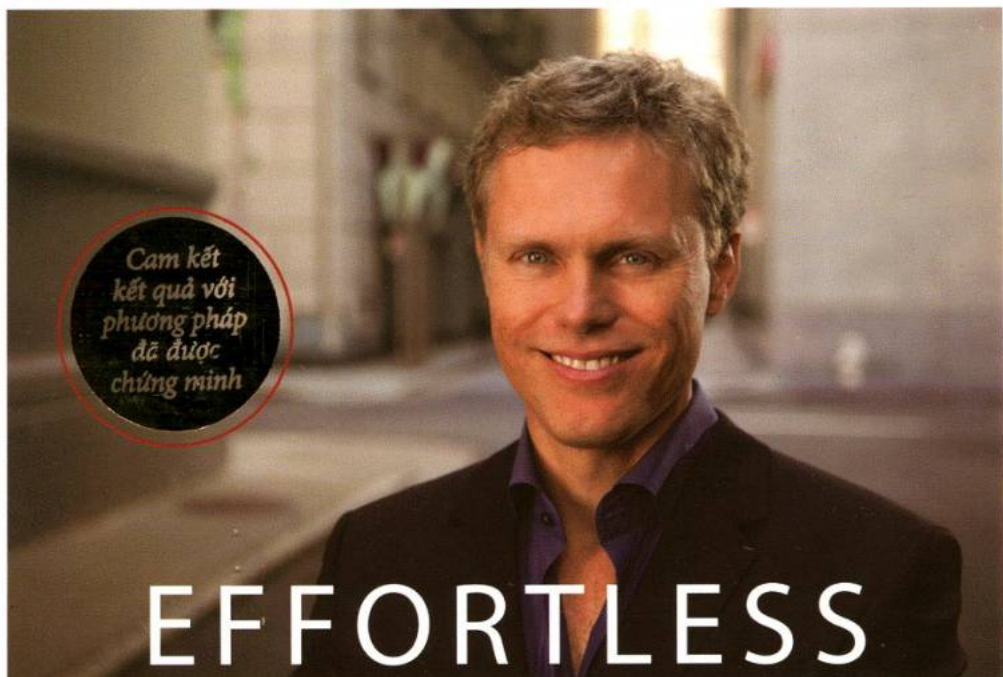


A.J. HOGGE

GIÁO VIÊN TIẾNG ANH SỐ MỘT THẾ GIỚI



*Cam kết
kết quả với
phương pháp
đã được
chứng minh*

EFFORTLESS

ENGLISH

LEARN TO SPEAK ENGLISH LIKE A NATIVE

LUYỆN NÓI TIẾNG ANH NHƯ NGƯỜI BẢN NGỮ



NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI

EFFORTLESS ENGLISH

LEARN TO SPEAK ENGLISH LIKE A NATIVE
LUYỆN NÓI TIẾNG ANH NHƯ NGƯỜI BẢN NGỮ

NHÓM THE WINDY: BIÊN DỊCH

EFFORTLESS ENGLISH

LEARN TO SPEAK ENGLISH LIKE A NATIVE
LUYỆN NÓI TIẾNG ANH NHƯ NGƯỜI BẢN NGỮ



A.J. HOGE



NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI

Mục lục

Chương	1	Một phương pháp học tiếng Anh tốt hơn	08
Chương	2	Vấn đề của trường lớp	21
Chương	3	Tâm lý còn quan trọng hơn ngữ pháp và từ vựng	35
Chương	4	Niềm tin quyết định thành công của bạn trong tiếng Anh	48
Chương	5	Tiếng Anh là một môn thể thao vật lý	56
Chương	6	Sử dụng các mục tiêu lớn mang tính thực tế để tạo động lực thành công	66
Chương	7	Lập trình não của bạn để học tiếng Anh thành công	72
Chương	8	Trẻ em học tốt nhất - Động cơ Effortless English™	85
Chương	9	Quy tắc đầu tiên: Học theo cụm từ - không học đơn lẻ	91
Chương	10	Quy tắc thứ hai: Học ngữ pháp sẽ hạn chế khả năng nói của bạn	102
Chương	11	Quy tắc thứ ba: Học bằng tai không phải học bằng mắt	112
Chương	12	Quy tắc thứ tư: Lặp lại là chìa khóa để nắm vững kỹ năng nói tiếng Anh	126

Chương	13	Quy tắc thứ năm: Học ngữ pháp một cách trực quan và tự nhiên	135
Chương	14	Quy tắc thứ sáu: Hãy học tiếng Anh thực tế và tạm bỏ những cuốn giáo trình	147
Chương	15	Quy tắc thứ bảy: Học tiếng Anh với các câu chuyện hấp dẫn	158
Chương	16	Kế hoạch tiếng Anh thường ngày của bạn	171
Chương	17	Sức mạnh của đọc sách giải trí	183
Chương	18	Bí quyết để có kĩ năng viết tiếng Anh tốt	189
Chương	19	Tại sao lại không nên luyện nói	199
Chương	20	Tiếng Anh là ngôn ngữ Thương mại quốc tế	208
Chương	21	Làm thế nào để có những bài thuyết trình tiếng Anh đầy tính thuyết phục	214
Chương	22	Tiếng Anh giúp kết nối bạn với thế giới	223
Chương	23	Nguyên tắc và sứ mệnh của Effortless English	230

LỜI GIỚI THIỆU

Thưa quý vị độc giả!

Hội nhập quốc tế & Cải cách giáo dục. Tuy hai mà một, tuy một mà hai. Muốn hội nhập được phải cải cách giáo dục. Vì, chỉ có con người mang tầm thời đại thì mới hội nhập đầy đủ và bình đẳng được. Muốn hội nhập được trước tiên phải biết tiếng Anh.

Tôi ngỡ ngàng khi cầm trên tay quyển *"Learn to speak English like a native - Luyện nói tiếng Anh như người bản ngữ"* của thầy A.J Hoge. Thầy A.J Hoge là một giảng viên có bằng Master of TESOL - đã từng giảng dạy ở nhiều trường đại học trên thế giới. Thầy A.J.Hoge đã nghiên cứu và phát triển thành công một phương pháp học tập giúp nâng cao khả năng nói tiếng Anh, đó là phương pháp *"Effortless English"*. Phương pháp này được các chuyên gia ngôn ngữ hàng đầu thế giới đánh giá là một trong những phương pháp tự học tiếng Anh hay nhất trên thế giới, dành cho những ai học tiếng Anh như là một ngôn ngữ thứ hai, và cuốn sách *"Learn to speak English like a native - Luyện nói tiếng Anh như người bản ngữ"* là cuốn sách đầu tiên của thầy được Công ty Cổ phần sách MCBooks phát hành tại Việt Nam. Cuốn sách chính là chiếc chìa khóa để học tiếng Anh. Càng đọc tôi càng ngỡ ngàng và sáng tỏ được rất nhiều điều hữu ích về phương pháp giảng dạy và học tập hiệu quả của *"Effortless English"*.

Thực ra tôi muốn đổi tên phương pháp học *"Effortless English"* sang Enjoying English, và rộng hơn là Enjoying Learning.

Mười lăm năm qua tôi đã bỏ hẳn chuyên môn được học - tiến sĩ toán lý và chuyển sang chuyên sâu về đào tạo kỹ năng

sống. Tôi dày công nghiên cứu và công phu tìm sư học đạo về phương pháp giảng dạy hiện đại.

Nói “học mà chơi, chơi mà học” thì dễ, nhưng biện pháp để thực hiện nó lại quá khó. Thực sự đến khi được dự lớp của thầy A.J. Hoge về phương pháp “Effortless English” tôi mới hiểu thấu đáo là muốn có “học mà chơi, chơi mà học” thì phải thay đổi từ gốc – người thầy phải “dạy mà chơi, chơi mà dạy”. Việc MCBooks hợp tác với A.J. Hoge là một việc làm đáng khích lệ của các bạn trẻ MCBooks, khi được nhân rộng, phương pháp Effortless English sẽ tạo ra một phương thức học mới, một phong cách sống mạnh mẽ và chủ động toàn năng cho thế hệ trẻ.

Bạn đang có trong tay một quyển sách không chỉ để nâng cao trình độ tiếng Anh, mà là phương pháp “học thoải mái hiệu quả - enjoy learning”, và hơn thế nữa, đây là một cẩm nang “Sống Sung Sướng – Enjoy Living’. Hãy biến nó thành một cẩm nang sống gối đầu giường.

Chúng tôi xin cảm ơn quý vị độc giả đã quan tâm và trân trọng giới thiệu cuốn sách hướng dẫn học tiếng Anh đặc lực này tới quý vị.

Chúc các bạn gặt hái được nhiều thành công hơn nữa, giỏi tiếng Anh, sống mạnh mẽ, hạnh phúc với cuốn sách giá trị này.

TS. Phan Quốc Việt

Người sáng lập, Chủ tịch HĐQT Tâm Việt Group

Tác giả - Diễn giả, MC truyền hình

Phó Chủ tịch Hiệp hội Phát triển Văn hóa Doanh nghiệp Việt Nam

Chương

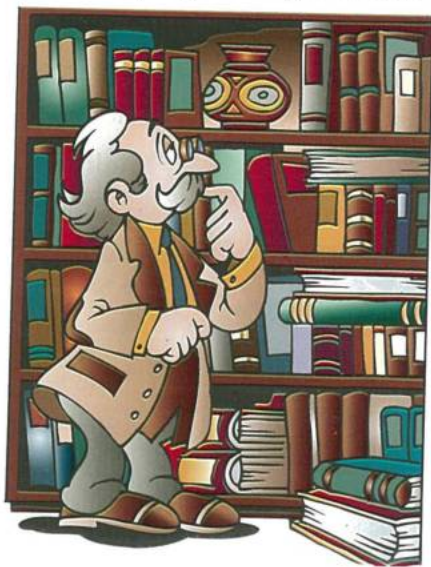
1

**Một phương pháp học
tiếng Anh tốt hơn**

Khi bạn đang cầm trên tay cuốn sách này, có thể bạn đang muốn giao tiếp bằng tiếng Anh. Có thể bạn thậm chí đã theo học lớp tiếng Anh nào đó rồi. Có thể bạn cần tiếng Anh để đẩy nhanh mức độ thăng tiến trong công việc hay sự nghiệp, hoặc bạn đang ước ao được đi du học hay du lịch nước ngoài. Bạn cũng biết đó, tiếng Anh là chìa khóa trong kinh doanh quốc tế và du lịch quốc tế. Vậy cho phép tôi được hỏi bạn một số điều này nhé.

Bạn có thấy lo lắng hay ngại ngùng khi nói tiếng Anh không? Bạn có phải cố gắng để hiểu ai đó đang nói gì với bạn không mặc dù đã học tiếng Anh được nhiều năm rồi? Bạn có ngại ngùng về phát âm hay lo lắng về việc bạn nói quá chậm? Bạn có cảm thấy thất vọng khi mà mình đã đầu tư nhiều thời gian để học tiếng Anh song vẫn không thể nói được tiếng Anh không? Bất kể mục tiêu đặt ra là gì, bạn có thấy khó sử dụng tiếng Anh trong công việc, du lịch, và học tập không? Đôi khi bạn vẫn cảm thấy mình sẽ không bao giờ nói tốt tiếng Anh đúng không?

Nếu bạn trả lời có, nghĩa là không phải chỉ riêng bạn gặp phải những vấn đề này đâu nhé. Thực tế, bạn là trường hợp khá điển hình. Hầu hết những người học tiếng Anh đều có cảm giác này. Những người trưởng thành học tiếng Anh thường bị áp lực và thất vọng vì khả



năng nói của mình. Một số người hoàn toàn tuyệt vọng và cảm thấy mình sẽ không bao giờ nói được tiếng Anh. Không phải vì khả năng ngôn ngữ kém, mà vì giống như bạn vậy, họ đã học sai phương pháp.

Bạn có thể học nói tiếng Anh tự nhiên một cách dễ dàng. Bạn có thể sử dụng tiếng Anh hiệu quả trong công việc, du lịch, và học tập. Khi đó, bạn sẽ cảm thấy thoải mái và tự tin khi bạn nói tiếng Anh. Thực tế, với kinh nghiệm dạy tiếng Anh lâu năm, tôi đã giúp đỡ hàng ngàn học sinh trên khắp thế giới trở thành những người nói tiếng Anh trôi chảy.

Phương pháp học của tôi là gì? Tôi đã sử dụng phương pháp dạy mà mình xây dựng trong Effortless English™. Effortless English™ cho phép bạn học tiếng Anh một cách tự nhiên và năng động- cách mà trẻ em học trước khi đi học. Thông thường, các lớp học tiếng Anh tập trung quá nhiều vào kiểm tra, sách vở, điểm thi, và "trình độ", học sinh quên mất mục đích mình ngồi học trong lớp để làm gì. Học sinh quên mất các mục tiêu thực tế của việc học là để có một sự nghiệp thành công hay có cơ hội du lịch quốc tế hấp dẫn.

Với Effortless English™ bạn sẽ không bao giờ quên mục tiêu chính của việc học một ngôn ngữ đó chính là giao tiếp. Thay vào đó, bạn học cách nói tiếng Anh nhanh và chính xác.

Effortless nghĩa là gì?

Tôi hiểu nếu bạn hoài nghi đặc biệt là bạn đang cố học tiếng Anh theo cách truyền thống. Bạn bị bó buộc vào các giờ

học: nhớ các danh sách từ vựng, học ngữ pháp, và đọc các cuốn sách nhằm chán. Bạn đang nghĩ "Làm cách nào để nói tiếng Anh được dễ dàng đây?"

Quay lại khoảng thời gian 15 năm trước khi tôi bắt đầu dạy học, học sinh của tôi đều hứng thú khi giao tiếp bằng tiếng Anh. Và tôi cũng thấy hứng thú khi giúp các em. Khi đó tôi đã dạy theo phương pháp thông thường. Tôi sử dụng giáo trình và tập trung vào dạy ngữ pháp. Tôi nghĩ đây là cách tốt nhất để dạy và không có học sinh nào than phiền về nó cả.

Tôi vẫn nhớ một học sinh rất thông minh của mình ở Venezuela tên là Gladys. Gladys rất quyết tâm học nói tiếng Anh. Gladys là một học sinh nổi bật trong lớp về việc chăm học. Cô bé luôn ngồi ở chính giữa hàng đầu tiên. Tôi còn có một bức ảnh chụp gương mặt nhiệt huyết và luôn tươi cười của cô bé. Gladys ghi chép rất chi tiết, lắng nghe từng từ tôi nói. Cô bé còn học ở nhà nữa. Mỗi ngày Gladys dành hơn 4 tiếng học theo giáo trình tiếng Anh. Cô bé còn cố gắng học 50 từ mới bằng cách ghi nhớ các danh sách từ. Gladys là học sinh xuất sắc và tôi tin cô bé sẽ thành công.

Tuy nhiên, sáu tháng sau cô bé vẫn hầu như không nói được tiếng Anh. Giọng nói của cô bé do dự và không tự nhiên. Cô bé thường xuyên mắc lỗi ngữ pháp trong những câu đơn giản nhất. Phát âm nghe khó hiểu. Cô bé vẫn suy nghĩ bằng tiếng Tây Ban Nha rồi cố dịch sang tiếng Anh khi nói. Tệ nhất là, Gladys



cảm thấy lo lắng mỗi khi cô bé phải nói tiếng Anh. Việc nói tiếng Anh thực sự là một trải nghiệm khó khăn đối với cô bé.

Gladys cực kỳ thất vọng. Sau nhiều nỗ lực, cô bé không cải thiện được mấy. Là giáo viên trực tiếp giảng dạy, tôi cũng rất thất vọng. Tôi chắc rằng Gladys sẽ cải thiện nhanh và không hiểu tại sao Gladys lại không thành công. Tôi đã dạy đúng theo các phương pháp truyền thống. Tôi đã sử dụng các sách giáo khoa tiêu chuẩn và hoạt động lớp học tiêu chuẩn. Gladys là một học trò thông minh, kỷ luật, và dút khoát, nhưng kỹ năng nói tiếng Anh của cô bé không cải thiện được mấy.

Thật buồn, tôi đã phát hiện ra rằng Gladys không phải là người duy nhất trong lớp bị như vậy. Các em cùng lớp cũng không nói tốt tiếng Anh. Điều đó khiến tôi thất vọng như thể nó là một sự thất bại hoàn toàn của một giáo



viên. Nhưng khi tôi hỏi các đồng nghiệp để trợ giúp, hóa ra tất cả các giáo viên đều vướng phải cùng chung vấn đề này - rất ít học sinh nói tốt tiếng Anh. Khi đó tôi nhận ra điều gì đó sai - đối với các phương pháp chuẩn mực trong giảng dạy tiếng Anh. Điều tồi tệ nhất đối với tôi đó là mọi người lại chấp nhận vấn đề này như một "điều bình thường". Các giáo viên khác không quan tâm tới sự kém tiến bộ của học sinh. Các giáo viên sử dụng phương pháp giống nhau và nhận được kết quả kém như nhau.

Ở nhiều nơi trên thế giới, học sinh học tiếng Anh trong

nhều năm. Nhưng đa số đều không học tốt môn tiếng Anh. Sau nhiều năm học, các em vẫn gặp vấn đề về giao tiếp tiếng Anh thực tế. Các em cảm thấy lo lắng và ngại ngùng khi nói tiếng Anh.

Sau vài năm dạy Gladys, tôi nhận công việc trợ giảng giáo viên tiếng Anh tại Nhật Bản. Tôi rất thích thú và sẵn sàng giúp đỡ các học trò trẻ học tiếng Anh. Tôi vẫn còn nhớ ngày đầu tiên lên lớp ở Nhật Bản. Tôi ngồi trước lớp cạnh giáo viên chính là người Nhật. Khi học sinh vào lớp, các em thấy tôi và cười khúc khích có vẻ lo lắng. Các em ngồi xuống và tiếp tục ngoái mắt nhìn tôi một cách ngại ngùng. Các em nhìn rất đáng yêu và đầy sự tò mò.

Sau đó lớp học bắt đầu. Giáo viên chính viết một câu tiếng Anh lên bảng. Tôi không nhớ chính xác, hình như là "The little girl goes to school". Giáo viên chỉ vào câu đó và nói bằng tiếng Nhật. Học sinh cầm lấy sách vở và bắt đầu viết lại. Mọi người đều có vẻ rất nghiêm túc.

Sau đó, giáo viên đó khoanh tròn từ "goes". Cô ấy chỉ vào từ đó và tiếp tục nói tiếng Nhật. Cô ấy nói gì đó bằng tiếng Nhật. Học sinh viết lại nhanh các lời giảng vào vở. Cuối cùng giáo viên kẻ một đường thẳng từ "goes" tới từ "girl". Và sau đó nói một hồi cũng bằng tiếng Nhật.

Buổi học cứ thế diễn ra cho đến khi hết giờ. Giáo viên đó kẻ các đường thẳng, vòng tròn, và ô vuông. Cô ấy sử dụng các màu phấn khác nhau. Và cô ấy lại tiếp tục giảng bằng tiếng Nhật.

Tôi hoàn toàn bối rối. Tôi là một người nói tiếng Anh bản xứ, và tôi đang ngồi trong một lớp dạy tiếng Anh. Nhưng tôi không thể hiểu chuyện gì đang xảy ra trong lớp học (ngoại trừ

một câu tiếng Anh được ghi trên bảng đó). Tôi tự nghĩ, "giáo viên đang nói chuyện gì mà nhiều vậy? Nó chỉ là một câu thôi mà." Nhưng giáo viên đó dành cả tiếng đồng hồ để phân tích, lý giải, chia tách một câu đơn giản. Cuối cùng khi kết thúc buổi học, giáo viên đó mời tôi "phát âm" to câu đó lên. Tôi đọc câu đó vài lần, và đó là câu tiếng Anh duy nhất mà các học sinh học được vào ngày hôm đó.

Mô hình này lặp lại đi lặp lại nhiều ngày. Hàng ngày, tôi nhìn thấy sự nhiệt huyết và trí tò mò của các học sinh biến mất dần. Các em dần bị chán nản. Các em bị áp lực và bối rối. Hàng ngày các em ghi bài giảng vào vở, chủ yếu là bằng tiếng Nhật. Tôi không thể hiểu tại sao một lớp tiếng Anh mà lại dạy chủ yếu bằng tiếng Nhật. Trong lớp học, học sinh nghe giảng bằng tiếng Nhật trong khoảng 90% thời gian hoặc nhiều hơn. Các em nghe rất ít tiếng Anh. Hỏi sao các em không bao giờ học nói! Chính vì thế nên các em hay bị thất vọng và bối rối.

Thành thật mà nói, tôi rất buồn khi biết rằng các nhà trường làm mất đi tình yêu học tập "tự nhiên" của học sinh. Thật khủng khiếp khi phải chứng kiến các em trở nên buồn chán, thất vọng, và áp lực. Và sáu tháng sau đó, không ai trong số các học sinh đó có thể nói chuyện với tôi, thậm chí dù chỉ là cuộc hội thoại đơn giản nhất. Tình huống này diễn ra rất phổ biến trong các lớp học tiếng Anh trên toàn thế giới.

Những kinh nghiệm của tôi với Gladys và kinh nghiệm giảng dạy tại Nhật Bản thuyết phục tôi rằng phương pháp giáo dục tiếng Anh truyền thống cần phải thay đổi. Tôi biết đó phải là một cách thức tốt hơn để giúp học sinh nói tiếng Anh. Vì vậy, tôi bắt đầu tìm kiếm một phương pháp tốt hơn. Tôi

đã đọc không biết bao các cuốn sách về giảng dạy tiếng Anh. Tôi luôn cố gắng thử các phương pháp mới trong lớp học của tôi. Tôi đọc các nghiên cứu. Tôi đi du lịch và dạy tiếng Anh ở nhiều đất nước khác nhau trên thế giới.

Điều làm tôi ngạc nhiên là các nghiên cứu thực tế chỉ hỗ trợ rất nhỏ cho các phương pháp giảng dạy truyền thống. Nhà ngôn ngữ học Stephen Krashen- Đại học Nam California chia sẻ rằng: "Chúng tôi có được ngôn ngữ khi chúng tôi hiểu những gì mọi người kể cho chúng tôi biết và hiểu được những gì chúng ta đọc mà không cần cố tình ghi nhớ." Nếu hầu hết chúng ta đã biết, theo trực giác, rằng cách tốt nhất để học tiếng Anh là học một cách tự nhiên, tôi tự hỏi, tại sao rất nhiều giáo viên và học sinh vẫn lựa chọn sử dụng các phương pháp không tự nhiên, không hiệu quả, và lạc hậu?

