúp bạn duy trì thói quen lâu dài. Bạn phải yêu thích hành trình mình đang đi thì mới có thể tiếp tục với chặng đường trước mắt. Sẽ rất khó để thành công nếu chúng ta luyện tập một cách gượng ép. Khi mới bắt đầu, hãy thực hiện từng bước nhỏ. Bạn không cần phải nói thật hoàn hảo mà hãy chấp nhận rằng mình có thể mắc lỗi. Tôi luôn tự nhủ rằng đó là chuyện hết sức bình thường, mình chỉ cần lưu ý để tránh lặp lại lỗi trong những lần sau. Tuy vậy, đừng bao giờ tập tới khi bạn thuộc lòng chính bài nói của mình như một con vẹt. Bạn cần nói một cách tự nhiên nhất, chứ không phải học thuộc.

Dưới đây là một ngày bình thường của tôi. Bạn có thể thấy tôi đã cố gắng kết hợp các hoạt động thường ngày với việc luyện tiếng Anh. Dĩ nhiên, bạn không nhất thiết phải làm như tôi mà hãy dựa vào trình độ hiện tại và thời gian cho phép để đặt ra lịch trình luyện tập phù hợp.



Lưu ý: tôi luôn sử dụng các nguồn nghe, nhìn và đọc bằng tiếng Anh.

Chương 3

Các trở ngại khi nói tiếng Anh và cách khắc phục

*Không phải là tôi quá thông minh, chỉ là tôi chịu bỏ nhiều
thời gian hơn cho các vấn đề của mình.*

– ALBERT EINSTEIN –

Qua nhiều năm giảng dạy, tôi nhận ra rằng hầu hết mọi người đều gặp một vài khó khăn nào đó khi nói tiếng Anh. Trong khi nhiều người phát âm thiếu rõ ràng thì số khác lại gặp trở ngại về từ vựng và ngữ pháp, ảnh hưởng tới khả năng diễn đạt ý. Trong chương này, tôi sẽ

trình bày các vấn đề nổi bật mà người Việt thường mắc phải và cách khắc phục.

SỢ SAI KHI NÓI

Phần lớn mọi người đều bị ám ảnh vì những lỗi sai có thể mắc phải khi nói tiếng Anh. Nếu cố gắng nói không mắc lỗi, bạn khó lòng nói liên tục vì phải thường xuyên vừa nói vừa nghĩ để tránh lỗi. Ngược lại, khi tập trung nói liên tục, bạn khó mà không mắc lỗi.

Giải pháp

Khi mới tập luyện, hãy cho phép bản thân mắc lỗi

Lời khuyên của tôi là hãy cứ mạnh dạn nói và chấp nhận mắc lỗi. Lỗi lầm cũng là một phần của tiến trình phát triển ngôn ngữ. Bạn học được nhiều từ chính những lỗi mà bạn gặp phải. Khi cho phép bản thân mắc lỗi, bạn sẽ thấy việc nói tiếng Anh dễ dàng hơn rất nhiều. Hãy luôn tự nhủ rằng bạn đang sử dụng tiếng Anh chứ không phải làm một bài kiểm tra ngôn ngữ, nơi những người mắc lỗi sẽ bị đánh trượt. Một khi chấp nhận mắc lỗi, bạn chắc chắn sẽ giao tiếp tự tin và lưu loát.

Tập trung vào sự thoải mái khi diễn đạt ý tưởng tới người nghe

Thay vì chú ý quá nhiều tới lỗi sai khi nói, hãy tập trung vào ý tưởng bạn muốn truyền đạt tới người nghe. Trong

giao tiếp, điều quan trọng nhất là đối tác có hiểu ý bạn hay không. Do đó, hãy chăm chỉ tập theo các dạng bài gợi ý trong Phần 2 để luyện phản xạ nói tiếng Anh.

Khi đã cảm thấy thoải mái diễn đạt ý, hãy ghi âm và nghe lại để sửa lỗi.

Ở trên, tôi có động viên bạn hãy chấp nhận mắc lỗi. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa rằng bạn cứ nói sai mãi. Sau khi đã thực hành nói đủ nhiều để thấy thoải mái, tự tin, bạn hãy ghi âm các bài nói của bản thân và dành thời gian nghe lại các bản ghi này (hoặc nhờ người có kinh nghiệm nghe cùng) để phát hiện các lỗi bạn thường mắc.

Bạn nên chú tâm vào các lỗi lặp lại thường xuyên, đặc biệt là các lỗi ảnh hưởng tới khả năng nói rõ của bạn. Ví dụ, các lỗi diễn đạt vòng vo gây khó hiểu hoặc lỗi hay bỏ âm cuối khi phát âm. Sau đó, hãy từ từ khắc phục những lỗi này trong các bài nói tiếp theo.

