

高校日语专业低年级教学中影子练习法应用初探

刘 勤, 巴玺维, 夏 雪, 巫永芳

上海杉达学院外语学院, 上海

收稿日期: 2023年9月18日; 录用日期: 2023年11月15日; 发布日期: 2023年11月24日

摘 要

朗读和背诵是外语学习中常用的练习方法。但这两种练习都没有原声的即时加入, 学生基于自身长期记忆内的语音知识进行发声, 容易在练习中将一些不正确的发声记忆下来, 产生“石化”现象之后难以纠正。影子练习原被广泛运用于同声传译的入门教学, 用以培养译员注意力分配和听说同步进行的技能。其特点是如影子般紧跟原声, 尽量准确地把听到的音声即时或延时进行口头复述。被认为具有能够提高听力等诸多益处, 其有效性也得到了众多学者的认可。但同时它又被认为是一项认知负荷较大、有一定难度的练习。本文结合问卷调查考察了在高校日语专业低年级教学中运用影子练习法的可行性, 认为对于低年级学习者, 教师可尝试指导学生以影子练习法来补充朗读和背诵的不足, 多种练习方法结合使用, 达到更好的练习效果。

关键词

高校, 日语, 影子练习, 低年级

A Preliminary Study on the Application of the Shadowing Exercise in the Teaching of Japanese Language Majors in Lower Grades of College

Qin Liu, Xiwei Ba, Xue Xia, Yongfang Wu

School of Foreign Languages, Sanda University, Shanghai

Received: Sep. 18th, 2023; accepted: Nov. 15th, 2023; published: Nov. 24th, 2023

Abstract

Reading aloud and reciting are common practice methods in foreign language learning. However, these two kinds of exercises do not have the immediate addition of the original voice, and students pronounce sounds based on their own long-term memory of phonological knowledge, so it is easy for them to memorize some incorrect sounds during the exercises, and it is difficult to correct them after the “petrification” phenomenon is produced. The shadowing exercise was originally widely used in the introductory teaching of simultaneous interpreting to cultivate the interpreter’s skills of attention distribution and simultaneous listening and speaking. It is characterized by following the original voice like a shadow, and repeating the heard sounds as accurately as possible, either instantly or delayed verbally. It is considered to have many benefits such as being able to improve listening, and its effectiveness has been recognized by many scholars. However, at the same time, it is considered to be a cognitively loaded and difficult exercise. This paper examines the feasibility of using shadowing exercises in the teaching of Japanese language majors in lower grades of college in conjunction with a questionnaire survey, and concludes that for the lower grades students of colleges, teachers can try to instruct their students to use the shadowing exercises to supplement the shortcomings of reading aloud and memorization, and to use a variety of practices in combination in order to achieve a better practice effect.

Keywords

Colleges, Japanese, Shadowing Exercise, Lower Grades

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

对于外语学习者，尤其是初级学习者，朗读和背诵一直是传统的重要练习方法。然而，这两种练习都存在一个共同的缺陷：没有原声的即时指导，学生容易在反复练习中把自身一些不正确的发声记忆下来，造成“石化”现象以后再难纠正。那么，有没有一种练习方法能够有效弥补这个缺陷呢？本文将结合影子练习法在外语教学方面的既有研究成果，以本校日语专业一、二年级本科生为研究对象，对影子练习法在日语专业低年级《基础日语》教学中的应用情况进行考察。

2. 影子练习法的研究背景

影子练习法，又称影子跟读法，源于英文 shadowing，日文称为シャドーイング，被广泛用于同声传译的入门教学。它原是在语音学，尤其是听觉语音学等专业领域常常用到的一种实验方法，用以研究人的听觉，也就是语音识别能力的具体构造(门田 2007) [1]。据迫田·古本(2019) [2]介绍，上世纪九十年代，日本学者开始将影子练习法应用于英语教学领域。其中，玉井(2005) [3]对影子练习法的定义被两国学者广泛引用。

Shadowing is an act or a task of listening in which the learner tracks the heard speech and repeats it as exactly as possible while listening attentively to the incoming information.