Cuối cùng, tôi đã trở lại trường học và lấy bằng thạc sĩ (TESOL) Giảng dạy tiếng Anh cho những người nói ngôn ngữ khác. Trong hành trình đó, tôi đã nghiên cứu và phát hiện ra một phương pháp mới, sẽ trở thành cơ sở cho chương trình Effortless English™.

Tôi cũng đã thực hiện nghiên cứu của mình. Tôi tìm kiếm những người nói tiếng Anh tốt, những người học tiếng Anh khi đã trưởng thành. Bất cứ khi nào tôi tìm thấy một người như vậy, tôi phỏng vấn họ. Theo thời gian, tôi đã tìm được các mô hình cho nghiên cứu của mình. Hầu hết những người nói tiếng Anh thành công là học viên độc lập, họ học nói tiếng Anh ngoài trường học. Hầu hết trong số họ đều sử dụng các phương pháp tương tự nhau, giống như các phương pháp trong nghiên cứu thạc sĩ của tôi. Họ đều tránh sử dụng các phương pháp truyền

thống vốn sử dụng trong hầu hết các trường học.

Tôi đã thay đổi cách giảng dạy của mình, và khi sử dụng những chiến lược mới trong các lớp học của mình, các học sinh của tôi tiến bộ nhanh chóng. Điều này thật đáng ngạc nhiên! Các em học cách nói rất dễ dàng và nhiệt tình. Và thậm chí – các em còn cảm thấy hứng thú với việc học nói nữa! Sau nhiều năm tìm kiếm và thử nghiệm, cuối cùng tôi đã tìm ra được các phương pháp hiệu quả.

Effortless English hôm nay

Trong những năm qua, tôi đã tiếp tục thử nghiệm và cải thiện các phương pháp này, phát triển hệ thống Effortless English™. Tôi đã tổ chức chương trình bao gồm bảy nguyên tắc cần thiết cho việc học tiếng Anh, từ đó giúp các học sinh nói tiếng Anh trôi chảy. Để xây dựng thành công cho các lớp học của mình, tôi tạo ra các khóa học luyện phát âm và bắt đầu cung cấp trực tuyến cho học sinh học tiếng Anh trên toàn thế giới. Các bài học âm thanh của tôi hiện đang là sách đĩa bán chạy nhất tại 25 quốc gia.

Ngoài ra, tôi đã thành lập Câu lạc bộ “Effortless English” để tạo cộng đồng học tập tiếng Anh quốc tế, tại đó học viên



có thể giao tiếp với các thành viên khác. Tôi muốn tạo ra một môi trường khuyến khích sự tự tin và thành công với tiếng Anh, vì có rất nhiều người học phải đấu tranh với sự lo lắng, xấu hổ, thất vọng và sợ hãi khi nói chuyện bằng tiếng Anh. Trong thực tế, đối với nhiều người, cảm xúc tiêu cực là điều tồi tệ nhất khi nói tiếng Anh.

Trong câu lạc bộ Effortless English Club™ của chúng tôi, học sinh có thể tương tác trên các diễn đàn và nói chuyện với nhau trực tuyến. Đây là một cộng đồng rất tích cực và đáng khích lệ, nơi mọi người có thể tự do "chơi cùng tiếng Anh," không ngại mắc lỗi tiếng Anh, và giao tiếp mà không phải ngại ngùng. Theo quan điểm của tôi, thì chúng tôi có các thành viên tốt nhất trên thế giới. Mọi thành viên đều tập trung không chỉ vào sự thành công của riêng mình, mà còn giúp các thành viên khác đạt được thành công của họ. Kết quả là tạo nên một "gia đình" hỗ trợ với những người học và các nhà quản lý quốc tế.

Cuốn sách này là nguồn tài liệu quý báu cho các học viên muốn nói tiếng Anh một cách thành thạo. Cuốn sách giúp bạn nói được tiếng Anh một cách dễ dàng, trôi chảy và tự tin. Trong cuốn sách này, bạn sẽ học cách phát triển sự tự tin khi nói, và có phương pháp hiệu quả để nói tiếng Anh trôi chảy. Bạn cũng sẽ tìm hiểu cách sử dụng tiếng Anh để thăng tiến trong sự nghiệp và đạt được thành công mà bạn muốn.

Trong những chương kế tiếp, tôi sẽ mô tả chi tiết hệ thống Effortless English™, giải thích triết lý đằng sau nó, và cho bạn biết lý do tại sao tâm lý và phương pháp lại rất quan trọng cho việc học ngôn ngữ. Tôi cũng sẽ nói cho bạn biết chính xác làm thế nào để sử dụng phương pháp để đạt được mục tiêu của bạn.

Hãy tham gia cùng tôi và tận hưởng hành trình. Bạn thực sự không có gì để lo sợ khi dùng sử dụng hệ thống giáo dục cũ. Vì vậy, hãy quên đi những áp lực, căng thẳng, lo sợ, và chán nản. Tôi hứa với các bạn rằng hệ thống học tập tự nhiên này sẽ mang lại nhiều niềm vui, sự thân thiện, và tràn đầy năng lượng - trái ngược với hầu hết lớp học kiểu truyền thống. Không có áp lực nào- mà chỉ có sự khuyến khích và hỗ trợ thân thiện.

Hãy tin tôi. Tôi đã giúp đỡ rất nhiều sinh viên ở khắp nơi trên thế giới ... và bây giờ tôi mong muốn giúp bạn. Tôi hứa tôi sẽ luôn luôn làm hết sức mình để giúp bạn nói tiếng Anh xuất sắc.



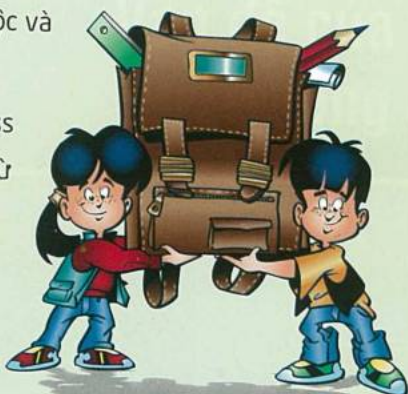
Không phải tiếng Anh "Lười biếng"

Vậy Effortless English™ là gì? Từ "Effortless" không có nghĩa là tiếng Anh lười biếng. Ngược lại, "Effortless English" là kết quả nỗ lực hàng ngày của bạn. Học theo hệ thống của tôi, các bạn sẽ tiến bộ nhanh và nói tốt tiếng Anh một cách tự nhiên và "dễ dàng" (không gượng ép, không căng thẳng, do dự, hay lo lắng).

Nói cách khác, "effortless" là kết quả chứ không phải khởi đầu. Mục tiêu của bạn là nói tiếng Anh một cách dễ dàng. Bạn muốn tự nói ra tiếng Anh, không cần suy nghĩ, không dịch tiếng, mà không phải lo lắng hay do dự. Bạn muốn nói tiếng Anh giống như tiếng mẹ đẻ của mình. Nói dễ dàng là kết quả cuối cùng, và đôi khi phải mất rất nhiều nỗ lực để nói tiếng Anh dễ dàng!

Tuy nhiên, bạn có thể tận dụng triệt để những nỗ lực đó. Ví dụ mà tôi muốn đề cập ở đây là ví dụ về một vận động viên hay nghệ sĩ "in the zone". "In the zone" có nghĩa là thực hiện một cách xuất sắc và dễ dàng. Khi một vận động viên "in the zone" ở mức độ một, nghĩa là họ đang làm việc rất chăm chỉ - tiêu hao nhiều năng lượng, cố gắng, và hoàn toàn tập trung. Tuy nhiên, khi họ thấy thích thú, thoải mái và hoàn toàn tập trung, thì họ lại cảm thấy dễ dàng. Không có cảm giác ép buộc và căng thẳng, vv...

Trên thực tế, "Effortless English™" được lấy cảm hứng từ ý tưởng của Đạo giáo "wu wei" hay còn gọi là nỗ lực không mệt mỏi. Đó là một trạng thái trôi chảy, mà bạn có thể tốn nhiều nỗ lực nhưng nó hoàn toàn tự nhiên, không mệt mỏi, hay ép buộc.



Vấn đề là Effortless English™ không phải là sự lười biếng, sửa chữa nhanh, hay gian lận... mà là tìm kiếm trạng thái "nỗ lực không mệt mỏi" hay "wu wei." Effortless English có nghĩa là bạn nói tiếng Anh lưu loát. Bạn không đấu tranh khi bạn nói. Bạn sẽ không cảm thấy lo lắng hay căng thẳng. Bạn không phải lo nghĩ về các quy tắc ngữ pháp hoặc phải dịch sang tiếng Anh.

Khi bạn nói tiếng Anh dễ dàng, bạn truyền đạt ý tưởng của bạn

một cách rõ ràng. Bạn thể hiện cảm xúc của mình một cách mạnh mẽ. Bạn tập trung vào việc kết nối với những người khác, chứ không phải việc liên kết các động từ ra sao. Bạn hoàn toàn tận hưởng quá trình nói tiếng Anh khi bạn làm việc, du lịch và học tập.

Chương

2

**Vấn đề của
trường lớp**

Kinh nghiệm giảng dạy ở nhiều nơi trên thế giới của tôi đã thuyết phục tôi rằng có một điều gì đó không đúng trong giáo dục tiếng Anh. Mọi nơi tôi đến, đều có tình trạng tương tự. Các học sinh chán nản, thất vọng, căng thẳng và lo lắng. Hầu hết học sinh sau nhiều năm học tiếng Anh vẫn không nói được nó một cách lưu loát. Bạn không phải là một trường hợp cá biệt, bởi vì đó là một vấn đề toàn cầu.



Một trong những học sinh của tôi tên là Seiko đến từ Nhật Bản mô tả thất bại và căng thẳng có thể làm "tổn thương tiếng Anh." Seiko nói rằng cô ấy ghét tiếng Anh. Cô bé cảm thấy rằng việc học tiếng Anh thật nhàm chán và căng thẳng, và việc nói tiếng Anh thậm chí còn tồi tệ hơn. Trong thực tế, suy nghĩ về việc phải nói chuyện với một người bản xứ ngay lập tức khiến cô bé cảm thấy vô cùng lo lắng và nhút nhát. Seiko cảm thấy cô bé đã mắc phải một vấn đề tâm lý với tiếng Anh và đặt tên nó là "tổn thương tiếng Anh." "Tổn thương" nghe giống như một vết thương hoặc chấn thương sâu. Tôi "rất buồn" khi biết rằng "ngày nay rất nhiều người cho rằng tiếng Anh giống như một loại tổn thương hay một bệnh về tâm thần."

Trong suốt sự nghiệp giảng dạy của tôi, tôi đã gặp nhiều học sinh có cảm giác tương tự về tiếng Anh. Tôi phát hiện ra rằng Seiko không phải là trường hợp cá biệt. Thay vào đó, "tổn thương tiếng Anh" là một vấn nạn toàn cầu. Mặc dù hầu hết mọi người cảm thấy họ cần phải học nói tiếng Anh, nhưng rất

ít người tận hưởng nó. Hầu hết những người học ngôn ngữ đều phải đấu tranh với những cảm xúc như căng thẳng và thất vọng giống như Seiko.

Khi tôi gặp phải vấn đề này nhiều lần sau đó, tôi bắt đầu tìm kiếm nguyên nhân gốc rễ của nó. Tôi nhận ra rằng trước khi tôi tìm thấy một giải pháp, tôi cần hiểu được vấn đề này. Cũng giống như một bác sĩ, đầu tiên phải chẩn đoán trước khi điều trị nó. Suy nghĩ về nó. Nguyên nhân của đau khổ và thất bại này là gì? Tại sao nhiều người không nói được tiếng Anh một cách dễ dàng mặc dù đã học rất nhiều năm? Chúng ta đã mắc phải những sai lầm nào trong giáo dục tiếng Anh?

Vấn đề đầu tiên và rõ ràng nhất mà tôi tìm thấy ở các trường đó là cách thức mà họ dạy tiếng Anh. Hầu hết các trường học, ở khắp mọi nơi trên thế giới, sử dụng phương pháp dịch ngữ pháp. Như tên của phương pháp này, trọng tâm của phương pháp này là phân tích ngữ pháp và ghi nhớ từ vựng đã dịch. Phương pháp này khiến tiếng Anh trở thành một chuỗi dài những công thức ngữ pháp vô tận và học sinh luôn phải ghi nhớ. Tất nhiên, mỗi công thức ngữ pháp có trường hợp ngoại lệ và những trường hợp này học sinh phải học thuộc.

Các trường học sử dụng phương pháp dịch ngữ pháp bởi vì nó có vẻ trang trọng, học thuật. Phương pháp dịch ngữ pháp phù hợp với cách dạy hầu hết các môn trong trường học với sách giáo khoa, bài giảng, ghi chú, ghi nhớ, và các bài kiểm tra. Vấn đề duy nhất, có thể bạn biết, đó là phương pháp này không hiệu quả. Trong giao tiếp thực tế, không có thời gian để suy nghĩ về ngữ pháp và những trường hợp đặc biệt của ngữ pháp. Do đó, tỷ lệ thất bại của phương pháp này, là hoàn toàn dễ xảy ra. Mặc dù học sinh không nói tiếng Anh lưu loát được,

các trường học vẫn tiếp tục sử dụng phương pháp này. Đây là một thất bại lớn trong hệ thống giáo dục.

Gần đây, khi học sinh phản ánh phương pháp dịch ngữ pháp quá nhàm chán, một số trường đã bổ sung thêm “các hoạt động giao tiếp” vào chương trình giảng dạy của họ. Đôi khi các giáo viên chia học sinh thành cặp hoặc nhóm. Học sinh sau đó đọc hoặc lặp lại các bài đối thoại trong một cuốn giáo trình. Đôi khi, học sinh phải trả lời một số câu hỏi trong bảng câu hỏi. Tất nhiên, các hoạt động này không tự nhiên, không có gì giống như giao tiếp tiếng Anh thực sự. Do đó, tỷ lệ thất bại của “hoạt động giao tiếp” cũng kém như phương pháp dịch ngữ pháp vậy.

Rõ ràng là các phương pháp giảng dạy tiếng Anh sử dụng trong các trường học đều không hiệu quả. Điều đó là rất dễ thấy. Học sinh đều biết rõ. Và nhiều giáo viên cũng ý thức rõ về điều này, mặc dù rất ít giáo viên thừa nhận điều đó.

Tuy nhiên, khi tôi tiếp tục nghiên cứu vấn đề này ở trường học, tôi đã thấy những vấn đề thậm chí sâu hơn trong hệ thống giáo dục. Những vấn đề này chưa rõ ràng, nhưng theo nhiều phương diện, những vấn đề này gây nhiều nguy hại đối với học sinh. Tôi gọi những vấn đề này là “chương trình giảng dạy bí ẩn” vì chúng là những bài học bí ẩn được giảng dạy tại các trường học.

Chương trình giảng dạy bí ẩn

Hầu hết các trường học, ở khắp mọi nơi trên thế giới đều có chương trình giảng dạy bí ẩn tương tự nhau. Một nhân tố

trong các chương trình đào tạo này là sự thụ động của học sinh. Trong trường học, học sinh được đào tạo trở nên thụ động, chứ không chủ động. Các em ngồi trên ghế thành hàng. Khi còn nhỏ, các em được yêu cầu phải giữ trật tự và tuân theo giáo viên. Khi giáo viên giảng bài, học sinh ghi chép lại. Sau đó, học sinh được yêu cầu phải ghi nhớ những ghi chép đó để chuẩn bị cho bài kiểm tra. Thông điệp rất rõ ràng - học tập là một hoạt động thụ động. Bạn nghe giáo viên, bạn ghi chép, và bạn ghi nhớ các ghi chú đó.



Vấn đề là ở chỗ việc nói tiếng Anh không phải là một hoạt động thụ động. Bạn phải kết nối với những người khác. Bạn phải liên tục hỏi và trả lời câu hỏi. Bạn phải truyền đạt ý tưởng, cảm xúc, và mô tả. Bạn phải sẵn sàng cho những điều bất ngờ. Bạn phải giao tiếp tự nhiên. Bạn phải chủ động tương tác. Tiếng Anh không phải là thứ mà bạn có thể học một cách thụ động, tiếng Anh là cái mà bạn thực sự phải làm.

Liên quan đến vấn đề thụ động là vấn đề năng lượng. Ngồi trong một thời gian dài là một hoạt động tốn năng lượng. Các bạn càng ngồi lâu, thì càng mất nhiều năng lượng. Và khi năng lượng của bạn giảm xuống, sự tập trung của bạn sẽ giảm. Chúng ta biết rằng một số học sinh cần vận động thể chất để học tập hiệu quả. Những người này được gọi là "người học năng động." Có một sự thật đó là chúng ta đều là "những người học

năng động” ở một mức độ nào đó, bởi vì tất cả chúng ta đều hưởng lợi từ chuyển động thể chất. Trường học gắn chúng ta với bàn ghế và làm cạn năng lượng của chúng ta. Cuối cùng, dẫn đến một cơ thể lười vận động và một tâm trí lười vận động.

Tâm lý trả lời đúng

Một trong những thiếu sót lớn nhất của giáo dục là tâm lý về “một câu trả lời đúng”. Một câu trả lời đúng là một phần của chương trình giảng dạy bí ẩn. Tâm lý này là kết quả của việc sử dụng sách giáo khoa và các hình thức kiểm tra.

Ở trường, bạn thường xuyên được dạy rằng có một và chỉ có một câu trả lời chính xác cho một câu hỏi hoặc một bài toán. Ví dụ, bạn có thể được yêu cầu chọn đúng thời của động từ trong một bài kiểm tra, hoặc bạn có thể được học các lời chào “đúng” bằng tiếng Anh. Thông điệp bí ẩn là ở chỗ cách giải đáp của giáo viên luôn luôn đúng.



Cuộc sống thực và tiếng Anh thực tế không phải theo cách này. Ví dụ, đôi khi tôi sẽ kể một câu chuyện và sử dụng thì hiện tại, mặc dù các sự kiện đã xảy ra trong quá khứ. Đây là một kỹ thuật thường được sử dụng bởi người bản ngữ. Tuy nhiên, khi người học tiếng Anh nghe những câu chuyện này, nhiều người bối rối và khó chịu. Họ tin chắc rằng thì quá khứ là “câu trả lời đúng” và là cách chính xác chỉ để thuật lại câu

chuyện. Một số người tỏ ra khá khó chịu và thậm chí tranh luận với tôi về điều đó. Những học sinh này tin rằng chỉ có “một câu trả lời đúng” để từ đó tranh luận với người bản xứ.

Những học sinh này đã được dạy để tin rằng chỉ có một cách chính xác để nói về các sự việc trong tiếng Anh. Sự thật là luôn luôn có rất nhiều cách để diễn tả một câu chuyện. Chúng ta có thể thay đổi thì của động từ để thay đổi cảm giác của câu chuyện. Chúng ta có thể sử dụng các từ vựng và cụm từ khác nhau. Và chúng ta thậm chí có thể phá vỡ các quy tắc ngữ pháp! Suy nghĩ về “một câu trả lời đúng duy nhất” sẽ hạn chế và khiến cho người học tiếng Anh bối rối, lúng túng. Giao tiếp hiệu quả đòi hỏi phải có sự linh hoạt trong khi đó tâm lý “một câu trả lời đúng duy nhất” khiến học sinh trở nên cứng nhắc và thiếu trí tưởng tượng.

Liên quan đến vấn đề này và cũng là một phần nguy hiểm nữa của chương trình giảng dạy bí ẩn - đó là sợ mắc sai lầm. Đây là một trong những thông điệp tiêu cực nhất và gây tổn thương nặng nhất được giảng dạy trong trường học.

Sợ mắc sai lầm diễn ra ở học sinh như thế nào? Thông qua các bài kiểm tra và chữa bài. Trong hầu hết các trường học trên toàn thế giới, giáo viên thường xuyên đưa ra các câu đố và bài kiểm tra. Giáo viên đặt câu hỏi và học sinh phải đưa ra một câu trả lời đúng. Tất nhiên, chỉ có một câu trả lời đúng duy nhất đó là câu trả lời của giáo viên.

Điều gì xảy ra nếu học sinh đưa ra một câu trả lời khác? Họ bị trừng phạt với điểm số thấp hơn. Học sinh thông minh, và họ nhanh chóng hiểu ra rằng ở trường học, những sai lầm là tệ hại và cần phải tránh mắc sai lầm. Họ cũng hiểu rằng cách

tốt nhất để thành công chỉ đơn giản là đưa ra câu trả lời mà giáo viên muốn. Thậm chí tệ hơn là khi một học sinh cảm thấy lo lắng khi cố gắng nói tiếng Anh trước cả lớp đang lắng nghe. Họ chỉ là đang học, vì vậy tất nhiên họ sẽ mắc sai sót. Khi giáo viên sửa chữa những sai sót, học sinh bị xấu hổ và trở nên càng thêm lo lắng. Cuối cùng, hầu hết học sinh đều cố tránh phải nói tiếng Anh vì việc này có thể gây xấu hổ.

Bằng hình thức trừng phạt và sửa chữa những sai sót, các hình thức trừng phạt ở trường học chấp nhận rủi ro. Dần dần, họ đào tạo ra các học sinh luôn lẩn tránh rủi ro và tránh làm bất cứ điều gì họ không thể làm một cách hoàn hảo. Tuy nhiên, không có gì là hoàn hảo trong nói tiếng Anh. Ngay cả người bản xứ vẫn mắc sai sót. Chúng ta thường mắc lỗi ngữ pháp. Chúng ta thường phát âm sai một số từ. Chúng ta quên từ vựng. Nó không quan trọng, bởi vì chúng ta đang tập trung vào giao tiếp, chứ không phải kiểm tra và hay điểm số.

Tất nhiên, nỗi sợ mắc sai lầm còn vượt xa ngoài lớp học tiếng Anh. Sau nhiều năm học, hầu hết học sinh học cách né tránh rủi ro trong hầu hết mọi lĩnh vực trong của cuộc sống của họ. Trường đào tạo họ trở thành thụ động, cứng nhắc, nhút nhát, và biết vâng lời. Điều này không chỉ làm tổn thương khả năng nói tiếng Anh của bạn, nó cũng làm tổn hại đến sự nghiệp của bạn và hạn chế thành công của bạn trong mọi lĩnh vực của cuộc sống. Có gan thì làm giàu. Những người năng động, linh hoạt, và đam mê là những người đạt được thành công lớn nhất trong cuộc sống. Những người sống thụ động và nhút nhát hiếm khi sống cho những giấc mơ của họ.