DỊCH VIỆT – ANH KHI NÓI

Đây là một câu chuyện vui hoàn toàn có thật. Một lần, học viên của tôi nói thế này, “*I want to eat evil chicken*”. Tôi ngó người một lúc, không hiểu “evil chicken” là loại gà gì. “*Tôi muốn ăn một con gà độc ác*” ư? Sau khi hỏi lại, tôi mới hiểu hóa ra “evil chicken” theo bạn ấy là “gà ác”. Đây chính là hệ quả của “kỹ năng” dịch Việt-Anh mà không hiểu sự

khác biệt về ngữ nghĩa. Thực ra, bạn chỉ cần nói “black chicken” là dễ hiểu nhất, tránh làm người nghe hoang mang với kiểu dịch “evil” là “độc ác, xấu xa”.

Thêm nữa, các học viên của tôi cũng thường nói những câu kiểu như: *“I want to be a teacher because I could help people in my...umm...umm... cô ơi, từ ‘quê’ nói như thế nào nhi?”* hoặc *“I’ve worked hard to uhh...uhh... ‘thăng tiến’ là gì ý nhi?”* Việc mọi người không biết mình sẽ phải nói một từ nào đó bằng tiếng Anh, hay còn được gọi là hiện tượng “bí từ”, là chuyện rất thường tình. Lý do cũng rất dễ hiểu. Chúng ta thường tư duy bằng tiếng Việt, dịch ra tiếng Anh rồi nhắc lại câu tiếng Anh đó. Trong quá trình này, có những lúc chúng ta không thể tìm được từ ngữ tương ứng trong tiếng Anh.

Thói quen dịch từ tiếng Việt sang tiếng Anh khi nói thường cũng được các bạn áp dụng khi nghe, bạn sẽ vừa cố nghe rõ từng từ vừa dịch từ tiếng Anh sang tiếng Việt. Quy trình này thực sự rất vòng vèo và khiến bạn mất thêm rất nhiều thời gian khi giao tiếp. Vậy mà trên thực tế, có không ít giáo viên lại khuyên học viên nên học dịch để giao tiếp tốt hơn. Tôi thừa nhận rằng hoạt động dịch nghĩa sẽ giúp bạn nâng cao vốn từ và cấu trúc câu. Nhưng thói quen này đồng thời cũng sẽ “dim” chết phản xạ tiếng Anh của bạn. Trong giao tiếp trực tiếp, bạn không có đủ thời gian để dịch. Nếu cứ dịch nhảm trong đầu, bạn sẽ khiến cho đối tác ngán ngẩm vì sự chậm chạp của mình.

Dù vậy, thật đáng buồn khi phải thừa nhận rằng phần lớn người học tiếng Anh vẫn sử dụng tư duy “dịch” trong giao tiếp. Đây là thói quen được hình thành do ảnh hưởng của việc học ngữ pháp trong nhà trường. Và nó cũng chính là lý do khiến cách nói của bạn bị gượng cứng, thiếu độ lưu loát và trôi chảy. Ví dụ, để diễn đạt bạn đang xách rất nhiều đồ và không còn tay để xách thêm nữa, bạn nghĩ tới câu này “*Tôi không còn tay nào nữa*”. Nếu dịch từng từ sang tiếng Anh, rất có thể bạn sẽ nói “*I have no hands*”. Tuy nhiên, nói như vậy trong tiếng Anh sẽ rất dễ gây hiểu lầm là bạn không có tay. Để diễn đạt ý này, thay vì nói “*I have no hands*”, người ta sẽ nói “*My hands are full*”.

Dưới đây là một số giải pháp giúp bạn khắc phục “chứng bệnh” dịch khi nói.

Giải pháp 1: Sử dụng từ điển Anh-Anh

Hồi mới ra trường, tôi “tôn sùng” loại từ điển Anh-Việt/Việt-Anh. Mỗi khi đọc tiếng Anh mà gặp từ mới, tôi phải tra nghĩa của từ rồi mới đọc tiếp. Thế nhưng, chính thói quen này khiến tôi không những đọc hiểu chậm hơn mà còn hay dịch khi nói tiếng Anh. Về sau, tôi đã quyết định chuyển sang sử dụng từ điển Anh-Anh. Mỗi khi gặp từ mới, tôi tra từ điển, đọc giải nghĩa bằng tiếng Anh để xác định nghĩa của từ. Có những lúc, để hiểu nghĩa của một từ, tôi phải tra tiếp thêm nghĩa của một vài từ nữa.