(玉井, 2005, p. 34)

根据这个定义,影子练习是“尽量准确地把听到的音声即时或延时进行口头复述的一种语言行为”。2004年门田和玉井两位日本学者合著的《決定版英語シャドーイング》(オスモピア)出版以后,在长期偏重书面外语教学的日本掀起了英语影子跟读的热潮。此后,日语教学领域也开始对影子练习这种练习方法展开研究,如荻原(2005) [4],迫田(2004) [5],中山(2015) [6],迫田·古本(2019)等。国内也有一些学者对影子练习进行研究,如王润芳(2013) [7]、肖开益(2016) [8]、尹松(2015) [9]、韩晓(2022) [10]等。这些研究达成一致的观点主要有:1) 能够改善语音语调;2) 能够提高听力水平;3) 能够提升外语听力短时记忆容量。总的来说,影子练习对于外语学习的效果得到了学者们的认可。

关于影子练习的工作原理,迫田·古本(2019)介绍道,在外语学习中,首先需要充分认识到「わかる」(理解)和「できる(运用)」的不同。学习者能够理解的语言知识,却未必能够熟练进行运用。而能够促成从“理解”到“运用”的,是反复的实践练习。影子练习正是这样一种以反复为主要特点的练习方式。传统的背诵虽然也具有反复的特点,但是,迫田·古本(2019)指出,背诵有两个弊端:第一,背诵是按照学习者自身的步调来进行,语速不是日本人正常的语速。第二,背诵会让学习者自身的一些语音特征及词汇语法错误在反复的过程中被一并记忆下来,这就导致学习者的错误出现石化现象,后期再难改善。而影子练习则以刚刚听到的源语速度来进行,其自动处理速度就会变快,能够尽可能接近日本人的正常语速,避开了背诵的第一个弊端。并且,影子练习时练习者的语音输出离源语输入时间间隔非常短,反复记忆的是正确的语言形式,还原度高,这就避开了背诵的第二个弊端。

关于影子练习与朗读的比较,门田(2007, p. 33)做了如下归纳(见表1、表2)。

Table 1. Similarities between shadowing exercises and reading aloud

表 1. 影子练习与朗读的相似点

- | | |
|---|---|
| 1 | 不是学习者主动发话,而是基于语言输入来进行发声; |
| 2 | 虽然处理语言输入的深度不同,但都包含尽量即时反应并在心中形成语音及音韵表象之后进行发声的过程; |
| 3 | 都与有着时间余地的离线式处理方式“复述”不同,原则上两者都需要在线处理信息并发音。 |

Table 2. Differences between shadowing exercises and reading aloud

表 2. 影子练习与朗读的不同点

- | | |
|---|---|
| 1 | 影子练习通过听觉输入信息,朗读则通过视觉输入信息; |
| 2 | 影子练习要求练习者紧跟原声的速度,而朗读虽然也有保持一定速度的规定,但一定程度上能够由练习者自己决定; |
| 3 | 影子练习是基于原声进行发音,朗读则不存在可以模仿的原声,是基于自身长期记忆内的语音知识进行发声; |
| 4 | 总体来说,相较于朗读,影子练习更需要练习者的专注力,在认知上更困难; |
| 5 | 比起朗读,影子练习对学习来说更容易有压力; |
| 6 | 比起朗读,影子练习更需要使用简单的语言材料。 |

门田(2007)总结说,影子练习和朗读都拥有能够使得学习内容内在化的功能。而另一方面,两者也各自拥有使得听力认知和视觉认知处理自动化的功能,也就是说,影子练习能促进听力认知自动化,朗读能促进视觉认知自动化。由此看来,影子练习不仅具有和朗读相同的“促使学习内容内在化”的功能,还拥有能够促进听力的优点。但同时,门田(2007)在表2第4、5点也指出,比起朗读,影子练习在认知上更困难,学习者更容易有压力。

3. 研究目的和方法

基于上述研究成果可以发现：影子练习对促进外语学习是有效的，并且具备朗读和背诵所不具备的优点。但同时也伴随着难度。那么，这种练习是否适合在高校日语专业低年级(本文指大一、大二两个年级)学生中展开呢？笔者尝试将影子练习引入了日语专业一、二年级的《基础日语》课程。因此，本文将主要探讨在高校日语专业低年级学生中开展影子练习法的可行性。

调查对象为本校日语系 2018 级、2019、2021 级的一、二年级本科生共 75 名。学生在教师指导下每周提交 2 次影子练习音频作业，为期一年。并对这 75 名学生进行问卷调查，了解学生对影子练习法的态度，以此考察在低年级教学中实施影子练习法的可行性。

4. 影子练习的实施过程

从 2019 年开始，笔者以精读教材《新编日语》的课文为练习素材，以课内课外相结合的方式，将影子练习法导入低年级《基础日语》课程的教学。具体实施情况如下。

1) 新生开课之初将影子练习法的效果和具体做法介绍给学生，进行现场影子练习示范，并告知课外音频作业提交的相关规则。影子练习法的具体步骤参考了吉岐(2010) [11]所介绍的方法(表 3)。