Để cải thiện khả năng nói tiếng Anh, bạn có thể mắc rất

nhều sai sót. Không cần phải buồn vì điều này. Sự thật là, hầu hết những người bản xứ không quan tâm. Họ không quan tâm xem bạn có sai ngữ pháp không. Họ chỉ muốn giao tiếp với bạn. Họ muốn chia sẻ suy nghĩ, ý tưởng, và cảm xúc. Họ muốn giao tiếp với bạn như một con người, không phải là một “người học tiếng Anh.” Để giao tiếp hiệu quả, bạn phải quên đi ý nghĩ về sự hoàn hảo và học cách trở nên linh hoạt.

Bí mật không hay về giảng dạy tiếng Anh

Nếu chương trình giảng dạy bí ẩn là xấu, tại sao các trường học và giáo viên tiếp tục làm theo nó? Sự thật về hệ thống giáo dục của chúng ta đó là chương trình giảng dạy tồn tại để tạo lợi ích cho các trường học, chứ không phải là học sinh. Giáo viên sử dụng các phương pháp này vì chúng được thiết kế để tạo điều kiện thuận lợi cho các giáo viên, chứ không phải cho học sinh. Chương trình giảng dạy bí ẩn khiến sinh viên trở nên thụ động. Nó tạo ra các học sinh biết vâng lời. Học sinh thụ động và vâng lời thì dễ kiểm soát, giúp cho công việc của giáo viên và lãnh đạo nhà trường dễ dàng hơn.

Ví dụ, sách giáo khoa giúp cho công việc của giáo viên dễ dàng hơn nhiều. Bằng cách sử dụng sách giáo khoa, giáo viên không cần phải thiết kế bài giảng cho mỗi lớp. Lập giáo án là



công việc khó, và sách giáo khoa làm cho việc này dễ dàng hơn nhiều. Giáo viên có thể chỉ cần dạy theo sách giáo khoa mà không tốn quá nhiều công sức. Nhiều giáo viên thậm chí còn không khác gì những người đọc sách giáo khoa. Mỗi ngày họ đọc sách giáo khoa cho học sinh nghe, dạy theo sách một cách mù quáng. Theo quan điểm của tôi, không nên gọi họ là "giáo viên". Có lẽ chúng ta nên gọi họ là "Những người đọc sách giáo khoa".

Một lợi ích của sách giáo khoa cho trường học là chuẩn hóa học tập. Bằng cách sử dụng sách giáo khoa, các trường học đảm bảo rằng tất cả các lớp học tiếng Anh được học giống nhau. Giáo viên thích điều này bởi vì nó giúp việc kiểm tra và đánh giá học sinh dễ dàng hơn. Trường học cũng giống như các nhà máy, các ông chủ muốn các sản phẩm phải giống nhau.

Điều này cũng đúng đối với quá trình kiểm tra và chấm điểm. Chúng không có lợi gì cho người học tiếng Anh. Trong thực tế, như chúng ta đã thảo luận, kiểm tra và điểm số chỉ làm tăng căng thẳng và tạo ra một nỗi sợ mắc sai lầm. Kiểm tra và điểm số là một nguyên nhân chính của "tổn thương tiếng Anh." Mặt khác, kiểm tra và điểm số là một công cụ mạnh mẽ cho nhân viên kiểm soát lớp học của giáo viên. Khi học sinh sợ điểm kém, họ sẽ nghe lời giáo viên nhiều hơn. Họ hiểu rằng giáo viên luôn luôn đúng, bởi vì nếu họ không đồng ý với câu trả lời của giáo viên, họ sẽ bị trừng phạt bằng điểm số thấp.

Điểm số là một cách để xếp hạng học sinh. Hầu hết các giáo viên và trợ giảng quan tâm đến việc xếp hạng học sinh hơn là việc giúp đỡ học sinh thành công. Trong nhiều trường,

có một chính sách phổ biến đó là trong mỗi lớp học phải có một tỷ lệ phần trăm nhất định các học sinh đạt điểm kém, một nhóm đạt điểm “trung bình”, và chỉ có một tỷ lệ nhỏ đạt điểm giỏi và xuất sắc. Nói cách khác, hệ thống giáo dục này được xây dựng để đào tạo ra những học sinh học kém, thất bại.

Trong khi làm việc tại một trường đại học ở Thái Lan, tôi đã nghe trực tiếp lời nói từ quản lý của tôi rằng có quá nhiều sinh viên của tôi đạt điểm số cao. Ông ấy muốn tôi đánh trượt nhiều sinh viên trong lớp của tôi. Tôi đã bị sốc và rất giận dữ. Tôi thà bỏ việc chứ không bao giờ cố ý đánh trượt các sinh viên tốt. Đáng buồn thay, tâm lý “tạo ra sự thất bại” này lại hiện diện trong hầu hết các trường học ở khắp mọi nơi trên thế giới. Trường học được hưởng lợi từ việc xếp hạng và đánh giá học sinh.

Phương pháp dịch ngữ pháp có lợi cho giáo viên nhưng không có lợi cho học sinh. Bằng cách giảng dạy các quy tắc ngữ pháp, giáo viên chỉ đơn giản là giảng dạy theo sách giáo khoa. Bởi vì ngôn ngữ học là một môn phức tạp, giáo viên là người có nhiều kiến thức và do đó hình thành vị trí chi phối học sinh. Ngay cả các giáo viên không phải người nói tiếng Anh bản địa và khả năng tiếng Anh kém, họ vẫn có thể giả vờ mình là một chuyên gia bằng cách dạy ngữ pháp phức tạp từ sách giáo khoa. Có một sự thật gây sốc là nhiều giáo viên tiếng Anh không phải người bản địa nói tiếng Anh rất kém. Chỉ tập trung vào ngữ pháp, họ che đậy sự thật là họ không thể nói tiếng Anh tốt.

Còn về hoạt động giao tiếp thì sao? Chắc chắn các hoạt động này được thiết kế để giúp học sinh. Nhưng thực tế thì

không. Đây là những hoạt động không tự nhiên như chúng ta đã bàn ở trên. Chúng không giống trò chuyện thực sự, và do đó không giúp cho học sinh giao tiếp tự nhiên. Tuy nhiên, các hoạt động giao tiếp lại có lợi cho giáo viên. Giáo viên chia học sinh thành cặp hoặc nhóm và yêu cầu họ làm theo một hoạt động trong sách giáo khoa. Thông thường, học sinh chỉ cần đọc một cuộc đối thoại bằng văn bản từ sách hoặc trả lời câu hỏi ghi trong sách. Lợi ích của giáo viên là khi hoạt động này được bắt đầu trong khi giáo viên có thể nghỉ ngơi và không phải làm gì cả. Khi các học sinh thực hiện hoạt động nêu trong sách giáo khoa, giáo viên được nghỉ thư giãn. Đó là một bí mật của các giáo viên tiếng Anh, hoạt động giao tiếp là một cách tuyệt vời để đốt thời gian và hạn chế công việc.

Một hình thức đặc biệt khủng khiếp của hoạt động giao tiếp đó là sử dụng phim ảnh. Nếu sử dụng một cách chính xác, phim ảnh có thể là một công cụ học tiếng Anh rất tốt. Tuy nhiên, hầu hết các giáo viên chỉ sử dụng các thước phim như một cách để đốt thời gian. Họ đưa thước phim vào, tắt đèn, và ấn nút chạy. Thời gian còn lại của buổi học, giáo viên không phải làm gì cả. Các học sinh thường cũng thấy vui, bởi vì việc xem phim thú vị hơn rất nhiều so với việc học ngữ pháp, ngay cả khi họ không hiểu thước phim nói về cái gì.

Học sinh thụ động - điều có lợi cho giáo viên

Cuối cùng, chúng ta hãy nhìn vào tình hình năng lượng thấp trong hầu hết các trường học. Từ thời thơ ấu, học sinh bị

buộc phải ngồi hàng giờ trật tự trên ghế. Họ bị yêu cầu giữ trật tự và vâng lời. Đến tuổi trưởng thành, hầu hết học sinh đều được đào tạo kỹ lưỡng điều này. Họ chấp nhận nghe giảng thụ động và thiếu năng lượng như là một phần thông thường của việc học.

Tại sao các trường học và giáo viên muốn học sinh thụ động? Một lần nữa, bởi vì những học sinh thụ động thì dễ dàng quản lý hơn. Giáo viên sẽ phải làm việc nhiều hơn khi dạy các học sinh ham học hỏi và tràn đầy sự năng động.



Thật buồn là, hầu hết các giáo viên đều muốn dùng phương pháp dễ. Phương pháp dễ hơn để họ giảng bài một cách yên tĩnh cho các học sinh thụ động.

Có một sự thật đó là nhiều giáo viên cảm thấy mệt mỏi và áp lực. Vì điều này, họ luôn tìm những cách dạy để công việc của mình trở nên dễ dàng hơn. Quan tâm đầu tiên của họ không phải là học sinh. Họ không tập trung vào việc làm sao để học sinh có kết quả tốt hơn, mà họ chỉ muốn dạy cho hết ngày một cách đơn giản. Có nhiều lý do cho thực trạng này, nhưng kết quả cuối cùng là học sinh trở nên buồn chán, thất vọng, và kết quả kém.

Đây là một sự thật đáng buồn về giáo dục. Đây là lý do tại sao bạn không thể nói tiếng Anh giỏi dù đã học nhiều năm. Đây là lý do bạn thấy môn tiếng Anh là một môn học đầy áp

lực, khó, và tẻ nhạt. Đây là lý do gây ra tổn thương tiếng Anh. Đây cũng là gốc rễ của vấn đề.

May mắn là vẫn có giải pháp cho nó. Mạng internet giúp cho việc tự học trở nên dễ dàng cho tất cả mọi người. Bất kể bạn sống ở đâu và làm việc gì, bạn cũng có thể học nói tiếng Anh tốt mà không cần qua trường lớp. Tất cả những gì bạn cần đó là kết nối Internet!

Trong chương tiếp theo, tôi sẽ giới thiệu một giải pháp cho căn bệnh học kém tiếng Anh. Bạn sẽ học cách chữa trị và đạt kết quả tốt trong kỹ năng nói tiếng Anh.

Chương

3

**Tâm lý còn quan trọng hơn
ngữ pháp và từ vựng**

Hầu hết mọi người học nói tiếng Anh kém từ lâu và họ lo ngại rằng không có giải pháp nào cả. Học thụ động tại trường lớp, sợ mắc lỗi, và tâm lý một câu trả lời đúng duy nhất khiến những người học tiếng Anh trở nên áp lực và thất vọng. Một số cảm thấy gần như tuyệt vọng. Họ dành nhiều năm học tiếng Anh tại trường lớp. Họ dành nhiều năm ghi nhớ ngữ pháp và từ vựng. Họ dành nhiều năm học để thi các bằng như TOEFL, IELTS, hay TOEIC.

Dù có nỗ lực đến đâu, hầu hết người học tiếng Anh đều thất vọng. Nhiều người còn đấu tranh mãi với các hội thoại đơn giản. Nhiều người lo lắng khi phải nói tiếng Anh. Họ đã ghi nhớ nhiều quy tắc ngữ pháp, nhưng những câu hội thoại đơn giản nhất thì lại cảm thấy khó nói. Tương tự thế, dù học tiếng Anh nhiều năm, hầu hết những người học tiếng Anh đều không hiểu được các chương trình TV hay những bộ phim bằng tiếng Anh.

Sau nhiều năm học theo phương pháp truyền thống, học sinh vẫn bối rối. Khi phải nói tiếng Anh, các em liên tục lo nghĩ về ngữ pháp và chuyển dịch ngôn ngữ. Ban đầu họ nghĩ một câu nói bằng tiếng bản ngữ, sau đó dịch nó sang tiếng Anh, rồi suy ngẫm về ngữ pháp, sau đó mới nói.

Khi họ nghe, họ trải qua một quá trình tương tự. Họ nghe tiếng Anh, dịch nó sang tiếng bản ngữ, suy nghĩ câu trả lời bằng tiếng bản ngữ, rồi lại dịch sang tiếng Anh, sau đó xem xét



ngữ pháp xem đúng chưa. Không cần quan tâm tới việc câu nói của mình có bị chậm và mất tự nhiên! Không quan tâm tới áp lực và khó khăn khi nói tiếng Anh! Hội thoại tiếng Anh thực tế diễn ra nhanh và gần như không thể thực hiện các bước trên nhanh chóng, đặc biệt là khi nói chuyện với người nước ngoài.

Nếu bạn dành nhiều thời gian suy nghĩ về chuyển dịch ngôn ngữ và ngữ pháp trong khi đang giao tiếp thực tế, bạn sẽ bị mất nhịp. Thay vì nghe kỹ lời nói của người đang giao tiếp với mình, bạn lại đang dịch những câu phản hồi của mình và cố ghi nhớ ngữ pháp. Lời nói của bạn cứ ngập ngừng. Thường thì người đối diện sẽ trở nên thất vọng vì bạn không hiểu ý của họ. Dĩ nhiên là, nếu bạn nhìn thấy họ mất kiên nhẫn, bạn sẽ trở nên hồi hộp hơn nữa. Nó là một sự tuột dốc khủng khiếp mà hầu hết ai học tiếng Anh cũng trải qua.

Có một giải pháp cho vấn đề này. Có một cách để thoát khỏi chương trình giảng dạy bí ẩn. Đó là con đường đi tới sự lưu loát trong tiếng Anh và bạn có thể thoải mái áp dụng phương pháp này. Bạn có thể nói tiếng Anh một cách mạnh mẽ. Bạn có thể nói tiếng Anh một cách rõ ràng, tự nhiên, và không tốn nhiều sức lực. Tuy nhiên, giải pháp này đòi hỏi bạn phải thay đổi hoàn toàn quan niệm của bạn về giáo dục và thay đổi hoàn toàn cách học tiếng Anh.

Phương pháp này được gọi là Effortless English™ bao gồm hai phần: Tâm lý và phương pháp. Hầu hết các trường lớp, giáo viên, và học sinh chỉ quan tâm tới phương pháp. Nói cách khác, họ hoàn toàn tập trung vào các phân đoạn của tiếng Anh- từ vựng và ngữ pháp. Khi chúng ta đọc trong chương trước, các trường học chủ yếu sử dụng phương pháp “dịch

ngữ pháp” và một vài hoạt động giao tiếp.

Khi các trường tập trung vào phương pháp, họ hoàn toàn bỏ qua phần đầu của hệ thống Effortless English™, đó là tâm lý. Mà tâm lý là yếu tố quan trọng nhất để nói tiếng Anh tốt. Khi bạn nghĩ về khả năng nói tiếng Anh của mình, bạn nhận ra rằng sự hồi hộp, thiếu tự tin, và sự thất vọng của mình là vấn đề chính. Vậy làm sao để thay đổi những điều này.

Nếu không có hệ thống tâm lý hiệu quả, bạn sẽ rất khó thành công cho dù có phương pháp dạy tiếng Anh tốt nhất. Hãy sử dụng một câu chuyện để hiểu hai phần quan trọng của hệ thống Effortless English™. Hãy tưởng tượng rằng bạn đang đi trên một con đường. Bạn đang lái xe trên con đường đến với sự lưu loát trong tiếng Anh.

Bạn cần đi loại xe gì? Hãy tưởng tượng bạn đang lái một chiếc ô tô cũ thi thoảng bị trục trặc. Ngoài ra, bạn sử dụng một loại xăng giá rẻ cho chiếc xe này. Mục đích chuyến đi của bạn là gì? Bạn sẽ đi nhanh hay chậm trên con đường ấy? Hầu hết, chuyến đi của bạn sẽ chậm chạp và đầy thất vọng, và thường bị trục trặc. Thực tế, bạn thậm chí không đến được đích của mình.

Bây giờ, bạn có thể tra thêm một chút xăng chất lượng cao cho xe, nhưng bạn vẫn không thể cho xe chạy nhanh tới đích được. Xăng tốt chỉ giúp ích được một chút xíu, còn chuyến đi vẫn cứ chậm chạp và đầy thất vọng.

Bây giờ hãy tưởng tượng, bạn đang lái một con xe đua công thức 1 trên con đường này. Xe được thiết kế có tốc độ và công suất cao. Rõ ràng là bạn sẽ chạy nhanh hơn chiếc xe cũ và chậm chạp kia. Nhưng nếu bạn đổ xăng chất lượng thấp và giá rẻ cho chiếc xe mới, điều gì sẽ xảy ra? Sẽ có trục trặc gì đó. Xe

đưa thì cần xăng chuyên dụng nếu không nó sẽ không chạy tốt.

Hiển nhiên tình huống tốt nhất là khi ta đổ xăng chuyên dụng chất lượng cao cho xe công thức 1. Với chiếc xe và nhiên liệu tốt, chuyển đi tới cái đích lưu loát tiếng Anh của bạn sẽ nhanh và đầy thú vị.

Đây cũng là cách học tiếng Anh. Nếu bạn đã học tiếng Anh được một thời gian, bạn cũng biết rằng hiện tại có rất nhiều hệ thống dạy tiếng Anh. Các lớp dạy tiếng Anh truyền thống tại trường đại học, các lớp dạy thêm tại các trường dạy ngôn ngữ, các khóa học phần mềm trọn gói hay trực tuyến, hoặc các chương trình kết hợp đưa bạn ra nước ngoài nơi mà mọi người giao tiếp bằng tiếng Anh. Nói cách khác, bạn có rất nhiều chiếc xe khác nhau để chọn lựa, một số xe chạy tốt hơn, và nhanh hơn. Nhưng ngay cả khi có một chiếc Ferrari, bạn vẫn cần nhiên liệu để vận hành nó.

Một phương pháp học cũng không khác gì một động cơ xe vậy. Nếu bạn không tra đúng loại xăng dầu cho nó, thì kể cả một người giỏi lái xe cũng không thể vận hành nó như ý. Để thành công, bạn cần có xăng tốt và động cơ mạnh.

Động cơ đúng loại + Xăng đúng loại = Thành công

Hiển nhiên, tôi tin rằng động cơ đúng loại đó chính là hệ thống Effortless English™ này.

Vậy xăng đúng loại là gì? Đó chính là tâm lý. Đó chính là niềm tin, cảm xúc, và mục tiêu thúc đẩy bạn muốn học hỏi. Nhiên liệu chính là động lực, sự tự tin, năng lượng, và sự nhiệt huyết của bạn.

Niên liệu của bạn: Tâm lý về sự thành công

Nếu tâm lý của bạn yếu, thì dù bạn có dùng phương pháp tốt nhất bạn vẫn thất bại. Nói cách khác, nếu bạn bị áp lực, sợ hãi, căng thẳng, hay nghi ngờ về quá trình nói tiếng Anh của mình, bạn sẽ có nhiều vấn đề đó. Thật không may, đây chính là điều đang diễn ra ở trường lớp. Các bài kiểm tra, sửa lỗi, các phương pháp giảng dạy tẻ nhạt và không hiệu quả tạo nên tâm lý tiêu cực trong hầu hết các học sinh.

Thậm chí nếu bạn đang sử dụng hệ thống Effortless English™ của tôi, bạn phải có tâm lý mạnh mẽ. Trừ khi bạn đầu tư vào việc học ngôn ngữ, nếu không nó sẽ là không đủ cho bạn.

Hệ thống Effortless English™ dựa trên tâm lý thành công hay còn gọi là Lập trình ngôn ngữ Neuro do hai nhà khoa học NLP. Do Richard Bandler và John Grinder phát triển, NLP tập trung vào tâm lý thành công, hiệu quả cao, và động lực. Thay vì nghiên cứu về những người bị yếu thần kinh, Bandler và Grinder đã nghiên cứu tâm lý của những người thành công nhất thế giới. Sau đó họ tạo ra hệ thống tâm lý được thiết kế để giúp các cá nhân đạt được thành công cao nhất và niềm hạnh phúc trong cuộc sống.

Bandler và Grinder đã phát hiện ra rằng những người hạnh phúc, có động lực, và giàu năng lượng thì học tốt hơn. Họ tiến bộ hơn. Họ thành công hơn ở mọi mặt cả cuộc sống. Điều ngược lại cũng luôn đúng: Những người tẻ nhạt, áp lực, buồn bã, hay thất vọng, và mệt mỏi thường hoạt động chậm hơn và cần nhiều thời gian hơn để ghi nhớ thông tin.

Rõ ràng là cần phải có cảm xúc tích cực để học nói tiếng

Anh. Quá trình kết nối cảm xúc là một trải nghiệm hay quy trình gọi là liên kết. Liên kết có thể là tích cực hoặc tiêu cực. Ví dụ, tưởng tượng bạn nghe một bài hát khi đang có cảm thấy hạnh phúc. Nếu cảm xúc đủ mạnh, một sự kết nối sẽ hình thành giữa bài hát và cảm xúc. Và nếu bạn cảm thấy rất hạnh phúc khi bạn đang nghe bài hát, thì sự kết nối đó sẽ trở nên mạnh mẽ hơn nữa.

Cuối cùng, bạn sẽ tạo ra một mối liên kết mạnh mẽ giữa bài hát và cảm giác hạnh phúc. Khi đó, lúc bạn nghe thấy bài hát, bạn sẽ tự động thấy mình có cảm giác hạnh phúc. Điều đó xảy ra với những bài hát ưa thích của bạn, và điều đó thật tuyệt vời.

Tuy nhiên, quá trình này cũng có tác dụng với những cảm xúc tiêu cực. Tưởng tượng rằng bạn bị áp lực ở lớp học tiếng Anh. Có thể giáo viên sửa một lỗi cho bạn khi bạn nói tiếng Anh, và điều đó làm bạn ngại ngùng. Bây giờ hãy tưởng tượng rằng bạn liên tục có cảm xúc tiêu cực đó tại lớp học tiếng Anh. Bạn thường cảm thấy buồn chán, hồi hộp, và áp lực khi học và sử dụng tiếng Anh.

