



「音」

と

「意味」

のダブル
で攻略!

リスニング 「超」強化法

「リスニングにかなり時間を割いているのに、なぜかリスニング力が上がらない」——

こうした悩みを持っている人は多いのではないだろうか。

実は、リスニングは「ただ聞き流すだけ」では不十分。漫然と聴くのではなく、
ポイントを絞った学習を行わなければ、ほとんど効果は望めないのだ。

そこで今回は、「音」と「意味」の両面からリスニング力を強化する学習法を紹介する。

ダブルで攻略すれば、飛躍的な向上も夢ではない。

また、特別企画「CNNリスニング検定」を受けた人へのアドバイスも掲載。

今後の学習にぜひ役立ててほしい。

テキスト：デイビッド・セイン＋AtoZ Guild

pp.44-45の英文出典：「ゼロからスタート 英語を読むトレーニングBOOK」
(デイビッド・セイン著 / Jリサーチ出版)

リスニング力を効果的に上げるには？

リスニング力をアップさせるには、二つの能力の養成が必須である。

つまり、「音を聞き取る力」と「意味を素早くつかむ力」である。

音を聞き取る力とは、「かたまり」として流れてくる音声を個々の単語として認識する能力のこと。

これに対し、意味をつかむ力は、単語として認識したものをつなぎ合わせて、全体の意味を捉える能力だ。

リーディングとは異なり、リスニングでは「あとで聞き返す」ことや「ゆっくり自分のペースで聴く」ことはできない。

だから、素早く文意を捉える処理能力が必須なのだ。

Part 1 〈音を聞き取る力〉を養うための学習法

1 音声変化に慣れる

リスニングを行う際には、「音声変化」への対応が重要。変化のパターンを知らなければ、いくら「音」が聞き取れても、それが「どんな単語」なのか理解できない。速い英語を聴けるようになるために、ナチュラルスピードの音声に発生する「連結」「脱落」「同化」「弱化」などの現象に十分慣れておこう。

(⇒p.43)

2 精聴

リーディングには、速く読むことに主眼を置いた「速読」と、英文の構造や文法などを確実に捉え、内容を100%理解するための「精読」の2種類がある。「精聴」とは、いわば「精読のリスニング版」のようなもの。「わかつたつもり」で聞き流すのではなく、音と文字を一致させながら、全文の確実な理解を目指して、一つの音声素材を集中して何度も聴くことである。

(⇒p.44)

3 ディクテーション

ディクテーションとは、聴いた英語を文字情報として書き起こすこと。この作業を行うことで、どんな音が聞き取れないのか、リスニングの弱点が把握できる。音だけに集中するのではなく、英文の構造を考えながらやると、冠詞や前置詞、代名詞など、弱く読まれたり、脱落した音も推測できるようになる。

ディクテーションは時間と集中力をかなり必要とする「きつい」学習法だが、苦勞した分だけ大きなレベルアップが期待できる。英語上級者なら、おそらくほとんどすべての人が、ディクテーションによる学習経験を持っているはずだ。(⇒p.45)

4 音読

音読は、正しい発音やイントネーションでスピーキングができるようになるためのトレーニングだと思われがちだが、実は、リスニング力アップのための学習としても非常に効果が高い。英語音声と同じように音読できるようになると、ネイティブの「自然な息遣い」を理解し、自分の耳を「英語向け」にチューンアップすることが可能になる。(⇒p.46)

Part 2 〈意味をつかむ力〉を養うための学習法

5 リスニングのためのリーディング① 〈チャンク読み〉

リーディングとリスニングはどちらも「インプット」なので、この二つには相関性がある。つまり、リーディング力を鍛えると、同時にリスニング力も高まるのだ。

リスニング力を鍛えるためのリーディング学習として効果的なのは、「スラッシュリーディング」である。「意味のまとまり」ごとにスラッシュを入れながら、英文を頭から読むことで、語順通りに情報を処理できるようになる。リスニングでは「後ろから前に戻って聴く」ことができないため、「スラッシュリーディング」は、リスニング力アップにもつながる。(⇒p.47)