Table 3. Steps in shadowing exercises

表 3. 影子练习的步骤

第一步	熟悉课文内容；
第二步	听着教材录音，像哼唱一样模仿语音；
第三步	一边看着课文，一边抱着试试看的心情，从自己跟得上的地方说说看；
第四步	反复练习，直到熟练。

2) 将影子练习作为课外作业布置给学生，并给与反馈(表 4)。

Table 4. Out-of-class audio assignment submissions for shadowing exercises

表 4. 影子练习的课外音频作业提交

1	教学进度基本每周一课，每课结束后提交前文和会话的影子练习音频各一条(时长 2 分钟以内)至智慧树教学平台。
2	录制影子练习音频作业时，既可看课文也可不看课文，由同学自主决定。
3	教师对每条音频作业以百分制打分，并简单进行书面反馈，鼓励的话语为主。

3) 每课新课开始之前，在课堂上对上一课的前文和会话内容抽取部分学生进行脱稿影子练习，以确认每周的练习成果。

学生在一年里坚持了每周两条(约 2 分钟时长)语音材料的影子练习，教师也坚持了对练习者长期的关注和精神支持。教师尤其注意了从心理上减轻练习者负担，保持与练习者的时常沟通，了解练习者的练习状态，并对有困惑的同学给与个别指导。一年下来整体实施情况比较顺利，学生普遍热情较高。

5. 问卷调查及结果分析

5.1. 问卷调查介绍

问卷使用“问卷星”进行发布和回收。面向全体在低年级阶段坚持影子练习法的 75 位同学发布，共

回收问卷 67 份,回收率为 89.3%。问卷内容共设置三个问题,总体了解学生在实践一年之后对影子练习法的看法及学生心目中影子练习的优缺点。18、19 级学生均从大二开始使用影子练习法,由于学生反响较好,21 级学生开始尝试从一年级零基础开始影子练习法。

5.2. 结果分析

Table 5. Results of the questionnaire “1. Do you think shadowing is a good way of practicing?”

表 5. 关于“1. 您认为影子练习是一种好的练习方式吗?”的问卷结果

	18 级大二学生		19 级大二学生		21 级大一学生		合计	
	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比
非常认同	18 人	94.74%	21 人	77.78%	14 人	66.67%	53 人	79.1%
有一些认同	1 人	5.26%	5 人	18.52%	6 人	28.57%	12 人	17.9%
很难说	0 人	0	1 人	3.7%	0 人	0	1 人	1.5%
不太认同	0 人	0	0 人	0	1 人	4.76%	1 人	1.5%
完全不认同	0 人	0	0 人	0	0 人	0	0 人	0

如表 5 所示,选择“非常认同”的学生合计占到了 79.1%。18 级、19 级、21 级分别为 94.74%、77.78%、66.67%。可见,近八成的同学对影子练习法非常认可。表示“有一些认同”的同学占比不高,合计为 17.9%,18 级、19 级、21 级分别为 5.26%、18.52%、28.57%,而表示“很难说”、“不太认同”、“完全不认同”的同学占比极少。可见,影子练习在学生中得到了较为广泛的认可。同时,教师从 1 年练习期间学生提交影子练习音频作业的情况也可以看到,绝大部分学生能够按时提交,并且跟读质量总体较好。21 级学生对影子练习的认可度有一定下降,可能与网课期间教师指导不便有一定关系。

由以上数据可见,尽管影子练习被认为是一项认知负荷较高,有一定难度的语言活动,但是同学们在老师指导下能够顺利进行,尤其一年级零基础同学也能从单词、简单的句子开始坚持练习,笔者认为,这说明在低年级阶段开展影子练习是可行的。

此外,问卷还对影子练习的优缺点进行了调查,结果如下。

Table 6. Results of the questionnaire “2. What do you think are the advantages of shadowing exercises? (Multiple choices possible)”

表 6. 关于“2. 您认为影子练习有哪些优点?(可多选)”的问卷结果

班级	“紧跟课文录音,便于模仿语音语调”	“紧跟课文录音,有利于集中注意力”	“听和读几乎同时进行,有利于提高听力”	“其他”
18 级大二	89.47%	84.21%	94.74%	0%
19 级大二	92.59%	70.37%	70.37%	3.7%
21 级大一	95%	75%	75%	0%
合计	91.04%	74.62%	77.61%	1.49%