Cuối cùng, bạn sẽ tạo ra một mối liên kết mạnh mẽ giữa tiếng Anh và cảm xúc tiêu cực. Đây là một liên kết tiêu cực. Khi nó hình thành, bất cứ khi nào bạn sử dụng tiếng Anh, bạn sẽ tự động cảm thấy hồi hộp và áp lực hơn. Đây là lý do vì sao



những người học tiếng Anh “nâng cao” vẫn gặp phải nhiều vấn đề khi nói tiếng Anh.

Thật buồn là, hầu hết những người học tiếng Anh đều có liên kết tiêu cực gắn liền với việc nói tiếng Anh. Tin vui là các liên kết tiêu cực có thể bị phá bỏ hoặc lập trình lại. Thực tế, đây là bước đầu tiên hướng tới việc nói tiếng Anh tốt.

Thay vì cảm giác hồi hộp, hãy tưởng tượng rằng đột nhiên bạn cảm thấy mạnh mẽ mỗi khi nói tiếng Anh. Điều gì sẽ xảy ra nếu tự nhiên bạn cảm thấy hứng khởi mỗi lần học tiếng Anh? Sự thay đổi này sẽ cải thiện kỹ năng nói của bạn.

Thông qua năng lượng của liên kết đó, bạn có thể kết nối các cảm xúc mạnh với tiếng Anh. Bí mật để phá vỡ liên kết tiêu cực và tạo ra một liên kết tích cực đó là sức mạnh. Cảm xúc (khi học tiếng Anh) càng mạnh thì liên kết càng nhanh và sâu.

Vậy để tạo ra liên kết mạnh mẽ với tiếng Anh, đòi hỏi có một số bước như sau:

Trước tiên, bạn phải tạo ra cảm xúc tích cực thật mạnh mẽ. Hầu hết mọi người tin rằng cảm xúc là điều gì đó xảy đến với họ, nhưng thực tế, chính chúng ta là người tạo ra cảm xúc. Có thể chúng ta chọn lựa các cảm xúc và tạo ra chúng một cách có ý thức.

Ví dụ, nếu bạn muốn cảm giác mệt mỏi hay buồn bã ngay bây giờ, bạn sẽ làm gì? Hãy bắt đầu với cơ thể của bạn. Bạn sử dụng cơ thể như thế nào để tạo cảm giác mệt mỏi hay buồn bã? Bạn có đẩy vai ra phía sau, hay uốn cong ra phía trước? Bạn nhìn xuống hay nhìn lên trên? Bạn cười hay nhăn mặt? Thực tế bằng cách thay đổi cơ thể của mình, bạn sẽ thay đổi được cảm giác.

Để khiến mình trở nên buồn hơn nữa, bạn suy nghĩ tới chuyện buồn và tiêu cực. Có lẽ bạn sẽ nghĩ tới một vấn đề lớn mà bạn đã trải qua hay về một sự tiếc nuối lớn nào đó. Và giọng nói thì như thế nào? Bạn có thể rên rỉ, khóc lóc, hoặc than thở, và điều đó sẽ khiến bạn buồn hơn.

Sau vài phút làm như vậy, bạn sẽ thấy mình bắt đầu cảm thấy buồn và mệt mỏi hơn. Đây chính là cách tạo ra cảm xúc tiêu cực một cách có ý thức.

Tất nhiên quá trình tạo cảm xúc tích cực cũng như vậy! Làm sao để bạn tạo ra cảm giác hưng khởi ngay bây giờ? Một lần nữa, hãy bắt đầu từ cơ thể bạn. Hãy kéo vai ra sau, và đẩy ngực ra phía trước. Ngẩng cao đầu, và nhìn thẳng. Nở một nụ cười thật tươi trên gương mặt và giữ yên nụ cười đó.

Sau đó, thay đổi suy nghĩ. Nghĩ về những điều tuyệt vời trong cuộc sống. Hãy suy nghĩ về những thành công lớn nhất mà bạn đã trải qua. Suy nghĩ về thành công trong tương lai rằng bạn sẽ nói tiếng Anh tốt. Cười to hơn nữa. Ban đầu bạn chỉ giả vờ thế thôi, nhưng sau cùng bạn sẽ cảm thấy mạnh mẽ hơn và hạnh phúc hơn. Đó là do các cảm xúc của bạn thay đổi khi cơ thể của bạn thay đổi. Đó là một bí quyết đơn giản.

Tất nhiên, bạn có thể thấy tốt hơn bằng cách sử dụng cơ thể mình nhiều hơn nữa. Thay vì chỉ đứng và cười, bạn hãy giơ tay lên cao trên đầu. Rồi nhảy lên như thể bạn đang ăn mừng chiến thắng. Dùng giọng nói của mình, hét lên và hân hoan khi bạn nhảy lên và cười, suy nghĩ về những điều tuyệt vời. Khi đó bạn đang trong trạng thái cực kì vui sướng, hạnh phúc. Đây gọi là "trạng thái tinh thần đỉnh cao" một cảm xúc tích cực mạnh mẽ.

Bước cuối cùng, tất nhiên là liên kết cảm xúc tích cực với tiếng Anh. Như thế khi vẫn cảm thấy hứng khởi, học nghe một đoạn ghi âm tiếng Anh dễ hiểu. Khi bạn nghe, tiếp tục cười và chuyển động cơ thể một cách mạnh mẽ và tích cực.

Mỗi ngày, trước khi bắt đầu học tiếng Anh, bạn sẽ phải tạo ra cảm xúc cực đỉnh này. Khi bạn lặp lại quá trình này hàng ngày, thì các cảm giác tích cực đó sẽ kết nối với tiếng Anh. Cuối cùng, mỗi khi bạn nghe và sử dụng tiếng Anh, bạn sẽ tự cảm thấy tràn đầy năng lượng, tích cực, và phấn chấn. Bạn đã phá vỡ liên kết tiêu cực cũ trước kia, và thay nó bằng một liên kết mới tích cực.

Và có một tin tốt hơn nữa. Nghiên cứu chỉ ra rằng những người có cảm giác phấn chấn và đầy năng lượng sẽ học tập nhanh hơn. Họ ghi nhớ nhiều hơn và lâu hơn. Họ thực hiện công việc tốt hơn. Thực tế, bạn sẽ nói tiếng Anh tốt hơn ngay bây giờ bằng cách tạo ra trạng thái cảm xúc đỉnh cao. Do đó việc tạo ra liên kết tích cực với tiếng Anh là bước đầu tiên để đi trên con đường dẫn tới nói tiếng Anh lưu loát.



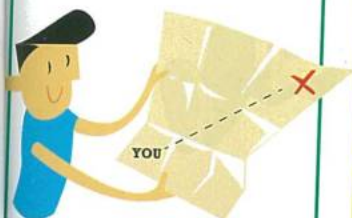
Effortless English

You know where you want to go.
Effortless English can help you get there fast.

Effortless English is an exciting system that helps you speak excellent English while developing the energy and emotions to achieve your goals.

DESTINATION: ENGLISH SPEAKING EXCELLENCE

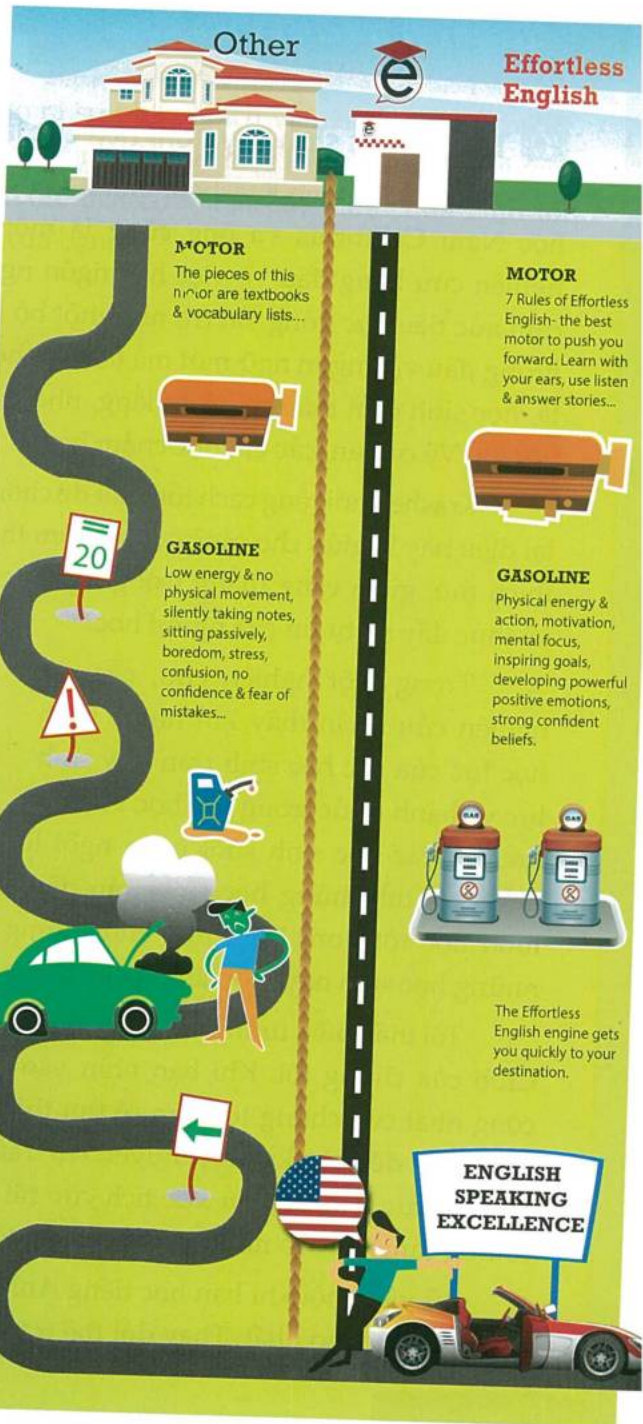
Fast, confident and automatic English speaking.



YOU MUST USE...

The motor
(teaching
methods)...

and the gasoline
(emotions &
motivation)



MOTOR

The pieces of this motor are textbooks & vocabulary lists...



GASOLINE

Low energy & no physical movement, silently taking notes, sitting passively, boredom, stress, confusion, no confidence & fear of mistakes...



ENGLISH
SPEAKING
EXCELLENCE

MOTOR

7 Rules of Effortless English- the best motor to push you forward. Learn with your ears, use listen & answer stories...



GASOLINE

Physical energy & action, motivation, mental focus, inspiring goals, developing powerful positive emotions, strong confident beliefs.



The Effortless English engine gets you quickly to your destination.

? Tại sao học sinh suy nghĩ tích cực lại ham học hơn

Tiến sĩ Stephen Krashen, một nhà ngôn ngữ học tại Đại học Nam California và ông cũng là một trong những nhà nghiên cứu hàng đầu về việc học ngôn ngữ thứ hai, tin rằng cảm xúc tiêu cực đóng vai trò như một bộ lọc, nó làm giảm số lượng đầu vào ngôn ngữ mới mà bạn có thể học được. Kết quả là, học sinh cảm thấy tồi tệ, lo lắng, nhớ ít từ vựng, và không nói tốt. Về cơ bản, các em học chậm hơn.

Krashen nói rằng cách tốt nhất để chống lại điều này là giúp cho các học sinh cảm thấy thích thú, giảm căng thẳng trong lớp học và thúc đẩy sự tự tin của người học.

Trong một nghiên cứu, các nhà nghiên cứu nhận thấy khi họ so sánh học lực của các học sinh tràn đầy sinh lực và hạnh phúc trong lớp học với học lực của các học sinh suốt ngày ngồi lì một chỗ, thì những học sinh tràn đầy sinh lực luôn học tốt hơn. Điều này cũng đúng khi họ thử nghiệm những học sinh này một lần nữa ba tháng và sáu tháng sau đó.

Tôi thấy điều tương tự trong cộng đồng Effortless English Club của chúng tôi. Khi bạn nhìn vào các thành viên thành công nhất của chúng tôi, bạn sẽ tìm thấy một yếu tố chung ở họ. Tất cả đều cực kỳ nhiệt huyết. Họ tràn đầy năng lượng. Họ rất tích cực. Họ có cảm xúc tích cực rất mạnh. Khi tận dụng những cảm xúc cao nhất bạn có thể nói tốt hơn ngay bây giờ.

Vì vậy, mỗi khi bạn học tiếng Anh, hãy tạo ra một trạng thái cảm xúc cao nhất. Thay đổi thể trạng và sự tập trung tinh



thần của bạn để tạo ra sự phấn khích và năng lượng tích cực. Xây dựng một liên kết mạnh mẽ, một kết nối mạnh mẽ giữa tiếng Anh và cảm xúc tích cực nhất của bạn, chữa lành tổn thương tiếng Anh của bạn.

Chương

4

**Niềm tin quyết định thành công
của bạn trong tiếng Anh**

Trong chương trước, bạn đã học được tầm quan trọng của nhiên liệu hay tâm lý để có thể nói tiếng Anh thành công. Bạn cũng đã học được cách để kết nối cảm xúc tích cực mạnh mẽ với tiếng Anh.

Ngoài những cảm xúc cao nhất, còn có một yếu tố quan trọng của tâm lý mà bạn phải nắm vững để nói tiếng Anh một cách trôi chảy: đó là niềm tin. Niềm tin là những “chương trình của não” mạnh mẽ nhất của chúng ta. Chúng dẫn đường cho các quyết định, cảm xúc, và những suy nghĩ của chúng ta. Chúng cho ta biết những gì có thể và những gì không thể. Chúng mở ra cho chúng ta thành công hoặc dẫn chúng ta tới thất bại.

Chúng ta có thể chia niềm tin thành hai loại chính: niềm tin hạn chế và niềm tin củng cố. Một niềm tin hạn chế thường là một “chương trình” tiêu cực làm hạn chế tiềm năng và khả năng làm việc của bạn. Nói cách khác, niềm tin hạn chế sẽ làm giới hạn thành công của bạn.

Chương trình giảng dạy bí ẩn là gốc rễ của hầu hết niềm tin tiêu cực về tiếng Anh. Theo thời gian, các trường học luôn lập trình các niềm tin hạn chế vào tâm trí của học sinh. Sau nhiều năm ở trường, hầu hết học sinh có chung một số hoặc tất cả những niềm tin hạn chế sau đây:

- ★ Tiếng Anh là môn phức tạp và khó.
- ★ Phải mất nhiều năm để nói tiếng Anh tốt.
- ★ Tiếng Anh là môn học căng thẳng.
- ★ Học ngữ pháp là chìa khóa để nói tiếng Anh.
- ★ Tôi không giỏi tiếng Anh.

- ★ Chỉ có một câu trả lời đúng. Chỉ có một cách đúng để nói điều đó.
- ★ Đang có vấn đề gì đó với tôi vì tôi vẫn không thể nói tiếng Anh tốt.
- ★ Điểm thi của tôi thấp, do đó tôi không thể nói tiếng Anh tốt.
- ★ Cách tốt nhất để học tiếng Anh là ngồi trong lớp học, ghi chép, và đọc một cuốn sách giáo khoa.
- ★ Chỉ có một vài người đặc biệt là có thể học nói tiếng Anh tốt thôi.
- ★ Học tiếng Anh thật nhàm chán và bức bối.

Vấn đề với những niềm tin tiêu cực này là chúng dẫn tới những cảm xúc tiêu cực về tiếng Anh. Những niềm tin và cảm xúc tiêu cực sau đó dẫn đến quyết định sai, và quyết định sai dẫn đến kết quả thất vọng.

Ví dụ, một người tin rằng tiếng Anh là căng thẳng, phức tạp, khó khăn và dường như không có động lực để học chăm chỉ mỗi ngày. Thay vào đó, họ sẽ liên tục đấu tranh để buộc bản thân mình học tiếng Anh.

Những người cảm thấy rằng chỉ có một vài người đặc biệt có thể học tốt tiếng Anh, thì những người đó dễ trở nên thất vọng rất nhanh. Họ sẽ cho rằng có vấn đề gì đó với họ, rằng họ "không giỏi tiếng Anh." Một lần nữa, sự tiến bộ của họ sẽ bị làm chậm lại.

Cuối cùng, những người tin rằng các lớp học, sách giáo khoa, và học ngữ pháp là chìa khóa cho vấn đề, và dành nhiều năm sử dụng những phương pháp không hiệu quả này, không

khác gì lái một chiếc xe cũ chậm chạp trên con đường đến với sự trôi chảy trong tiếng Anh, và rồi không bao giờ đạt được thành công.

Đây là lý do tại sao niềm tin là rất quan trọng. Chúng là những chương trình trung tâm trong não bộ của chúng ta, tạo cảm giác, quyết định, và hành động. Niềm tin là những gì tạo ra sự khác biệt giữa thành công cuối cùng và một quãng thời gian thất vọng với tiếng Anh.

Niềm tin cho bạn biết ý nghĩa của một trải nghiệm là gì. Bất cứ khi nào bạn có trải nghiệm tiếng Anh, bộ não của bạn quyết định ý nghĩa của những gì đã xảy ra. Nói cách khác, bộ não của bạn khái quát hóa trải nghiệm đó. Bộ não của bạn quyết định những sự kiện này có ý nghĩa gì trong cuộc sống của bạn. Và với mỗi trải nghiệm tiêu cực, niềm tin có thể phát triển càng ngày càng mạnh mẽ hơn. Cuối cùng bạn trở nên hoàn toàn chắc chắn về niềm tin.

Ví dụ, có thể bạn nhiều lần bị giáo viên sửa lỗi tiếng Anh. Sau mỗi trải nghiệm xấu hổ đó, bộ não của bạn quyết định ý nghĩa của những gì đã xảy ra. Dựa trên những sự kiện này, có thể bạn quyết định rằng bạn học kém tiếng Anh. Có lẽ bạn quyết định rằng tiếng Anh là một môn học khó khăn và căng thẳng. Mỗi trải nghiệm tiêu cực làm cho niềm tin đó mạnh mẽ hơn.

Vấn đề là những niềm tin này sau đó lại ảnh hưởng đến tất cả các trải nghiệm tiếng Anh sau đó của bạn. Vì vậy, bất cứ khi nào bạn tiếp xúc với tiếng Anh, thì những niềm tin tiêu cực lại xuất hiện. Bởi vì điều này mà, bạn sẽ tự động coi tất cả các trải nghiệm mới với tiếng Anh càng tiêu cực hơn. Nếu niềm tin

tiêu cực của bạn mạnh mẽ và bạn không thể thay đổi chúng, thì bạn hoàn toàn có thể phá hủy khả năng của bạn để nói tiếng Anh thành công. Nhiều người học tiếng Anh hoàn toàn mất hy vọng và bỏ cuộc một cách đơn giản, không bao giờ thành công.

Do đó, bạn phải thay thế những niềm tin hạn chế của mình bằng những niềm tin củng cố. “Củng cố” có nghĩa là “mang lại sức mạnh”. Vì vậy, niềm tin củng cố là niềm tin mang lại cho bạn sức mạnh!

Những loại niềm tin củng cố nào bạn cần để nói tiếng Anh thành công?

Dưới đây là một danh sách mẫu:



Tiếng Anh thật dễ dàng, vui vẻ, và thú vị.



Tôi có thể nói tiếng Anh trôi chảy trong khoảng sáu tháng.



Sai sót là bình thường và cần thiết. Ngay cả người bản xứ cũng bị sai sót.



Giao tiếp, chứ không phải số điểm kiểm tra, là mục đích nói tiếng Anh.



Học ngữ pháp không có tác dụng đối với việc nói tiếng Anh.



Bất cứ ai cũng có thể học nói tiếng Anh trôi chảy.



Không vấn đề gì với tôi, tôi chỉ là đã sử dụng sai phương pháp và tôi có thể thay đổi điều đó.

Tôi chắc rằng bạn có thể tạo nên những niềm tin mạnh mẽ hơn. Bạn có thể thấy rằng những niềm tin này có thể tạo nên thành công hơn so với niềm tin hạn chế. Bạn có thể tưởng tượng những cảm giác lớn hơn về sự tự tin và phấn khích mà

những niềm tin này tạo ra. Nhưng làm thế nào để bạn tạo ra những niềm tin này? Rõ ràng niềm tin củng cố tốt hơn nhiều, nhưng làm thế nào để bạn thực sự lập trình lại được tâm trí của bạn?

Một phương pháp hiệu quả để thay đổi niềm tin được gọi là mô hình hóa. Mô hình hóa có nghĩa là tìm một người thành công và nghiên cứu về người đó một cách cẩn thận. Nếu bạn muốn nói tiếng Anh một cách trôi chảy, bạn hãy tìm một người đã thành công với việc đó và tìm hiểu về họ.

Bạn tìm hiểu xem họ đã làm gì và làm điều đó như thế nào. Nếu có thể, bạn hãy nói chuyện với họ và tìm hiểu về tâm lý và phương pháp của họ. Cuối cùng, tất nhiên, bạn phải cố gắng thực hiện chính xác giống những gì họ đã làm.

Bạn mô hình hóa những người thành công càng nhiều, thì bạn sẽ có càng nhiều niềm tin được thay đổi một cách tự nhiên. Bằng cách tập trung vào thành công thay vì thất bại, bạn dần dần lập trình lại bộ não của bạn. Đây là lý do tại sao tôi lập ra Effortless English Club™. Trong cộng đồng của chúng tôi, các thành viên thành công nhất hướng dẫn và tư vấn cho các thành viên mới. Trong khi tôi hy vọng cuốn sách này sẽ giúp thay đổi niềm tin của bạn, không có gì mạnh hơn là việc lắng nghe từ người khác, giống như bạn, những người đã đạt được thành công.

Công việc của bạn bây giờ là tìm người nói tiếng Anh thành công và học theo họ. Bạn có thể tìm thấy họ trong thành phố của bạn. Bạn chắc chắn sẽ tìm thấy họ trên trục tuyến. Khi bạn tìm thấy họ, hãy hỏi họ về niềm tin và phương pháp của họ. Nghiên cứu tâm lý và thành công của họ. Đây chính xác là những gì tôi đã làm khi tôi phát triển hệ thống Effortless

English™. Tôi đã nghiên cứu những người học tiếng Anh thành công nhất. Tôi phỏng vấn họ. Tôi đã nghiên cứu cảm xúc, niềm tin, mục tiêu, và các phương pháp học tập của họ. Đó là cách tôi tạo ra một hệ thống này dựa trên thành công, chứ không dựa trên thất bại.