6 リスニングのためのリーディング② 〈指さし読み〉

速読をするには、いわゆる「返り読み」をしないことが重要だ。そのために「スラッシュリーディング」とともに効果的なのが、「指さし読み」である。返り読みしないリーディング術を身につけ、読むスピードが速くなると、リスニングでも速い英語の音声に対応しやすくなる。英語を効率よくインプットできる能力、いわば「英語アタマ」を手に入れることができるのだ。(⇒p.48)

1 音声変化に慣れる

リスニングができない要因の一つが、英語の「音声変化」に慣れていないことにある。特に、速い英語は「連結」「脱落」「同化」「弱化」などの音声変化が顕著に現れるので、そうした現象が起きている箇所は、繰り返し聴いて耳になじませておこう。

英語の音声は、以下の二つが原則である。

- ① 大事なところは強く、そうでないところは弱く
- ② 「発音しやすい」ように変化する

英文中の単語は、「内容語 (content words)」と「機能語 (function words)」に大別することができる。内容語は名詞・動詞・形容詞など「内容に直接関わる語」、機能語は、代名詞・接続詞・前置詞など「文法的機能を担っており、内容に直接関わっていない語」である。内容語は「相手にどうしても伝えたい語」であり、弱体化することではなく、強く読まれることが多い。言い換えれば、最低限、内容語だけ聞き取れば、文章の概要はほぼつかめてしまうのだ。

「連結」や「弱化」などの音声変化は、すべて「発音のしやすさ」(省エネ)を追求した結果であることも覚えておこう。

まずは聴いてみよう!

33

You might think that **resting and getting rid of stress are the same thing**, but that isn't necessarily true. It's **important** to get enough **sleep**, and to allow your body to recover from **fatigue and illness** when necessary. But just spending time doing **nothing** or indulging in **mindless pastimes** such as watching TV for hours can make you feel worse.

内容語の中でも、とりわけ「これだけ聞こえれば何の話をしているのかほぼ伝わる」という単語は、必ずはっきり強く発音される(該当する語を太字にしてある)。「休息、ストレス、睡眠、疲労…」だけでも、なんとなく何の話をしているか、想像できるはずだ。

1文ずつ、音声変化をチェックしてみよう!

① You might think that **resting and getting rid of stress are the same thing**, but that isn't necessarily true.

getting rid of stressは、ofがごく弱く発音され、ridと一体化し、全体としては【ゲッティンリダヴストレス】のようなカタマリに聞こえるはず。butやthatなどの語末の[t]の音はほとんど聞こえないので、but that isn'tは【バツザツイズン】のような音になる。

② It's important to get enough sleep, and to allow your body to recover from **fatigue and illness** when necessary.

速い発音の場合、important [imp'ɔ:rtənt] は二つの[t]の音が脱落して、【インポーアーン】のような音になることがある。接続詞のandは機能語であるため、かなり弱くなり、ただの[ン]になってしまうことも珍しくない。ここでは二つ目のandが[ン]のように発音されている。

③ But just spending time doing nothing or indulging in **mindless pastimes** such as watching TV for hours can make you feel worse.

①でも触れたが、Butの[t]の音はほとんど聞こえず、justの[t]の音は脱落しているので、But justは【バツヂャス】のようになる。forは【フォー】よりも【ファ】に近い音になる。

訳 休息をとることとストレスをなくすことは同じであると思うかもしれませんが、必ずしもそうではありません。睡眠を十分にとって、必要なときに疲労や病気から体を回復させることは大切です。しかし、何もしないで過ごしたり、何時間もテレビを見たりするなど、頭を使わない気晴らしにふけったりすると、気分が悪化してしまうことがあります。

語句 rest: 休息する/get rid of: ~を取り除く/allow...to do: ...が~することを可能にする/recover from: ~から回復する/
fatigue: 疲労/indulge in: ~にふける、~を楽しむ/
mindless: 頭を使わない/pastime: 気晴らし、娯楽