如表 6 所示,从 18、19、21 级三届学生总体来看,91.04%的同学认可影子练习有“紧跟课文录音,便于模仿语音语调”这一优点,74.62%的同学认可影子练习具有“紧跟课文录音,有利于集中注意力”的优点,75%的同学认可“听和读几乎同时进行,有利于提高听力”。可见,大部分同学认为这种练习对语音语调的模仿有效,对集中注意力有效,对提高听力有效。

Table 7. Results of the questionnaire “3. What do you think are the disadvantages of shadowing exercises (Multiple choices possible)”**表 7.** 关于“3. 您认为影子练习有哪些缺点?(可多选)”的问卷结果

班级	“课文录音语速太快，跟不上，很有挫败感”	“课文录音对我有干扰，我感到很不舒服”	“跟在别人后面鹦鹉学舌，没意思”	“其他”
18 级大二	0%	0%	0%	0%
19 级大二	3.7%	0%	3.7%	0%
21 级大一	0%	4.76%	4.76%	0%
合计	1.49%	1.49%	4.48%	0%

表 7 数据显示，三届学生中仅 1.49% 的同学认为自己跟不上课文录音的语速，很有挫败感。1.49% 的同学认为“课文录音对我有干扰，我感到很不舒服”，4.48% 的同学认为影子练习是“跟在别人后面鹦鹉学舌，没意思”。可见，不适应影子练习的学习者还是比较少的。但这也提示我们，并不是所有人都适应这种练习方法，教师在指导时还需要密切注意学生的反馈并给予适当的建议。

6. 结语

本文在已有的影子练习相关研究基础上，对本校三届日语专业低年级学生坚持影子练习 1 年的实践情况进行了总结，并结合问卷数据观察了这些学生对影子练习法的看法。从问卷结果看，学生们普遍比较认可这种练习方法，并且普遍认可了影子练习便于模仿语音语调、有利于集中注意力、能够提高听力水平的优点。可见，影子练习尽管被认为是一项认知负荷较高，有一定难度的语言活动，常常用于较高水平学习者的口译训练，但经过本次历时三年的实践验证，此练习方法在一、二年级低年级学习阶段，尤其对一年级零基础同学也是具备可行性的。因此，笔者认为，教师可尝试指导低年级学生以影子练习来补充传统的朗读和背诵法的不足，多种练习方法结合使用，达到更好的练习效果。而影子练习对于语音语调改善、听力提升等方面的有效性及教师指导策略、学生练习策略等问题，将在以后的研究中继续探讨。

基金项目

本项目由上海杉达学院科研基金项目资助。

参考文献

- [1] 門田修平. シャドーイングと音読の科学[M]. 東京: コスモスピア, 2007.
- [2] 迫田久美子, 古本裕美. 日本語教師のためのシャドーイング[M]. 東京: くろしお出版, 2019.
- [3] 玉井健. リスニング指導法としてのシャドーイングの効果に関する研究[M]. 東京: 風間書房, 2005.
- [4] 荻原広. 日本語の発音指導におけるシャドーイングの有効性[C]//京都経済短期大学学会. 京都経済短期大学論文集. 東京: 日本語教育学会, 2005: 55-71.
- [5] 迫田久美子. 日本語指導におけるシャドーイングの基礎的研究(2)-音読との比較調査からわかること[C]//日本語教育学会. 日本語教育学会秋季大会予稿集: 2005 年度. 東京: 日本語教育学会, 2005: 241-242.
- [6] 中山誠一, 鈴木明夫, 松沼光泰. シャドーイング法は文章理解のどの側面に効果があるのか[J]. 学習開発学研究, 2015(3), 203-209.
- [7] 王润芳. 影子跟读应用于日语教学的研究[J]. 语文学刊(外语教育教学), 2013(8): 72-74.
- [8] 肖开益, 张利平, 王在琦. 一项关于“影子练习”训练中的内在意识的实证研究——以日语中级学习者的行为和感受为中心[J]. 日语学习与研究, 2016(5): 85-92.

- [9] 尹松. 从教师听觉评价和语音分析软件看跟读法训练对改善日语韵律错误的效果[J]. 外语教学理论与实践, 2015(4): 70-74
- [10] 韩晓. 工作记忆与材料特征对日语影子跟读的影响[J]. 日语学习与研究, 2022(2): 82-92.
- [11] 吉岐久子. にほんご発音かんたん[M]. 東京: 研究社, 2010