Hãy nhớ rằng, niềm tin được tạo ra bởi ý nghĩa mà chúng ta gắn với những trải nghiệm. Bạn càng tập trung và suy nghĩ về những trải nghiệm tiêu cực, thì những niềm tin hạn chế lại trở nên mạnh mẽ hơn. Bạn có thể khiến niềm tin củng cố mạnh mẽ hơn cũng theo cách này. Nói cách khác, bạn có thể sử dụng “bộ nhớ có chọn lọc” để tạo ra và tăng cường niềm tin tích cực của mình.

Làm thế nào để bạn làm điều này? Đơn giản chỉ cần xem xét lại tất cả các trải nghiệm với tiếng Anh của bạn. Khi bạn nhớ ra tất cả những trải nghiệm trong quá khứ của mình, hãy tìm kiếm trong bộ nhớ của mình bất kỳ trải nghiệm tích cực nào. Có thể bạn nhớ một hoạt động vui vẻ. Có thể bạn thích đọc một câu chuyện ngắn bằng tiếng Anh. Khi bạn nhớ ra những kinh nghiệm tích cực này, hãy viết chúng ra. Tạo một danh sách của tất cả các trải nghiệm tích cực mà bạn từng có với tiếng Anh.

Hầu hết mọi người có thể xác định ít nhất một vài trải nghiệm như vậy. Bước tiếp theo là tập trung chú ý của bạn về những điều ghi nhớ này mỗi ngày. Mỗi ngày, hãy xem lại danh sách các ký ức tích cực về tiếng Anh. Ghi nhớ mỗi trải nghiệm. Nhìn nhận mỗi trải nghiệm trong tâm trí của bạn và cảm nhận về những cảm xúc tích cực một lần nữa.

Sau đó viết ra một niềm tin củng cố mới về tiếng Anh. Bạn có thể viết “English is easy and fun”. Bạn có thể viết “I

enjoy learning English and I'm good at it". Viết lại niềm tin này ở trên cùng danh sách của bạn và xem lại nó mỗi ngày.

Và tất nhiên, mỗi khi bạn có một trải nghiệm mới tích cực với tiếng Anh, hãy ghi bổ sung nó vào danh sách của bạn. Danh sách của bạn sẽ phát triển càng ngày càng dài hơn. Và danh sách này phát triển, niềm tin củng cố của bạn sẽ càng ngày càng mạnh mẽ hơn.

Chúng ta đều biết thuật ngữ lập trình máy tính "garbage in, garbage out". Niềm tin là những chương trình của não. Những niềm tin (tiêu cực hạn chế) tạo ra cảm xúc tiêu cực, quyết định sai, và động lực thấp. Những điều này tạo ra kết quả tồi tệ "garbage out". Những kết quả xấu sau đó lại tạo ra niềm tin tiêu cực mới và mạnh mẽ hơn, và toàn bộ chu kỳ lặp lại, thậm chí còn tồi tệ hơn. Điều này được gọi là "vòng xoáy đi xuống".

Mặt khác, niềm tin tích cực tạo ra một vòng xoáy đi lên. Niềm tin củng cố tạo ra những cảm xúc tích cực hơn, quyết định tốt hơn, và động lực tốt hơn. Chúng tạo ra kết quả tốt hơn. Kết quả tốt hơn sau đó lại tạo ra niềm tin tích cực mạnh mẽ hơn. Toàn bộ chu kỳ lặp đi lặp lại, mỗi lần lại trở nên mạnh mẽ hơn. Vòng xoáy đi lên này là chìa khóa để thành công nhanh chóng với tiếng Anh.

Chương

5

**Tiếng Anh là một môn
thể thao vật lý**

Một trong những lỗi lớn nhất của chương trình giảng dạy bí ẩn đó là các trường dạy tiếng Anh như một môn học thuật. Trong trường học, bạn học tiếng Anh. Bạn tìm hiểu về tiếng Anh. Bạn phân tích các bộ phận của ngôn ngữ (ngữ pháp, từ vựng, vv). Bạn làm bài kiểm tra về kiến thức này.

Vấn đề là, tiếng Anh không phải là một môn học cần phải nghiên cứu. Tiếng Anh là một kỹ năng cần được “thực hiện” hay “chơi”. Kỹ năng nói là nhiệm vụ mà bạn phải làm, chứ không phải lý thuyết gì bạn phải phân tích và suy nghĩ về nó. Có lẽ bạn đã hiểu ra vấn đề rồi đó.

Giao tiếp tiếng Anh thực sự diễn ra rất nhanh và không thể đoán trước. Người đối diện nói rất nhanh và bạn không bao giờ biết chính xác những gì họ sẽ nói. Bạn phải có khả năng lắng nghe, hiểu, và đáp lại gần như ngay lập tức. Không có thời gian để suy nghĩ về ngữ pháp, dịch ngôn ngữ, hay bất kỳ điều gì khác mà bạn học được trong lớp học tiếng Anh.

Giao tiếp tiếng Anh giống như chơi bóng đá. Một cầu thủ phải hành động và phản ứng gần như ngay lập tức. Cầu thủ phải chơi một cách trực quan. Cầu thủ không học công thức vật lý để chơi tốt bóng đá được. Họ học bằng cách thực hiện. Họ “chơi” bóng đá, chứ họ không “học” bóng đá.

Nghiên cứu các quy tắc ngữ pháp để nói tiếng Anh giống



như một cầu thủ bóng đá học vật lý để chơi bóng đá. Nó có thể là thú vị (hoặc không), nhưng chắc chắn nó sẽ không giúp tăng hiệu quả. Do vậy mà, việc bạn phải làm là đừng “học” tiếng Anh, và hãy bắt đầu “chơi” với tiếng Anh!

Hãy nhớ rằng nhiên liệu của bạn là một phần quan trọng, có lẽ là phần quan trọng nhất, trong bộ máy Effortless English™ của bạn. Học chơi với tiếng Anh, chứ không phải là học tiếng Anh là một cách hữu hiệu để phát triển tâm lý mạnh mẽ và đi trên con đường để trở nên trôi chảy thật nhanh chóng.

Khi chúng ta lần đầu tiên thảo luận về nhiên liệu, chúng ta đã học cách sử dụng cơ thể của chúng ta để thay đổi xúc cảm. Hóa ra cơ thể lại là chìa khóa rất quan trọng (bị lãng quên) trong việc học tiếng Anh. Bằng cách sử dụng các hoạt động thể chất khi học, có thể học nhanh hơn, nhớ nhiều hơn, nhớ lâu hơn, và nói tiếng Anh tốt hơn.

Tiến sĩ James Asher, một nhà tâm lý học và giáo sư danh dự tại Đại học bang San Jose, đã phát hiện thấy rằng việc sử dụng các hoạt động thể chất trong lớp học ngôn ngữ thực sự giúp học sinh học từ vựng tốt hơn. Tiến sĩ Asher đã tò mò về mối quan hệ giữa ngôn ngữ và vận động sau khi xem cách trẻ em học nói. Ông nhận thấy rằng khi cha mẹ nói gì đó, con cái của họ thường sẽ đáp trả bằng một từ và một số loại hành động. Ông cũng nhận thấy rằng các bậc cha mẹ thường xuyên sử dụng những hành động và cử chỉ khi nói chuyện với con.

Dựa trên nghiên cứu và quan sát của ông, Asher phát triển hệ thống phản hồi vật lý tổng thể trong giảng dạy ngôn ngữ trong đó học sinh trả lời các lệnh của giáo viên bằng ngôn ngữ mới cùng với toàn bộ động tác của cơ thể. Những động tác này tăng cường ý nghĩa của cụm từ và làm cho nó dễ nhớ

hơn. Tiến sĩ Asher tin rằng học sinh có thể học 12 đến 36 từ mới mỗi giờ bằng phương pháp này. Tôi đã thành công khi áp dụng phương pháp này trong các bài giảng và các buổi hội thảo của tôi.

Tất nhiên, điều này là hoàn toàn trái ngược với những gì xảy ra ở hầu hết các lớp học tiếng Anh. Trong trường học, bạn được yêu cầu ngồi yên trên ghế. Bạn ngồi trong một giờ hoặc nhiều hơn. Đương nhiên, khi bạn ngồi, năng lượng của bạn giảm xuống. Khi năng lượng của bạn giảm xuống, sự tập trung của bạn cũng giảm xuống. Và khi sự tập trung của bạn giảm xuống, bạn học ít hơn và quên nhanh hơn. Tất nhiên, năng lượng thấp này thường dẫn đến cảm giác nhàm chán. Ít vận động, ít năng lượng, sự tập trung thấp, và chán nản tự nhiên tạo ra kết quả tồi tệ hơn, bất kể phương pháp học là gì, và vì vậy chúng ta có một vòng xoáy đi xuống.

Trong khi mọi người hưởng lợi từ việc học tập thể chất, thì một số người thực sự cần đến nó. Những người này được gọi là “người học vận động”. Họ học tốt nhất khi họ liên kết việc học với sự vận động thể chất. Những người này có xu hướng đấu tranh khi học trong các lớp học truyền thống, nơi họ được yêu cầu phải ngồi bất động hàng giờ đồng hồ. Trường học và giáo viên thường dính học sinh vào chỗ ngồi của mình như thể họ là “những học trò khuyết tật” hay “rối loạn thiếu tập trung”.

Tuy nhiên, vấn đề không phải “người học vận động” bị khuyết tật. Thay vào đó, vấn đề là một khuyết tật về giảng dạy - sự thất bại của các trường học để dạy học tích cực một cách hiệu quả.

Các buổi hội thảo và lớp học Effortless English™ của tôi khá khác nhau. Nhiều người đã mô tả chúng là “những buổi hòa nhạc rock bằng tiếng Anh.” Trong một buổi hội thảo Effortless English™, chúng tôi thường xuyên nhảy, khiêu vũ, hò hét, cười, và di chuyển. Trong thực tế, hiếm khi các học viên phải ngồi quá 15 phút trong một hội thảo của tôi. Tôi muốn họ di chuyển. Tôi muốn họ tràn đầy sinh lực. Bởi vì tôi biết rằng những người năng động và tràn đầy sinh lực sẽ học nhanh hơn, học hỏi nhiều hơn, nhớ lâu hơn, và thực hiện tốt hơn!

Hãy nhớ rằng, tiếng Anh là một kỹ năng hoạt động, không phải là một môn học. Bạn càng sử dụng hoạt động cơ thể của bạn trong học tập, bạn sẽ càng thành công hơn. Một cách để sử dụng sự vận động khi học tiếng Anh đó là sử dụng phương pháp Từ vựng hành động. Trong phương pháp này, bạn kết hợp một chuyển động thể chất và một từ mới. Bạn hét to từ (hoặc cụm từ) đó và thực hiện một vận động. Vận động đó sẽ nhắc bạn nhớ về ý nghĩa của từ đó.

Bằng cách lặp lại nhiều lần, bạn sẽ kết nối các từ, ý nghĩa của nó, và hoạt động thể chất với nhau. Sự kết hợp này tạo ra một ký ức mạnh mẽ hơn và sâu hơn, kết quả là bạn học từ vựng nhanh hơn và sâu hơn. Việc này hiệu quả hơn nhiều việc cố gắng ghi nhớ danh sách dài các từ mới.

Một cách đơn giản để sử dụng cơ thể của bạn là đi bộ trong khi học tiếng Anh. Với một chiếc điện thoại thông minh, bạn có thể thực hiện việc học di động! Thay vì việc ngồi lì một chỗ, và dần dần mất đi năng lượng, hãy đeo tai nghe và đi bộ trong khi nghe tiếng Anh. Khi bạn đi bộ, tim của bạn sẽ bơm mạnh hơn và bộ não của bạn sẽ nhận được nhiều máu hơn. Bạn

sẽ cảm thấy nhiều năng lượng hơn và do đó bạn sẽ tập trung tốt hơn. Có thể bạn sẽ thích học hơn.

Không có lý do gì để bị giới hạn bởi các phương pháp học cũ. Bạn không cần phải ngồi bất động trên ghế trong khi đang học. Bạn không cần phải giữ im lặng. Bạn không cần phải cảm thấy nhàm chán và mệt mỏi. Khi là một người học độc lập, bạn có thể tự học một cách có hiệu quả nhất và thú vị nhất cho mình. Bạn là người quản lý việc học tập của chính mình. Hãy tận hưởng nó!

Hãy nhớ lại bài tập cảm xúc cao điểm mà bạn đã học? Đây là một cách tuyệt vời để sử dụng cơ thể của bạn trong khi học tiếng Anh. Hãy nghỉ một lát "energy break". Nghe bản nhạc tràn đầy năng lượng yêu thích của bạn. Nhảy, hét lên, cười to, cổ vũ, và nhảy múa một vài phút. Nạp đầy năng lượng cho cơ thể và tạo ra những cảm xúc cao điểm. Sau đó tiếp tục học tiếng Anh. Hãy nghỉ một lát sau mỗi 20-30 phút học tiếng Anh. Tôi đảm bảo bạn sẽ nhận được kết quả tốt hơn.

Hãy nhìn trẻ em khi các bé đang chơi. Các bé đang hạnh phúc, tràn đầy năng lượng và năng động. Trẻ em học tốt nhất khi kết hợp vừa học vừa chơi. Trẻ em mang một thái độ vui chơi đến với tất cả những thứ mà chúng làm. Trẻ nhỏ không cần nhiều nỗ lực hay tính kỷ luật. Chúng được thúc đẩy bởi sự tò mò. Chúng học một cách tích cực. Chúng học bằng cách chơi và chơi trong khi học tập.

Đây là thời gian để bạn có thể khám phá lại những phẩm chất tự nhiên đó. Khi trưởng thành, bạn vẫn học tốt nhất theo cách này. Bạn cũng được hưởng lợi từ hoạt động thể chất và tràn đầy sinh lực trong khi học tập. Bạn cũng được hưởng lợi từ các vận động và một thái độ vui chơi. Khi bạn sử dụng

các kỹ thuật và phương pháp trong cuốn sách này, hãy luôn luôn làm chúng với niềm vui và thái độ vui tươi nhé!

Có hai phần chính của hệ thống Effortless English™: tâm lý và phương pháp. Bạn cũng biết đó tâm lý giống như nhiên liệu để chạy động cơ. Bạn phải phát triển thứ nhiên liệu đó để tạo ra năng lượng cao hơn cho việc học tập. Bạn đã học được cách sử dụng liên kết cảm xúc đỉnh cao, niềm tin, và vận động thể chất để tạo ra thứ nhiên liệu đó. Bạn đã học được tầm quan trọng của vận động, thái độ vui tươi.

Trong chương kế tiếp, bạn sẽ được học một kỹ thuật tâm lý để tạo ra nhiên liệu mạnh mẽ nhất có thể cho việc học tiếng Anh.

Học từ vựng bằng cách vận động

Nhiều học sinh lãng phí thời gian khi cố gắng ghi nhớ từ vựng tiếng Anh. Họ nghiên cứu danh sách dài các từ mới. Họ đọc đi đọc lại danh sách từ mới nhiều lần, cố gắng ghi nhớ các từ tiếng Anh và ý nghĩa của chúng. Thật không may, nghiên cứu cho thấy 80% số từ vựng đã học theo cách này sẽ bị lãng quên trong vòng chưa đầy một năm. Điều đó có nghĩa là rất nhiều thời gian và công sức bị lãng phí.

Có một vấn đề với phương pháp học từ vựng này – nó thật nhàm chán và nó lâu dài khiến mất đi động lực của người học. Nếu là một sinh



viên, bạn phải rất cẩn thận- làm mất đi động lực của bạn là điều tồi tệ nhất. Học tiếng Anh là một cuộc chạy đua đường dài, nó là một cuộc chạy dài. Nó đòi hỏi động lực mức độ cao được duy trì trong nhiều năm.

Sử dụng phương pháp học tập từ vựng nhằm chán mang lại hậu quả gấp đôi: nó không hiệu quả và nó làm suy yếu động lực.

Có một cách tốt hơn mà những người tham gia các hội thảo mang tính đột phá của tôi đã phát hiện ra. Bạn có thể học từ mới một cách mạnh hơn rất nhiều và vui vẻ hơn rất nhiều. Khi bạn học theo cách này, các nghiên cứu cho thấy rằng bạn có thể nhớ 80% sau đó một năm! Điều đó rất ấn tượng.

Chìa khóa cho việc học từ vựng sâu sắc, mạnh mẽ, lâu dài đó là vận động. Khi bạn kết hợp vận động cơ thể với việc học từ mới, bạn tạo kết nối sâu trong não và cơ thể của bạn. Những kết nối này kéo dài rất lâu. Điều quan trọng là sử dụng một vận động để nhắc nhở bạn về ý nghĩa của các từ vựng.

Ví dụ, hãy tưởng tượng bạn muốn tìm hiểu cụm từ "to proclaim." Trước tiên, bạn sẽ tìm hiểu ý nghĩa của từ đó, nghĩa của nó là "nói hoặc thông báo công khai, thường theo một cách nói lớn tiếng". Sau khi biết ý nghĩa, bạn tạo ra một hành động nhắc nhở bạn về nó. Bạn có thể đặt tay lên miệng của bạn và giả vờ bạn đang la hét ầm ĩ ("nói công khai và lớn tiếng"). Cuối cùng, bạn sẽ hét lên cụm từ "to proclaim" khi bạn làm cử chỉ cùng lúc đó.

Các bạn nói càng to và tràn đầy năng lượng, thì kết nối mà bạn tạo ra trong não của mình sẽ càng mạnh mẽ hơn. Bằng cách hét to cụm từ và thực hiện vận động mạnh nhiều lần, bạn

sẽ tạo ra một ghi nhớ mạnh mẽ hơn và sâu sắc hơn về ý nghĩa.

Trong một hội thảo gần đây ở Việt Nam, tôi đã dạy một số từ mới bằng cách sử dụng phương pháp từ vựng hành động. Các sinh viên hét lên những từ mới với tôi, trong khi đồng thời sử dụng các hành động mạnh mà tôi đã hướng dẫn. Mỗi hành động được kết nối với ý nghĩa của từ mới hoặc cụm từ mới. Đến cuối của bài học, các em đã hiểu hoàn toàn về các từ đó, không bao giờ quên chúng nữa.

Nhưng đó không phải là tất cả. Vì Effortless English™ là một hệ thống học tập sâu, tôi lặp đi lặp lại những từ mới một lần nữa - lần này trong bài giảng đọc truyện. Mỗi lần tôi sử dụng một trong những từ mới vào câu chuyện, tôi yêu cầu học sinh sử dụng các cử chỉ mạnh mẽ giống như chúng tôi đã thực hành. Thông qua các bài học Mini-Story, các học sinh đã lặp đi lặp lại nhiều hơn các từ vựng, cảm xúc, và hành động mạnh mẽ.

Cuối cùng, tôi đã cho các học sinh bài tập về nhà: tài về phần âm thanh của bài học Mini-Story, và lắng nghe nó mỗi ngày trong một tuần. Nếu học sinh làm được điều này, họ sẽ học sâu các từ mới đó, và sẽ ghi nhớ chúng mãi mãi. Đó là sức mạnh của hệ thống Effortless English™, và đó là sức mạnh của việc áp dụng vận động thể chất vào trong học tập!



BẮT ĐẦU MỌI TẠO ĐỘNG LỰC >>

TÁM BƯỚC ĐƠN GIẢN ĐỂ THAY ĐỔI CẢM XÚC CỦA BẠN

1. Tìm một số bài hát vui nhộn và tràn đầy năng lượng mà bạn yêu thích.

2. Trước khi bạn bắt đầu nghe bài học tiếng Anh, hãy lắng nghe âm nhạc.
3. Khi âm nhạc bắt đầu, ngẩng cao đầu. Nhìn lên trên. Thay đổi tư thế cơ thể của bạn. Kéo vai của bạn trở lại. Đứng cao lên. Sau đó mỉm cười ... cười thật to. Hít thở sâu.
4. Tiếp theo, di chuyển. Nhảy theo âm nhạc. Nhìn lên trên. Tiếp tục mỉm cười. Nhảy và múa. Nâng cánh tay lên khỏi đầu khi bạn nhảy múa và mỉm cười. Hãy cảm nhận hạnh phúc và năng lượng từ âm nhạc.
5. Dừng lại và nói lớn tiếng: "Yes!" Nói lại lần nữa, "Yes!" Một lần nữa, "Yes!"
6. Bây giờ bắt đầu bài học tiếng Anh của bạn. Khi bạn lắng nghe, giữ vai của bạn ra phía sau. Giữ đôi mắt của bạn nhìn lên. Hãy mỉm cười. Trong thực tế, hãy đứng lên và tiếp tục di chuyển. Đi bộ và hít thở sâu khi bạn lắng nghe bài học.
7. Khi bạn lắng nghe bài học Mini-Story của tôi, trả lời thật to mỗi câu hỏi. Không ngại ngần. Hét to câu trả lời của bạn! Giữ đầu và đôi mắt nhìn lên. Nụ cười thật to trên khuôn mặt của bạn khi bạn trả lời một tiếng lớn.
8. Nếu bạn bắt đầu cảm thấy mệt mỏi hoặc chán bất cứ lúc nào, tạm dừng bài học. Chạy lại bài hát yêu thích của bạn một lần nữa và lặp lại tất cả các bước. Hãy thêm một chút năng lượng cho cơ thể và cảm xúc của bạn. Sau đó, chơi với bài học một lần nữa. Bằng cách quản lý cảm xúc của bạn theo cách này, bạn sẽ học lâu hơn, bạn sẽ nhớ nhiều hơn, và bạn sẽ học nhanh hơn 2-4 lần. Bạn cũng sẽ dạy cho mình trở nên mạnh mẽ và tự tin khi nói tiếng Anh.

>> KẾT THÚC MẠO TẠO ĐỘNG LỰC



Chương

6

Sử dụng các Mục tiêu lớn mang tính thực tế để tạo động lực thành công

Tại sao bạn lại học tiếng Anh? Tại sao bạn lại muốn nói tiếng Anh tốt? Ngạc nhiên là nhiều người chỉ có một ý nghĩ mơ hồ. Họ biết rằng tiếng Anh là một “ngôn ngữ quốc tế” và họ nên học tiếng Anh. Ở trường, họ được dạy rằng tiếng Anh rất quan trọng. Một số người chỉ tập trung vào điểm số. Họ học tiếng Anh để có điểm cao trong các kỳ thi TOEFL, TOEIC, IELTS, hay các kỳ thi khác.

Các mục tiêu này tới từ đâu? Chủ yếu chúng đến từ hệ thống giáo dục trường lớp. Hay nói cách khác, chúng là các mục tiêu bên ngoài mà được những người khác thúc đẩy. Các học sinh được dạy rằng các mục tiêu đó rất quan trọng và do đó họ đã dành nhiều năm để tập trung vào điểm số. Vấn đề là các mục tiêu bên ngoài do người khác mang đến giống như một nghĩa vụ phải làm.

Các mục tiêu này yếu và không tạo được ra cảm hứng cho người học. Đó là một vấn đề vì các mục tiêu xuất phát từ hệ thống tạo mục tiêu của não. Các mục tiêu nói cho bộ não của chúng ta điều mà chúng ta muốn, khi nào ta muốn có nó, và tại sao chúng ta cần nó. Một mục tiêu mạnh mẽ sẽ thúc đẩy chúng ta cố gắng hơn nữa. Một mục tiêu lớn có thể thay đổi hoàn toàn cuộc sống của bạn. Các mục tiêu yếu thì ngược lại, chúng tạo ra các kết quả yếu.

Một bước nữa của quá trình phát triển nhiên liệu Effortless English™ đó là phát triển các mục tiêu mạnh mẽ hơn. Nhưng điều gì tạo ra một mục tiêu mạnh mẽ? Một mục tiêu mạnh mẽ tạo ra những suy nghĩ tích cực trong tâm trí bạn. Một mục tiêu mạnh thì chứa nhiều cảm xúc. Một mục tiêu mạnh không những tạo động lực cho bạn mà còn kéo bạn về phía trước để hành động và thành công.

Một mục tiêu lớn giống như một ham muốn tích cực. Mục tiêu đó giữ cho bạn tập trung vào điều quan trọng trong cuộc sống. Bạn không thể quên nó. Thực tế với một mục tiêu mạnh mẽ, bạn sẽ thấy khó khăn nếu dừng suy nghĩ về nó. Mục tiêu này định hướng cho bạn và tạo động lực cho bạn thậm chí trong những lúc khó khăn nhất.

Để có một mục tiêu mạnh mẽ, mục tiêu này phải chứa nhiều cảm xúc mạnh mẽ theo cách tích cực. Đây là lý do tại sao các mục tiêu điểm thi lại là mục tiêu yếu. Ai lại có cảm hứng và thích thú với những bài thi chứ? Thực tế thì đối với hầu hết mọi người, các bài thi là trải nghiệm tiêu cực tạo ra cảm giác hồi hộp, sợ hãi, và áp lực. Nó không tạo động lực hay tạo cảm hứng gì cả. Đó là lý do vì sao nhiều người cảm thấy thất vọng với tiếng Anh đến thế.

Vậy làm sao để bạn tìm ra và tạo lập các mục tiêu mạnh mẽ thực sự? Bắt đầu bằng cách hỏi bản thân những câu hỏi mạnh mẽ. Những câu hỏi này giúp bạn tìm ra nguyên nhân sâu hơn cho việc nói tiếng Anh. Khi bạn đi sâu hơn, bạn sẽ tìm ra được các mục tiêu đầy cảm hứng. Và câu hỏi mạnh mẽ nhất đó là “Tại sao?”

Liên tục hỏi tại sao là cách dễ dàng để tìm ra mục đích sâu hơn cho việc học tiếng Anh. Ví dụ, ban đầu bạn có thể hỏi mình là “Tại sao tôi học tiếng Anh?” Có thể câu trả lời đầu tiên của bạn là “Để đạt điểm TOEFL cao”. Đó là một mục tiêu bên ngoài. Vậy bạn hỏi bản thân mình một lần nữa “Tại sao mình muốn điểm TOEFL cao?” Có thể bạn trả lời rằng “Để kiếm được công việc tốt hơn”. Rồi lại hỏi “Tại sao mình muốn có công việc tốt hơn?”. Bây giờ bạn đi sâu hơn vào vấn đề, tìm ra mục đích thực sự của bạn. Có thể bạn trả lời rằng “Để kiếm

nhieu tiền cho gia đình". Rồi bạn lại hỏi "Tại sao bạn muốn kiếm nhiều tiền cho gia đình?". Và bạn trả lời rằng "Vì tôi yêu gia đình tôi và muốn mang lại cuộc sống no đủ và hạnh phúc cho gia đình tôi". Vậy là bạn đã tìm ra được mục đích lớn nội tại của mình.

Mục đích lớn của bạn không phải là điểm TOEFL cao, mà là mang lại cuộc sống hạnh phúc cho gia đình mình. Tiếng Anh là công cụ giúp bạn trong mục đích đó. Điều đó có đủ mạnh và đem lại cảm hứng không? Mục đích đó có thúc đẩy bạn nhiều hơn không? Nó có tạo ra nhiều nhiên liệu cho bộ máy học tiếng Anh của bạn không?

Tất nhiên, mỗi người có mục đích khác nhau. Có thể mục đích lớn của bạn là để du lịch nước ngoài, khám phá - và bạn biết rằng tiếng Anh là ngôn ngữ để giao tiếp quốc tế. Có lẽ bạn mơ trở thành doanh nhân quốc tế giàu có và thành công, và tiếng Anh sẽ giúp bạn đạt được giấc mơ đó. Có thể bạn mơ được du học ở một trường Đại học tại Hoa kỳ. Có thể bạn muốn làm quen với bạn bè quốc tế từ nhiều quốc gia khác nhau. Có thể bạn có nhiều hơn một mục tiêu lớn cho tiếng Anh.

Điều quan trọng là ở chỗ tiếng Anh là một công cụ để giao tiếp. Chỉ biết nhiều từ vựng và ngữ pháp thì cũng vô dụng. Bạn phải sử dụng ngôn ngữ để phát huy sức mạnh của nó. Vậy chìa khóa để tìm ra mục đích lớn của bạn đó là chỉ ra bạn muốn sử dụng tiếng Anh như thế nào trong cuộc sống thực tế.

Với tiếng Anh, bạn phải tập trung vào các lý do thực tế của mình cần nói ngôn ngữ. Các mục tiêu phải thúc đẩy bạn. Bạn nên cảm thấy nhiệt huyết và giàu động lực khi nghĩ về các mục tiêu của mình.

Mặc dù tôi đang viết về chủ đề này, nhưng đôi khi tôi cũng có những mục tiêu yếu. Ví dụ, gần đây tôi đã thực hiện một loạt hội thảo và thuyết trình tại Thái Lan. Các mục tiêu nhỏ của tôi là:

- ★ Để dạy mọi người về hệ thống Effortless English™
- ★ Để kết nối với nhiều người hơn

Hiện giờ, các mục tiêu này đều tích cực nhưng không có sức mạnh. Chúng không khiến tôi hứng thú. Chúng không tạo ra niềm đam mê. Nên tôi suy nghĩ sâu hơn. Tôi đã hỏi bản thân mình "Tại sao mình cần dạy mọi người về hệ thống Effortless English™? Tại sao mình cần kết nối với nhiều người hơn? Mình có thể đóng góp điều gì? Mình muốn hoàn thành việc gì?"

Các mục tiêu tốt hơn lập tức đến trong tâm trí tôi như:

- ★ Tôi muốn tạo cảm hứng cho mọi người và thay đổi cuộc sống của họ!
- ★ Tôi muốn đánh thức niềm đam mê của mọi người và tình yêu học tập.
- ★ Tôi muốn đánh thức trí tưởng tượng của họ!
- ★ Tôi muốn chữa lành tổn thương tiếng Anh cho họ!
- ★ Tôi muốn thay đổi hoàn toàn cách mọi người học tiếng Anh.
- ★ Tôi muốn giúp mọi người đạt được giấc mơ của mình bằng công cụ tiếng Anh!
- ★ Tôi muốn xây dựng một gia đình quốc tế cho những người học siêu nhiệt huyết!
- ★ Tôi muốn mang đến cho mọi người những trải nghiệm cảm xúc tích cực và mạnh mẽ vô cùng!

- ★ Tôi muốn mang đến cho mọi người niềm hạnh phúc, tiếng cười, niềm đam mê, và sự tự tin mạnh mẽ.
- ★ Tôi muốn giúp mọi người không bị phân vân, không chần chừ, buồn chán, hay do dự.
- ★ Tôi muốn giúp mọi người đạt được giấc mơ của họ!

Đây là các mục tiêu tuyệt vời! Chúng ngay lập tức mang lại cho tôi năng lượng và sức mạnh. Chúng khiến tôi ham muốn được nháy ra khỏi giường và hành động. Chúng khiến tôi muốn làm công việc giáo viên tuyệt vời này. Chúng tạo cảm hứng cho tôi học và phát triển ngày một tốt hơn. Chúng khiến tôi mong muốn tạo ra một buổi trình bày tuyệt vời- chứ không phải là một bài giảng vô vị.

Đây chính là sức mạnh của những mục tiêu lớn và đầy ý nghĩa. Tại sao bạn muốn học tiếng Anh? Bạn có thể tưởng tượng ra kết quả thú vị nhất mà việc nói tốt tiếng Anh mang lại cho bạn là gì không? Điều gì thực sự tạo cảm hứng cho bạn học tiếng Anh? Hãy suy nghĩ rộng hơn! Hãy ước mơ lớn hơn!

Hãy vì chính mình: Chọn các mục tiêu lớn, táo bạo và mạnh mẽ cho việc học tiếng Anh. Hãy kích thích niềm đam mê của bạn!

Chương

7

**Lập trình bộ não của bạn để học
tiếng Anh thành công**

Khi dạy tiếng Anh tại một trường Đại học tại Thái Lan, tôi biết một sinh viên tên là Ploy. Ngày đầu lên lớp, Ploy ngồi ở hàng ghế sau. Trong giờ học, cô ấy cố né tránh tôi. Cô ấy khom lưng và cố biến mất phía sau các sinh viên khác ngồi trước. Ploy cứ thầm lặng như vậy trong suốt buổi học.

Sau khi tan lớp, tôi đã yêu cầu Ploy ở lại một vài phút. Tôi có thể thấy chuyện gì đó ở đây và muốn tìm hiểu để giúp cô ấy. Tôi nói với cô ấy rằng “Tôi đã để ý thấy em né tránh trong suốt buổi học, mọi chuyện ổn chứ?” Cô ấy nói rằng “Em không học tốt tiếng Anh- I’m not good at English”. Ploy sau đó mô tả sự thất vọng lâu dài của mình với môn tiếng Anh bao gồm điểm thi thấp, xếp loại thấp, và sự xấu hổ. Vì trải nghiệm trong quá khứ, cô ấy tin rằng mình có một lỗ hổng và “học kém môn tiếng Anh”.



Sau khi nói chuyện với Ploy, tôi nghĩ về vấn đề của cô ấy cũng như những suy nghĩ của cô ấy. Tôi đã nhận ra rằng các học sinh khác trong lớp cũng có cảm giác tương tự. Trước khi tôi dạy tiếng Anh, tôi biết rằng mình phải tìm ra một cách thức để giúp các em lập trình lại niềm tin của mình. Tuần đó, tôi đã nghiên cứu nhiều về các kỹ thuật tâm lý và khám phá ra phương pháp “lập trình cảm xúc thần kinh- Mental movie programming”.

Vào tuần sau đó, tôi đã dạy kỹ thuật này cho lớp và tiếp tục sử dụng nó trong suốt kỳ học. Trong một vài tuần đầu, tôi nhận thấy một sự thay đổi kinh ngạc. Ploy tự tin hơn và tiến

bộ hơn. Đầu tiên cô ấy ngồi ở hàng ghế đầu thay vì là hàng ghế sau cùng. Mỗi tuần trôi qua, các bạn cùng lớp trở nên tự tin hơn. Trải nghiệm này cho tôi thấy sức mạnh của tâm lý và tại sao nó quan trọng đến mức có thể lập trình được thành công của các bạn.

Chương này là bước cuối cùng để lập trình lại tâm lý của bạn để học tiếng Anh thành công. Bạn sẽ học cách lập trình niềm tin, mục tiêu, và những cảm xúc đỉnh cao mà mình cần để phát triển thứ nhiên liệu xe đua cho bộ máy Effortless English™ của bạn.

Vấn đề đối với người học không phải là thiếu thông minh hay thiếu năng lượng. Bạn không “học kém tiếng Anh”. Điều mà hầu hết mọi người thiếu đó là sự kiểm soát tâm lý và cảm xúc. Thực tế, bạn có đầy đủ tài năng, sự thông minh, và năng lượng cần để nói tốt tiếng Anh ở mức độ cao nhất có thể. Bạn chỉ cần học cách kiểm soát khả năng của mình và sử dụng nó để thay đổi cảm xúc, niềm tin, và hành động của mình ngay lập tức như mong muốn của bạn.

Giống như nhiều người học tiếng Anh khác, có thể bạn bị tác động quá nhiều bởi “tổn thương tiếng Anh”. Có thể bạn cứ mãi hạn chế niềm tin và cảm giác thất vọng, lo lắng, áp lực khi cố nói tiếng Anh. Bạn muốn cảm thấy tự tin và mạnh mẽ khi nói, và để như thế, bạn phải kiểm soát các thước phim nội tại của mình.

Thước phim nội tại của bạn là các chương trình bạn sử dụng để tạo nên những cảm giác, niềm tin, và mục tiêu. Bạn tạo ra các cảm xúc này bằng năm giác quan: thị giác, thính giác, xúc giác, vị giác, và khứu giác. Các ký ức và ước mơ của bạn

được ghi lại trong tâm trí từ sự kết hợp của các giác quan này. Chúng là những thành phần bạn sử dụng để viết và tạo ra những thước phim nội tại của mình. Các thước phim này tạo nên cảm xúc, suy nghĩ, và hành động của bạn.

Khi bạn muốn thay đổi kết quả học tiếng Anh, bạn muốn thay đổi hai thứ: cảm giác của bạn khi nghe tiếng Anh và khả năng nói tiếng Anh thực tế của bạn. Nói cách khác, bạn muốn cảm thấy tự tin khi nói và muốn nói tiếng Anh thật khéo léo. Chương này nói về cách thay đổi thước phim nội tại của bạn để chúng lập trình bạn với những cảm giác mạnh mẽ và khéo léo khi nói tiếng Anh.

Khi bạn nghĩ về các thước phim trong tâm trí mình, nhận thấy rằng có hai thứ bạn có thể lựa chọn: Có cái gì trong thước phim của bạn và thước phim đó được tạo ra như thế nào. Nếu bạn thường xuyên suy nghĩ về các ký ức ngại ngùng của mình với tiếng Anh, nó sẽ thay đổi cảm giác của bạn. Cách mà ký ức đó được tạo nên cũng quan trọng. Ví dụ, có thể bạn nhớ về thời gian khi giáo viên tiếng Anh sửa sai cho bạn trên lớp, và ký ức đó tạo ra sự hồi hộp đối với tiếng Anh. Ký ức đó là một thước phim trong tâm trí bạn. Bên trong, bạn thấy sự kiện đang xảy ra, bạn nghe giáo viên sửa lỗi cho mình, bạn thấy ngại ngùng (nhìn, nghe, cảm giác vật lý là các thành phần chung và mạnh mẽ nhất được sử dụng trong thước phim nội tại).

Đối với hầu hết mọi người, nếu bạn có thước phim tiêu cực lớn hơn trong tâm trí mình, thì những cảm giác xấu sẽ trở nên mạnh hơn. Giống như vậy, nếu bạn khiến giọng của giáo viên to tiếng hơn, thì cảm giác xấu sẽ trở nên tồi tệ hơn. Và bạn có thể tập trung vào các cảm giác ngại ngùng và truyền chúng

vào cơ thể của mình, một lần nữa khiến chúng mạnh hơn. Bằng cách thay đổi thước phim đó trong tâm trí, bạn sẽ thay đổi sức mạnh của nó.

Các phẩm chất của những thước phim này được gọi là “các tiểu thể thức”. Chúng là các phẩm chất của mỗi giác quan sử dụng trong thước phim nội tại của bạn. Mỗi giác quan có một số tiểu thể thức có thể kiểm soát hoặc thay đổi.

Về trực quan, bạn có thể thay đổi màu sắc của một thước phim hoặc lọc bỏ màu sắc của thước phim thành hình đen trắng. Bạn có thể thay đổi kích cỡ của thước phim trong tâm trí mình, khiến chúng to hơn hoặc nhỏ hơn. Nếu bạn tưởng tượng thước phim chiếu trên màn hình trong tâm trí bạn, bạn có thể thay đổi khoảng cách tới màn hình, đưa nó lại gần hoặc đẩy nó ra xa. Bạn có thể thay đổi độ sáng tối của thước phim. Bạn kiểm soát di chuyển của thước phim và khiến chúng di chuyển nhanh, chậm, hoặc bình thường. Bạn có thể thay đổi “góc ngắm” của thước phim, thay đổi khung cảnh.

Các thước phim nội tại có âm thanh kèm theo, và chúng cũng có thể kiểm soát và thay đổi được. Bạn kiểm soát độ ồn của các âm thanh trong thước phim. Bạn kiểm soát nhịp điệu. Bạn có thể thay đổi giai điệu và cường độ, và khiến âm thanh to hơn hoặc nhỏ hơn.

Và bạn cũng có thể kiểm soát được cảm giác và cảm xúc vật lý của thước phim đó. Bạn kiểm soát nhiệt độ (lạnh hơn hoặc nóng hơn), áp suất (nhiều hay ít), và vị trí của cảm xúc. Bạn cũng có thể kiểm soát cường độ của cảm xúc và khiến chúng rung động nhanh hơn hoặc chậm hơn trong cơ thể bạn.

Về cơ bản, bạn là đạo diễn phim trong tâm trí của mình.

Câu hỏi là bạn sẽ kiểm soát các thước phim và đạo diễn chúng một cách có ý thức như thế nào, hay bạn để chúng kiểm soát bạn? Một đạo diễn tốt kiểm soát được các thước phim, góc quay, và âm thanh... trong thước phim được tạo ra chính xác bằng suy nghĩ và cảm xúc mà mình muốn khán giả trải nghiệm. Là đạo diễn của thước phim của mình, bạn cũng có thể làm điều tương tự.

Ví dụ như, bạn có thể thay đổi các ghi nhận ký ức của mình. Các ký ức đơn giản là các thước phim nội tại mà bạn tạo ra được về một trải nghiệm mà bạn có trong quá khứ. Đối với hầu hết mọi người, các thước phim này được tạo ra mà không cần lựa chọn có ý thức. Tin tốt là bạn có thể đạo diễn lại các thước phim này nhằm khiến chúng yếu hơn hay mạnh hơn, và thay đổi ảnh hưởng của chúng tới cuộc sống của bạn.

Hãy bắt đầu ngay bây giờ. Suy nghĩ về một ký ức vui. Có thể là bất cứ điều gì có thể làm bạn cười. Nhắm mắt lại, cười lên, và nghĩ về ký ức đó ngay bây giờ. Khi bạn nhớ lại, hãy chú ý tới hình ảnh trong tâm trí bạn. Bạn nhìn thấy gì? Sau đó chú ý tới âm thanh mà mình nghe được: hình ảnh đó có âm thanh không? Còn cảm giác thì sao: Bạn có cảm giác gì với hình ảnh đó? Các cảm giác đó ở đâu trong cơ thể bạn? Bạn có thấy sự rung động trong cơ thể mình không, hay các cảm giác căng và giãn? Chỉ chú ý tới các chi tiết của hình ảnh vui về này.

Bây giờ, hãy trở thành người đạo diễn cho thước phim của mình. Nếu bạn chỉ thấy ảnh đứng, hãy thêm vào đó những chuyển động. Rồi tăng kích thước của nó trong tâm trí bạn. Đưa nó lại gần phía bạn. Khi kích thước lớn hơn, bạn hãy chú ý cảm xúc của mình thay đổi như thế nào. Đối với hầu hết mọi

người, khi hình ảnh lớn hơn, nó làm tăng sức mạnh của cảm xúc (tiêu cực hoặc tích cực). Với ký ức vui vẻ, bạn có thể khiến nó vui hơn khi tăng kích thước của hình ảnh!

Tất nhiên bạn cũng có thể thay đổi âm thanh và cảm giác. Thử tăng âm thanh to lên một chút, đặc biệt là các âm thanh vui vẻ. Khi bạn chú ý tới các cảm giác tốt, định vị xem nó ở đâu trong cơ thể bạn và cách nó di chuyển. Các cảm giác vật lý và trải nghiệm thường xuyên như rung động hay năng lượng trong cơ thể. Hãy làm cho rung động vui đó nhanh hơn, khiến nó chuyển động qua cơ thể của bạn nhiều hơn nữa. Đối với hầu hết mọi người, điều này cũng sẽ làm tăng cảm giác hạnh phúc.

Chúc mừng bạn vừa đạo diễn thước phim nội tại tại đầu tiên của mình. Bạn đã học cách tăng cảm giác hạnh phúc bằng cách trở thành một đạo diễn tốt hơn. Bạn có thể sử dụng kỹ năng tương tự với các ký ức, suy nghĩ, và niềm tin tiêu cực. Hãy thử nhé.

Ghi nhớ một trải nghiệm tiêu cực với tiếng Anh. Có thể đó là một trải nghiệm tiêu cực từ trường lớp, hoặc một thời gian mà bạn cảm thấy lo lắng, thất vọng, và ngu ngốc khi cố nói tiếng Anh. Khi bạn nhớ lại nó, hãy chú ý tới các chi tiết. Nhìn ký ức đó trong tâm trí bạn. Chú ý xem hình ảnh đó có âm thanh không, và chú ý xem cảm giác của bạn về hình ảnh đó như thế nào.

Trước tiên, đưa màn hình chiếu hình ảnh tiêu cực đó gần về phía bạn, để kích thước của nó to hơn. Tăng âm thanh và rung động cảm xúc nhanh hơn. Hầu hết mọi người sẽ cảm thấy tồi tệ hơn khi làm điều này. Đây không phải điều bạn mong muốn. Vậy, bây giờ hãy làm điều ngược lại. Đẩy màn hình ra

xa, và khiến hình ảnh nhỏ hơn. Sau đó làm hình ảnh tối đi và mờ đi đến mức khó nhìn rõ trong tâm trí bạn. Hãy tưởng tượng màn hình này có một nút điều khiển âm thanh. Hãy ấn nút và vặn nhỏ âm thanh xuống. Thực tế, bạn tắt âm hoàn toàn. Cuối cùng hãy thở sâu và giữ bình tĩnh cảm xúc của bạn.

Bằng cách này, bạn sẽ chú ý rằng các cảm xúc tiêu cực sẽ yếu hơn nhiều và biến mất hoàn toàn. Bạn vừa chọn một ký ức không vui và khiến nó không còn sức ảnh hưởng bằng cách chỉ đạo tâm trí của mình một cách có ý thức. Hầu hết mọi người đều tin rằng, các ký ức là không thể thay đổi, nhưng bạn chứng minh rằng thực tế bạn kiểm soát được các ký ức của mình. Bạn cũng có thể làm điều tương tự với các suy nghĩ của mình.

Bạn có một lựa chọn. Bạn có thể là một đạo diễn có ý thức cho tâm trí của mình hoặc bạn có thể khiến bộ não của mình hoạt động tự nhiên. Hầu hết mọi người suy nghĩ một cách tự nhiên và cảm thấy bất lực. Họ bị những suy nghĩ và trải nghiệm tiêu cực kiểm soát. Điều này là không cần thiết. Bạn có thể lựa chọn cho bộ não mình nghĩ tự nhiên, chỉ đạo nó tạo ra các suy nghĩ, cảm xúc, và hành động theo ý bạn.

Bạn có thể khiến các suy nghĩ tiêu cực trở nên vô hiệu và bạn có thể tăng sức mạnh của các ký ức, suy nghĩ, niềm tin, và mục tiêu tích cực. Bạn có thể kiểm soát não của mình thay vì để nó kiểm soát mình. Quá trình này không chỉ diễn ra với các ký ức, mà còn diễn ra với các mục tiêu mà bạn mong muốn đạt được trong tương lai. Suy nghĩ về một mục tiêu lớn đối với tiếng Anh, một trong những mục tiêu lớn và đầy động lực mà có thể thay đổi cuộc đời của bạn.

Hãy nhắm mắt khi bạn nghĩ tới mục tiêu này. Bây giờ hãy tạo một thước phim cho mục tiêu đó một cách có ý thức.

Bạn là một đạo diễn! Hãy tưởng tượng mình đang nói tiếng Anh một cách lưu loát với người khác. Chọn một tình huống tạo hứng khởi cho bạn. Tưởng tượng ra họ đang cười khi hiểu và lắng nghe mình nói bằng tiếng Anh! Chụp lấy màn hình đó trong tâm trí bạn và đưa nó lại gần, như vậy hình ảnh sẽ lớn hơn. Sau đó thêm màu sắc để trông nó đẹp hơn. Thêm ánh sáng để hình ảnh rõ nét hơn.

Khi bạn tiếp tục nhìn hình ảnh tuyệt vời đó. Lắng nghe một trong số những người nghe đối diện nói với mình "Ồ, bạn nói tiếng Anh hay quá! Làm sao bạn học nói tiếng Anh tốt vậy?" Tăng âm thanh lên để bạn nghe rõ hơn! Chú ý tới cảm giác của bạn khi bạn nghe thấy lời khen đó. Bạn sẽ cảm thấy tự hào và hạnh phúc trong lòng. Nó ở đâu vậy? Dù nó ở đâu thì hãy làm cho sự rung động đó nhanh hơn và mạnh hơn, sau đó di chuyển nó quanh bạn. Cảm giác tuyệt vời!

Bạn vừa mới thực hiện những thước phim tiếng Anh đầy sức mạnh, và chính bạn là ngôi sao trong thước phim này. Bạn tự tin, tài giỏi. Bạn hạnh phúc. Bạn rất tuyệt vời và bạn có thể nói tiếng Anh dễ dàng! Thật tuyệt đúng không!

Với khả năng đạo diễn của bản thân mình, bạn bắt đầu lập trình cho bộ não của mình về niềm tin cụ thể, những cảm xúc cũng như những kết quả mà bạn muốn có được. Bạn tập trung vào bộ phim đó hằng ngày, và với mỗi lần nhập vai bạn lại khiến cho bộ phim trở nên mạnh mẽ hơn. Bất cứ khi nào trong tâm trí bạn xuất hiện một thước phim tiêu cực nào đó, bạn lại sử dụng khả năng đạo diễn của mình để khiến nó trở nên nhỏ bé, khiến nó suy yếu đi. Cứ thế ngày qua ngày, bạn tiếp tục kiểm soát lý trí của bản thân và bạn hoàn toàn thay đổi được cuộc sống của mình.

Tất nhiên bạn sẽ phải thực hành hàng ngày. Vì những thước phim cũ này đã được tạo ra từ rất nhiều năm rồi, thế nên bạn sẽ cần tiếp tục ngày qua ngày tạo nên những thước phim mới. Chỉ khi làm như vậy, bạn sẽ từng bước tái lập trình bản thân mình để có thể nói tiếng Anh thành thạo.

Cụ thể có một cách hiệu quả có thể giúp bạn tái lập trình những thước phim của mình. Bạn có thể sử dụng phương pháp được gọi là “the swish” – “Thúc đẩy”. Thúc đẩy là một kỹ thuật cổ điển trong thành công của tâm lý học và NLP (lập trình ngôn ngữ tư duy). Đó là phương pháp để bạn tự động thay đổi ngay tức thì thước phim tiêu cực nội tại trong con người bạn, khiến chúng trở thành một bộ phim mạnh mẽ khiến bản thân bạn cảm thấy thật tuyệt vời. Thí dụ, nếu bạn thường cảm thấy lo lắng khi phải nói tiếng Anh, bạn có thể lập trình cho tâm trí bạn để bản thân tự động thay đổi cảm xúc đó trở thành cực kỳ tự tin, cực kỳ mạnh mẽ mỗi lần bạn nói.

Bạn phải thực hành và rèn luyện kỹ thuật “thúc đẩy” này hàng ngày, nhưng một khi chương trình đã ăn sâu vào tâm trí bạn, bạn sẽ không còn cần để ý đến nó nữa. Mỗi lần bạn cần phải nói tiếng Anh, bạn tự nhiên sẽ cảm thấy mình rất tự tin và mạnh mẽ.

Dưới đây là các bước để bạn áp dụng phương pháp thúc đẩy:

1. Xác định loại cảm xúc và hành động mà bạn muốn thay đổi. Cảm giác lo lắng khi phải nói tiếng Anh chẳng hạn. Đầu tiên, hãy tạo nên một thước phim về tình huống khiến bạn phải lo lắng đó. Hãy hình dung, hãy nghe, và hãy cảm nhận điều gì sẽ xảy ra trong thước phim đó.
2. Tiếp đến bạn sẽ tạo nên thước phim mạnh mẽ để có thể phản ánh được

mục tiêu của bạn, thay vào cảm giác sợ hãi kia, bạn muốn cảm thấy điều gì. Thí dụ, bạn thể sử dụng thước phim mạnh mẽ trong ví dụ trước, một thước phim khiến bạn cảm thấy mình thực sự mạnh mẽ là tự tin khi nói tiếng Anh.

3. Sử dụng phương pháp “thúc đẩy” để kết nối hai bộ phim với nhau và tạo nên sự thay đổi tự động từ bộ phim tiêu cực sang tích cực. Điều cốt yếu là, bạn sẽ phải liên kết thước phim mạnh mẽ của mình dựa trên tình huống tiêu cực trước đó.

Cụ thể bạn sẽ thực hiện phương pháp thúc đẩy như sau:

Hãy nhắm mắt lại và bắt đầu hình dung ra một bức tranh lớn, hãy nghĩ đến tình huống tiêu cực mà bạn muốn thay đổi. Hãy nhìn thật kỹ. Rồi hãy tưởng tượng ở góc của bức tranh đó có một khối hình vuông nhỏ tối màu. Hình vuông nhỏ này chính là thước phim mạnh mẽ của bạn. Tổng thể, trên màn hình trước mặt bạn có một thước phim tiêu cực lớn và ở phía góc của nó, nơi có hình vuông nhỏ kia chính là nơi chứa bộ phim mạnh mẽ của bạn.

Tiếp đến hãy nói “Woosh!” và hãy tưởng tượng khối hình vuông đó nổ tung ra và trở thành một màn hình lớn. Khi nổ ra nó hoàn toàn phá hủy luôn cả thước phim tiêu cực kia và thay thế luôn vào vị trí đó. Giờ trước mặt bạn là thước phim mạnh mẽ của chính mình. Rất lớn, rất rực rỡ và chói lọi. Nhạc phim tuyệt vời và mang đến cảm giác thật tuyệt. Hãy tập trung vào thước phim đó và nuôi dưỡng cho cảm giác hạnh phúc trong bạn trở nên mạnh mẽ hơn.

Hãy đảm bảo là bạn hét “Woosh” thật lớn và thật mạnh mẽ, với cảm giác hứng khởi tột cùng. Cũng phải nhớ rằng bạn

phải đẩy cảm xúc lên đỉnh điểm, cùng với động tác cơ thể phải thật hào sảng. Điều này sẽ làm tăng thêm những cảm xúc tích cực trong bản thân bạn. Bạn sẽ tạo nên sự kết nối, một mỏ neo, giữa từ ngữ, điệu bộ, và bộ phim mạnh mẽ của mình.

Tiếp đến, hãy mở mắt ra một chút để điều chỉnh. Rồi bạn nhắm mắt lại và lặp lại toàn bộ quy trình thúc đẩy. Mỗi lần như thế bạn hãy đẩy nhanh sự bùng nổ của thước phim mạnh mẽ của bạn. Thước phim đó sẽ nổ tung và phá hủy đi những hình ảnh cũ trước đó. Hét lên "Woosh!" thật lớn và khiến cho cảm xúc đỉnh điểm đã bùng nổ trong thước phim mạnh mẽ của bạn trở nên lớn mạnh hơn.

Tiếp theo đó, bạn hãy mở mắt ra một chút, điều chỉnh lại, rồi lại nhắm mắt lại, thực hiện lại một lần nữa. Cứ thế bạn lặp đi lặp lại quy trình này. Mỗi ngày hãy thực hành quy trình này từ mười lần trở lên. Hãy thực hiện hằng ngày. Bạn sẽ mất hơn ba mươi ngày để chương trình này tự động hồi đáp lại. Một khi đã được lập trình, bạn sẽ thấy kết quả đạt được rất tuyệt vời. Khi bạn ở trong một tình huống cần phải nói tiếng Anh, có thể bạn sẽ cảm thấy lo lắng trong giây lát, nhưng rồi đột nhiên, bạn sẽ cảm thấy tốt hơn - mạnh mẽ hơn, thấy thoải mái và tự tin hơn. Điều này sẽ xảy ra với bạn một cách tự động và dễ dàng. Đây chính là kết quả của chương trình thúc đẩy.

Hãy khiến điều này trở thành thói quen hằng ngày. Bạn có thể thực hiện quy trình này vào mỗi buổi sáng khi mới thức dậy, nó chỉ tốn của bạn khoảng vài phút. Trong vài phút này, bạn sẽ lập trình tâm trí bạn một cách vô thức để hướng đến thành công. Bạn thay đổi những thước phim tiêu cực trước đây. Bạn phát triển mạnh mẽ hơn niềm tin và cảm xúc đối với tiếng Anh. Bạn sẽ kiểm soát và sẽ trở thành một đạo diễn lành nghề cho suy nghĩ của chính mình.

Tới giờ bạn đã sở hữu tất cả những công cụ cần thiết để có thể phát triển tâm lý thành công mạnh mẽ. Bạn đã biết cách để tạo nên những cảm xúc đỉnh điểm và kết nối chúng với tiếng Anh. Bạn đã biết tầm quan trọng của niềm tin và cách để thay đổi niềm tin bằng phương pháp mô phỏng. Bạn cũng đã biết cách chuyển động cơ thể để đạt được những cảm xúc đỉnh điểm và để tăng cường trí nhớ bản thân. Bạn đã biết đến sức mạnh cổ vũ của những mục tiêu lớn của mình và cách để bạn tìm ra lý do sâu sắc để bạn học tiếng Anh. Và bạn cũng đã biết cách để chủ động điều chỉnh tâm lý của bản thân để hướng tới thành công bằng cách sử dụng những thước phim nội tại của mình.

Trên con đường dẫn đến mục tiêu nói tiếng Anh trôi chảy, bạn cần phải có hai điều: Nhiên liệu tốt và chiếc xe tốt: tâm lý vững vàng và phương pháp tuyệt vời. Cho đến giờ bạn đã biết được cách để tạo nên nguồn nhiên liệu tốt mà bạn sẽ cần đến.

Trong phần tiếp theo, bạn sẽ học cách sử dụng nguồn nhiên liệu nói trên – những phương pháp cụ thể để học tiếng Anh. Bạn sẽ phải sử dụng những phương pháp này để có thể nói tốt tiếng Anh. Đã đến lúc chúng ta bắt đầu học tập động cơ Effortless English™. (Anh văn Phần xạ)

Chương

8

**Trẻ em học tốt nhất
Động cơ Efforless English™**

Đến giờ bạn đã học được phần đầu tiên của hệ thống Effortless English™: nguồn nhiên liệu và hệ tâm lý. Bạn đã biết cách để tạo ra nhiên liệu cảm xúc chất lượng cao để tiếp sức cho hành trình dài hướng đến mục tiêu nói tiếng Anh trôi chảy. Giờ hãy tập trung vào loại động cơ sẽ sử dụng loại nhiên liệu đó. Đây là thứ mà tôi muốn gọi là xe Ferrari của việc học tiếng Anh – phương pháp Effortless English™.

Như tôi đã nói lúc trước, Effortless English™ là một hệ thống tôi đã phát triển trong giai đoạn giảng dạy và nghiên cứu trong nhiều năm. Từ những thử nghiệm và thất bại, tôi đã có thể cải tiến và thích ứng phương pháp này để có thể phù hợp với người học ở khắp mọi nơi trên thế giới. Chỉ cần bạn có tâm lý đúng đắn, có nhiên liệu cảm xúc phù hợp hướng đến phương pháp này, tôi đảm bảo là bạn sẽ có thể nhanh chóng nói tiếng Anh trôi chảy.

Để rõ ràng hơn, tôi đã chia Effortless English™ làm bảy bước. Tôi gọi bảy bước này là “Bảy quy tắc”. Trong chương này, tôi sẽ giới thiệu những quy tắc và nói ngắn gọn cách hoạt động của chúng. Tôi sẽ miêu tả cách cách tổ chức phần này để bạn có thể có đạt được lợi ích lớn nhất mỗi khi bạn ngồi học tiếng Anh.

Mỗi quy tắc trong bộ bảy quy tắc này là một phần trong “Tri thức toàn diện” sẽ thay đổi hoàn toàn kết quả bạn đạt được khi học tiếng Anh. Giáo sư Edward Deming đã mô tả tri thức toàn diện như một ý tưởng mới, chiến lược hay là điểm khác biệt sẽ làm thay đổi mạnh mẽ chất lượng trong kết quả của bạn. Tri thức toàn diện thường là những thay đổi đơn giản mang đến tiến bộ lớn.

Mỗi quy tắc trong bảy quy tắc này đều đơn giản, nhưng khi sử dụng từng quy tắc, khả năng nói tiếng Anh của bạn sẽ được nâng cao rõ rệt. Sử dụng chúng với yếu tố tâm lý vững vàng sẽ giúp bạn đẩy nhanh tiến trình nói tiếng Anh trôi chảy.

Bạn cũng cần lưu ý rằng, phương pháp này hoàn toàn khác biệt so với những chương trình bạn đã học trước đây. Effortless English™ không phụ thuộc vào các phương pháp truyền thống. Thay vào đó, phương pháp này được thiết kế tuân theo thứ tự tự nhiên khi trẻ con học ngôn ngữ.

Trẻ em có khả năng học ngoại ngữ tốt nhất

Trên thực tế, những em bé và trẻ nhỏ là những đối tượng có thể học tiếng Anh tốt nhất trên thế giới! Chúng có thể dễ dàng học để nói được như người bản xứ, với ngữ pháp, vốn từ vựng, độ trôi chảy và phát âm xuất sắc. Thay vì học theo sách giáo khoa, có lẽ chúng ta nên nhìn vào cách mà những đứa trẻ học tiếng Anh.

Khi một em bé bắt đầu học tiếng Anh, hay bất cứ một ngôn ngữ nào khác, em bé hầu như chỉ học lắng nghe. Trên thực tế, trong nhiều tháng, em bé chỉ có thể nghe mà không học nói gì cả. Giai đoạn lắng nghe này được các nhà ngôn ngữ gọi là “giai đoạn im lặng”. Trong suốt giai



đoạn im lặng này, em bé sẽ học cách hiểu được ngôn ngữ. Tất nhiên, khi em bé học một cách im lặng như vậy, các bậc phụ huynh cũng sẽ không phải lo lắng gì. Họ sẽ không dạy ngữ pháp cho trẻ. Họ cũng sẽ không nổi giận nếu đứa bé không chịu nói.

Thế các bậc phụ huynh sẽ làm gì? Đơn giản, họ sẽ chỉ nói chuyện với đứa trẻ bằng thứ tiếng Anh đơn giản. Họ cũng sẽ sử dụng hành động khi nói. Thí dụ, họ sẽ chỉ vào người mẹ và nói "mama, mama," cứ thế liên tục mỗi ngày. Cuối cùng đứa bé nhận ra là "mama" là từ dùng để chỉ mẹ mình.

Và cuối cùng đứa bé bắt đầu nói. Có lẽ một ngày, đứa bé sẽ bật lên được tiếng "mama". Điều gì sẽ xảy ra? Liệu cha mẹ có chỉnh sửa phát âm cho em bé không? Họ có cố dạy ngữ pháp cho em bé không? Tất nhiên là không. Thay vào đó họ vui sướng phát điên khi con mình có thể nói được một từ (thường là phát âm không rõ lắm). Tất cả đều mỉm cười vui vẻ. Nói tiếng Anh chính là khoảnh khắc cực kỳ hạnh phúc đối với đứa bé!

Trong suốt những năm sau đó, trẻ sẽ tiếp tục tập trung vào việc lắng nghe. Khả năng nói của trẻ cũng dần dần tốt hơn. Trẻ sẽ dùng được nhiều từ hơn. Ngữ pháp cũng sẽ được cải thiện mặc dù trẻ chưa học các quy tắc ngữ pháp. Khả năng phát âm của trẻ sẽ có nhiều tiến bộ. Và, trong nhiều năm, khả năng nghe của trẻ sẽ tốt hơn khả năng nói. Đứa trẻ sẽ hiểu những thứ nghe được nhiều hơn là có thể nói ra những thứ đó.

Đây là cách học tiếng Anh tự nhiên. Như bạn thấy, nó rất khác với cách bạn học ở trường. Ở trường, bạn thường tập trung vào việc đọc sách hàng ngày. Có lẽ bạn bị ép học nói từ rất sớm, thậm chí khi bạn chưa sẵn sàng. Bạn thường tập trung vào việc học các quy tắc ngữ pháp. Khi bạn mắc lỗi, giáo viên sẽ sửa cho bạn.

Không như trẻ em, bạn khó có thể cải thiện khả năng tiếng Anh của mình một cách nhanh chóng. Bạn không thể nâng cao ngữ pháp của bạn một cách tự nhiên mà không cần nỗ lực. Khả năng phát âm của bạn dường như chưa từng được cải thiện. Và khả năng nói của bạn lại quá chậm. Đối với bạn, tiếng Anh không phải là một trải nghiệm vui vẻ. Tiếng Anh không phải là một trải nghiệm vừa học vừa chơi và tự nhiên mà bạn yêu thích.

Rõ ràng có một số vấn đề nhất định với cách học tiếng Anh truyền thống ở trường học. Chúng ta cần có một phương pháp học tốt hơn, một phương pháp gần với cách học ngôn ngữ tự nhiên của con người.

Sự thật bộ não của bạn là một cỗ máy học ngôn ngữ lạ thường. Khi bạn có tâm lý vững vàng và phương pháp hiệu quả, thì bạn sẽ học tiếng Anh rất nhanh. Thậm chí sẽ tốt hơn khi bạn theo phương pháp học tự nhiên, lúc đó bạn sẽ rất thích thú với việc học tập do bạn không cần phải đấu tranh với bản thân và chính bộ não của bạn nữa.

Bạn đã hiểu về tâm lý của Effortless English™. Bây giờ, đã đến lúc để học về cơ chế và phương pháp của Effortless English™. Mỗi quy tắc trong số 7 quy tắc này đều là một phần quan trọng của phương pháp học. Mỗi quy tắc đều là một cách mới mẻ để “vui chơi cùng với tiếng Anh”. Khi bạn học và sử dụng 7 quy tắc này, bạn cần duy trì một thái độ vui tươi, linh hoạt, vui vẻ. Hãy tận hưởng quá trình học này.

Bảy quy tắc này có liên hệ với nhau và có hiệu quả khi hợp lực cùng nhau. “Hợp lực” ở đây có nghĩa là các quy tắc sẽ có hiệu quả hơn khi được sử dụng cùng nhau thay vì riêng lẻ.

Quy tắc này làm quy tắc khác có sức mạnh lớn hơn. Kết hợp lại, các quy tắc này tạo thành một phương pháp mạnh mẽ để đạt được sự thành thạo trong kỹ năng tiếng Anh.

Cách tận dụng phần này

Mục đích của phần này là để giúp bạn học nói tiếng Anh một cách tự tin và lưu loát. Bây giờ khi tôi đã giải thích tâm lý của Effortless English™, mục tiêu của tôi là giúp tài liệu trong các trang này mang tính thiết thực và hữu ích nhất có thể. Trong các chương tiếp theo, tôi sẽ giải thích chi tiết từng quy tắc của Effortless English™. Tôi cũng sẽ đưa thêm các bí quyết, ví dụ và bài tập thực hành mẫu để giúp bạn có thể nói tiếng Anh lưu loát.

Khi bạn học từng quy tắc này, bạn cũng sẽ có một phần khác của phương pháp Effortless English™. Kết hợp lại, tạo thành một hệ thống học tập hoàn chỉnh. Ở cuối phần này, tôi sẽ dạy bạn cách kết hợp các quy tắc này lại để lập thành một kế hoạch học tập cá nhân hàng ngày của riêng mình. Bạn cũng sẽ học được chính xác những điều cần làm mỗi ngày để có thể nói tiếng Anh thành thạo.

Hãy tận hưởng quá trình học này.

Chương

9

Quy tắc đầu tiên
Học theo cụm từ - không học đơn lẻ

Nếu bạn tham gia một lớp học tiếng Anh, bạn thường phải ghi nhớ một danh sách từ vựng.

Với Effortless English™, bạn sẽ không còn phải làm điều này nữa. Tại sao? Bởi vì việc ghi nhớ danh sách từ vựng rất tốn thời gian. Vâng, bạn cần nghe tôi. Cố gắng ghi nhớ một danh sách các từ đơn lẻ ngẫu nhiên không phải là một cách học hiệu quả. Thay vào đó, bạn cần sử dụng quy tắc đầu tiên của Effortless English™ và học theo cụm từ - **không học từ đơn lẻ**.

“Cụm từ” có nghĩa là gì? Cụm từ là các nhóm từ vựng có liên quan đến nhau và cùng hướng đến một ý. Một cách khác để mô tả cụm từ là “một cụm ngôn ngữ tự nhiên”. Trong bất kỳ một ngôn ngữ nào, các từ vựng nhất định thường đi cùng nhau theo một quy tắc nhất định. Chẳng hạn, trong tiếng Anh, chúng ta nói “I am on an island (tôi đang ở trên một hòn đảo)”. Chúng ta không nói “I am at an island”. Tại sao? Không có một lý do nào hợp lý. Đơn giản, một cụm từ là phổ biến và được chấp nhận rộng rãi còn một cụm từ khác thì không.

Sau đây là một ví dụ khác. Chẳng hạn từ “hate” là một trong những từ mới bạn muốn học. Trong lớp học truyền thống, bạn sẽ viết từ “hate” ra và sau đó tra từ điển để tìm nghĩa của nó. Bạn sẽ thấy nó có nghĩa là “không thích một thứ gì đó ở mức độ mạnh; ghê tởm hay căm ghét”. Sau đó, bạn sẽ ghi nhớ từ này – *hate, hate, hate, hate, hate*.

Đây là một cách cổ điển – một cách học trong giáo trình, đúng không? Ở trường học, có thể bạn sử dụng phương pháp này để ghi nhớ một số lượng lớn các từ đơn lẻ. Bạn có các danh sách từ vựng khổng lồ đó, và bạn đã cố gắng để ghi nhớ tất cả các danh sách đó cho bài thi. Đối với động từ, bạn cũng cố gắng ghi nhớ các bảng chia động từ.

Thậm chí tồi tệ hơn, bạn có thể học các từ vựng này bằng ghi nhớ bản dịch trong tiếng mẹ đẻ. Vì lý do này, bạn thường thấy bản thân đang thực hiện quá trình dịch trong đầu khi cố gắng nói tiếng Anh. Đầu tiên, bạn nghĩ đến một từ trong tiếng mẹ đẻ, và sau đó bạn cố gắng nhớ lại bản dịch trong tiếng Anh. Bước này sẽ làm chậm cả khả năng nói và nghe của bạn.

Tin tôi đi. Sẽ tốt hơn rất nhiều nếu bạn học theo cụm từ - một nhóm các từ vựng. Cách học này rất dễ thôi. Bạn lắng nghe ai đó nói tiếng Anh thực sự, và khi bạn nghe thấy một từ mới, bạn ghi lại từ đó. Hay khi bạn đọc một câu chuyện và bạn bắt gặp một từ mới, bạn cũng ghi lại từ đó. Chỉ là bạn sẽ không chỉ muốn ghi lại một từ đơn lẻ đó. Bạn muốn ghi lại toàn bộ cụm từ hay cả câu mà chứa từ mới đó.

Nói cách khác, bạn sẽ học ngôn ngữ theo từng cụm. Do đó, thay vì chỉ ghi lại từ "hate", bạn sẽ ghi lại cả câu "John hates ice cream". Bạn ghi lại cả cụm từ và nghĩa của nó.



Bí quyết học

Việc tra cứu từ trong từ điển tiếng Anh mà hầu hết học sinh đều có thể tra cứu được dễ dàng. Việc tra cứu cụm từ thường khó khăn hơn, do không phải lúc nào cũng có thể dịch cụm từ theo nghĩa đen được. Đây là lý do tại sao tôi khuyên tất cả các sinh viên của tôi nên có một cuốn từ điển thành ngữ tốt, hay từ điển thành ngữ tiếng Anh. Thành ngữ là các cụm từ hay châm ngôn phổ biến trong một ngôn ngữ. Nếu bạn tìm kiếm cụm từ "dictionary of English idioms (từ điển thành ngữ tiếng Anh)", bạn sẽ tìm thấy một danh sách các cuốn từ điển để lựa chọn.

Tại sao chúng ta học theo phương pháp này? Các cụm từ có sức mạnh gì? Ở một khía cạnh nhất định, các cụm từ cung cấp cho bạn rất nhiều thông tin. Chúng cung cấp cho bạn nhiều thông tin hơn bạn có thể thu thập được từ một từ đơn lẻ. Vì vậy, các cụm từ thường dễ ghi nhớ hơn, do chúng có nghĩa sâu hơn. Chúng đưa cho bạn một bức tranh hay câu chuyện, đặc biệt khi bạn thu được cụm từ đó từ những thứ bạn nghe được hoặc đọc được. Khi bạn nghe được câu "John hates ice cream" (John ghét ăn kem), bạn sẽ ghi nhớ được toàn bộ câu chuyện. Bạn sẽ ghi nhớ John là ai. Bạn sẽ ghi nhớ rằng John đã ăn kem và sau đó bạn ghi nhớ rằng John ghét điều này. John không thích điều này, đúng không? Do đó, bạn có thêm tất cả những thông tin bổ sung này. Các thông tin bổ sung này sẽ đặt từ vựng này vào trong một ngữ cảnh. Nó sẽ giúp bạn ghi nhớ nghĩa của cụm từ cũng như nghĩa của từ đó! Điều này có vẻ không nhiều lắm, nhưng thực tế, đây là một sự cải tiến lớn cho bộ nhớ. Bằng việc học các cụm từ, bạn sẽ học thêm được nhiều từ vựng hơn, bạn cũng sẽ học nhanh hơn và nhớ lâu hơn.

Cũng còn một ích lợi khác. Khi bạn học các cụm từ, bạn không chỉ học một từ đơn lẻ, mà bạn cũng học luôn cả ngữ pháp. Bạn sẽ học cách kết hợp từ đó chính xác với các từ khác. Bạn không cần phải nghĩ đến ngữ pháp. Bạn sẽ không cần phải học các quy tắc ngữ pháp hay lo lắng về trật tự từ hay thì của động từ. Điều này diễn ra hoàn toàn tự nhiên. Bạn sẽ có thể sử dụng từ đó chính xác trong một cụm từ vì đó là cách bạn đã ghi nhớ nó.

Trong hệ thống Effortless English™, đây là cách giúp bạn học ngữ pháp một cách trực quan và vô thức mà không cần

nghĩ đến các quy tắc ngữ pháp. Các cụm từ này dạy bạn ngữ pháp tiếng Anh nói tự nhiên. Bằng cách học các cụm từ này, bạn sẽ tự động học được cả ngữ pháp và từ vựng cùng một lúc. Bạn học được hai thứ trong cùng một lần học.

Học bằng cách tự nhiên

Đây thực sự là cách những người bản xứ lúc đầu học ngữ pháp tiếng Anh. Đó cũng là cách bạn học tiếng mẹ đẻ. Khi chúng ta còn nhỏ, chúng ta học ngôn ngữ theo cụm từ. Chúng ta sẽ học theo từng nhóm từ, như “*Give it to me*”, “*Walk across the street*”, “*He fell down*” (Chú ý: trong một số trường học, các cụm từ tôi nhắc đến có thể là các câu hoàn chỉnh, do chúng bao gồm cả chủ ngữ lẫn động từ như ví dụ trước: *He fell down*. Trong các trường hợp khác, cụm từ có thể chỉ là một số từ trong một câu. Trong cuốn sách này, tôi sẽ sử dụng từ “cụm từ” để miêu tả bất kỳ nhóm từ tồn tại tự nhiên nào).

Vấn đề là chúng ta học các nhóm từ vựng, chứ không phải là một từ đơn lẻ. Học từng từ vựng đơn lẻ rất lâu và không giúp bạn học được ngữ pháp. Nhưng khi bạn học cả một cụm từ, bạn sẽ có thêm nhiều thông tin khác. Có thể bạn không biết, nhưng thực sự bạn sẽ làm điều này.

Hãy trở lại ví dụ của chúng ta: *John hates ice cream*. Ghi nhớ rằng, từ ban đầu chúng ta muốn học là “*hate*”. Nhưng bây giờ bạn lại thấy có “*s*” ở cuối từ - *hates*, đúng không? *John hates*. Bạn biết được từ việc học ngữ pháp là bạn cần đảm bảo sự hòa hợp giữa chủ ngữ và động từ, nhưng bạn không cần nghĩ về

điều này. Bạn học được vấn đề ngữ pháp này qua từ đó ở trong cụm từ, "s" ở cuối từ "hates". Và trong tương lai, bất kể khi nào bạn nói "John hates ice cream" hay "he hates ice cream", bạn sẽ tự động thêm "s" bởi vì bạn đã học được điều này. Bạn sẽ không phải dành thời gian để ghi nhớ cách chia động từ của từ "hate" bởi vì bạn đã học điều này chính xác từ cụm từ và bây giờ bạn sẽ sử dụng nó một cách tự động.

Tất nhiên, bạn thực sự không cần phải nghĩ đến tất cả điều này một cách có ý thức. Chỉ bằng cách học cụm từ này, bạn sẽ tự động học được cách chia động từ chính xác. Bạn sẽ loại bỏ được bước ghi nhận và phân tích vấn đề ngữ pháp. Đó là lý do tại sao học theo cụm từ giúp cho bạn nói và hiểu nhanh hơn.

Trái lại, nếu bạn học toàn bộ điều này trong sách, bạn sẽ thường chỉ học được dạng gốc của từ "to hate" và bạn sẽ chỉ tập trung vào dạng thức này: hate, hate, hate. Do đó, bạn sẽ học và ghi nhớ nó. Đó là khi bạn bắt đầu mắc lỗi, do hầu như bạn chỉ ghi nhớ theo cách này, mà không có các từ vựng khác. Sau đó, bạn cố gắng ghi nhớ tất cả dạng thức của động từ. Nhưng do bạn không học từ này trong cụm từ, nên đôi khi bạn sẽ nói là "he hate ice cream". Bạn sẽ quên "s" do bạn chưa từng học nó chính xác trong một câu, trong một cụm từ. Và trong hội thoại thực tế, bạn sẽ không có thời gian để nghĩ đến cách chia động từ.

Học theo cụm từ cũng giúp ích cho khả năng phát âm của bạn. Một trong những vấn đề lớn nhất bạn thấy với những người học tiếng Anh là họ nói với nhịp điệu và ngữ điệu rất lạ. Nhịp điệu và ngữ điệu là chất "nhạc" của tiếng Anh. Trong khi rất nhiều sinh viên lo lắng về cách phát âm của những âm riêng

lẻ như: v, b, r và l, thì vấn đề lớn nhất của họ chính là nhịp điệu không tự nhiên.

Nhịp điệu của tiếng Anh được tạo thành bởi các điểm ngừng nghỉ tự nhiên. Người bản xứ thường dùng một cách tự nhiên giữa các cụm từ. Họ nói ngôn ngữ theo cụm từ, theo các đoạn ngôn ngữ ngắn. Do họ nói tiếng Anh chủ yếu theo cụm từ, nên cách phát âm của họ rất rõ ràng và dễ hiểu. Trái lại, rất nhiều sinh viên học tiếng Anh bằng cách ghi nhớ các từ vựng đơn lẻ và khi họ nói, họ nói từng từ một, nói từng từ riêng lẻ. Dẫn đến, họ thường ngừng nghỉ tại các vị trí khá lạ lẫm. Họ tạo thành các nhóm từ không tự nhiên. Điều này dẫn đến nhịp điệu rất lạ và không tự nhiên khiến những người bản xứ phải cố gắng mới hiểu được. Điều này khiến cả người nghe lẫn người nói đều nản lòng.

Do đó, một trong những cách đơn giản nhất để cải thiện khả năng nói là học theo cụm từ và nói theo cụm từ thay vì nói từng từ một. Điều thay đổi đơn giản này sẽ giúp bạn nói tiếng Anh rõ ràng hơn và dễ hiểu hơn rất nhiều. Bạn nói sẽ tự nhiên hơn. Các từ sẽ được nói dễ dàng hơn. Bạn cũng sẽ cải thiện cả phát âm và khả năng nói lưu loát của mình. Bạn thậm chí còn học được cả ngữ pháp nữa.

Tìm các cụm từ ở đâu

Vậy, người học có thể tìm được các cụm từ này ở đâu? Bằng cách nào bạn biết được cần học cụm từ nào? Tin tốt là bạn có thể tìm được các cụm từ này ở bất kỳ đâu. Bất kỳ tài

liệu tiếng Anh tự nhiên nào cũng chứa rất nhiều cụm từ. Trong chương tiếp theo, tôi sẽ nói cho bạn biết những nguồn tài liệu cụ thể để có được các cụm từ này. Nhưng hiện tại, hãy tập trung vào các cụm từ bất kỳ tài liệu tiếng Anh nào mà bạn nghe hay đọc được.

Để làm điều này, bạn cần bắt đầu ghi chép một cuốn sổ tay về “cụm từ”. Mỗi khi bạn gặp hay nghe thấy mọi từ hay cụm từ mới nào, hãy ghi chép nó vào trong cuốn sổ đó. Khi bạn tìm thấy một từ vựng tiếng



Anh mới trong một bài học, hay bất kỳ thứ gì bạn nghe, trong cuốn sách hay một bài báo, hãy ghi lại cụm từ đó. Không chỉ một từ mà hãy ghi lại cả cụm từ đó, và sau đó xem đi xem lại cụm từ đó hàng ngày. Bằng cách này, bạn sẽ tạo được một cuốn sổ tay có nhiều cụm từ và câu mà bạn có thể sử dụng được, không chỉ các từ đơn lẻ. Bạn sẽ tự lập trình cho bản thân để nói tiếng Anh theo các cụm từ thay vì nói từng từ một.

Chẳng hạn, nếu bạn xem một bộ phim về một vụ cướp ngân hàng, bạn có thể nghe thấy một nhân vật nói rằng “*They’re getting away!*” Bạn biết được rằng “*get*” có nghĩa là “*to obtain*” (nhận một thứ gì đó), và bạn chắc chắn rằng “*away*” có nghĩa là “*being at a distance*” (ở xa) – trong từ “*far away*”. Nhưng việc ghi chép lại từng từ như thế này vẫn khiến bạn cảm thấy khá khó hiểu. Vậy, bạn ghi lại câu “*They’re getting away*” Sau đó, khi tra trong từ điển thành ngữ, bạn biết được một nghĩa của “*to get away*” là bỏ trốn. Bạn cũng có thể khám phá ra rằng đôi khi người ta đi nghỉ, họ cũng nói là họ đang “*getting away*”. Thậm

chỉ nếu trước đây bạn đã ghi nhớ các từ *get* và *away* trong danh sách từ vựng, thì bạn vẫn có thể không hiểu được nhân vật trong bộ phim đang nói điều gì. Nhưng do bạn đã ghi lại cả cụm từ, nên bây giờ bạn đã biết một thành ngữ mới mà bạn có thể sử dụng trong rất nhiều trường hợp khác nhau.

Sau đây là một ví dụ khác. Chẳng hạn, một ai đó miêu tả con vật nuôi trước đây của anh ta bằng cách nói "*He was a bad dog*". Đây là một cụm từ khá đơn giản, nhưng bạn cần ghi chép lại trong cuốn sổ tay của mình. Mỗi khi bạn xem lại, bạn sẽ học được một cụm từ hoàn chỉnh. Bằng cách này, bạn sẽ học được vấn đề ngữ pháp – *he was*. Bạn biết rằng đây là một điều gì đó thực tế trong quá khứ, không phải là *he is*, mà có nghĩa là con chó đã từng ở đó. Bạn sẽ có một số bí quyết học về cách sử dụng từ. Chẳng hạn, chúng ta thường không nói rằng *he was a horrendous dog*, mặc dù về nghĩa là chính xác. Trong tiếng Anh nói thông thường, chúng ta thường không sử dụng từ đó để miêu tả một con chó. Đây không phải là điều bạn sẽ học được khi tra cứu nghĩa của từ "*horrendous*". Bạn học được bằng cách nghiên cứu một cụm từ.

Khi bạn ghi chép lại một cụm từ, hãy ghi lại nguồn của cụm từ đó. Nếu bạn bắt gặp từ đó trong một bài báo về kinh tế, hãy ghi lại vì nó sẽ giúp bạn nhớ lại. Nó sẽ nhắc bạn về các từ đó được sử dụng và trong ngữ cảnh nào. Bạn sẽ bắt đầu học khi nào những từ và cụm từ nhất định được sử dụng và khi nào chúng không. Bằng cách này, bạn sẽ bắt đầu cảm thấy điều gì là đúng và cách kết hợp các câu lại với nhau.

Cải thiện khả năng phát âm của bạn

Phát âm là một nỗi lo rất lớn đối với nhiều người học tiếng Anh. Học theo cụm từ sẽ giúp ích nhưng còn có một bài tập khác giúp bạn có thể cải thiện khả năng phát âm của mình hơn nữa. Một trong những thách thức lớn nhất với phát âm là khi người học cố gắng sử dụng giọng bản xứ.

Chẳng hạn, nhiều người học cảm thấy không tự nhiên khi cố gắng sử dụng giọng Mỹ. Họ cảm thấy rằng họ không bình thường hay không phải là chính bản thân mình. Giọng của họ trở nên lạ lẫm với họ. Điều này là bình thường bởi việc nói một ngôn ngữ khác thường yêu cầu bạn phải tạo ra những âm khác biệt.

Vậy bạn có thể phát triển phát âm tiếng Anh tự nhiên bằng cách nào? Một phương pháp tôi muốn đề xuất là chơi một trò chơi nhỏ với các bộ phim. Trong trò chơi này, bạn cố gắng đóng vai là một nam hay nữ diễn viên nói tiếng Anh mà mình yêu thích. Có một hình thức khác của trò chơi này, tôi sẽ miêu tả chi tiết trong chương sau. Khi bạn nói, tưởng tượng bạn là diễn viên đó. Thay vì lo lắng về vốn tiếng Anh của mình, bạn sẽ tập trung vào nói chính xác những điều mà diễn viên đó nói.

Thực ra, cần coi đây như một trò chơi và thậm chí cần cường điệu hóa cách phát âm, cử chỉ và biểu cảm khuôn mặt của diễn viên đó.

Đôi khi trong các lớp học của mình, tôi thường bắt chước diễn viên nổi tiếng John Wayne, người đóng vai anh hùng trong rất nhiều bộ phim cao bồi cũ và cũng được coi như một người Mỹ điển hình. Tôi sẽ đi quanh lớp học như tôi đang đi đôi ủng cao bồi và sẵn sàng đuổi theo bất kỳ kẻ



xấu nào. Có thể bạn sẽ cảm thấy thoải mái hơn khi đóng vai Tom Cruise, Julia Roberts hay ngôi sao điện ảnh khác....ý tưởng ở đây là cường điệu hóa cách phát âm của họ và cố gắng nói giống như họ. Hãy vui vẻ lên và bạn sẽ rất ngạc nhiên về hiệu quả của trò chơi này về cách phát âm của bạn.



Quy tắc đầu tiên của Effortless English™ rất đơn giản. Tuy nhiên, thay đổi nhỏ này tới cách bạn học từ vựng sẽ có tác động đến ngữ pháp, cách phát âm và khả năng ghi nhớ từ mới của bạn. Quy tắc 1 là một phần của các kiến thức sẽ phát huy hiệu quả khi kết hợp với các quy tắc khác.

Trong chương tiếp theo, bạn sẽ học một quy tắc đáng ngạc nhiên nhất trong hệ thống Effortless English™. Quy tắc 2 này sẽ giải thoát bạn khỏi phương pháp dịch ngữ pháp truyền thống được sử dụng tại trường học và loại bỏ sự buồn tẻ và mệt nhọc của việc học tiếng Anh.

Chương

10

Quy tắc thứ hai: Học ngữ pháp sẽ hạn chế khả năng nói của bạn

Quy tắc thứ hai của phương pháp này là quy tắc gây ngạc nhiên nhất đối với hầu hết người học tiếng Anh. Sau nhiều năm học tiếng Anh ở trường, hầu hết người học đều tin rằng học ngữ pháp là chìa khóa để nói tiếng Anh. Thực ra, rất nhiều người học đơn giản không thể tưởng tượng việc học tiếng Anh sẽ thế nào nếu không học các quy tắc ngữ pháp. Các chương trình học đã đào tạo ra lối suy nghĩ này ở người học.

Đây là lý do tại sao quy tắc thứ hai này lại là một sự thay đổi lớn. Quy tắc thứ hai của Effortless English™ là: **ĐỪNG HỌC NGỮ PHÁP!** Tôi biết đây có thể là một ý tưởng mà bạn khó chấp nhận được. Hãy đối mặt với điều này: vì khi bạn học tiếng Anh, bạn sẽ được bảo rằng bạn phải học các quy tắc ngữ pháp - tại trường cấp 2, cấp 3, đại học, các trường ngôn ngữ, bất kỳ nơi nào trên thế giới này đều là ngữ pháp, ngữ pháp, ngữ pháp và ngữ pháp.

Vậy câu hỏi đầu tiên của tôi: Phương pháp này có tác dụng tới bạn như thế nào? Có thành công hay không? Nếu bạn đọc cuốn sách này, chắc hẳn bạn đã học tiếng Anh trong nhiều năm và bạn thường tập trung vào các quy tắc ngữ pháp. Nhưng hiện tại bạn có thể nói tiếng Anh dễ dàng, nhanh và tự nhiên không? Việc học ngữ pháp có cho bạn kết quả mong muốn không?

Nếu câu trả lời là không, thì bạn là người bình thường. Bởi vì dù những thứ bạn đã học được ở trường, nhưng sự thật là học ngữ pháp thực sự hạn chế khả năng nói tiếng Anh của bạn. Vấn đề với việc học ngữ pháp là thay vì nói tiếng Anh, bạn sẽ tập trung vào việc phân tích chúng. Bạn giống như một cầu thủ bóng đá, đang nghiên cứu về vật lý để giúp phát triển

bản thân mình. Bạn tiếp thu được rất nhiều thông tin nhưng kỹ năng của bạn dường như không mấy tiến bộ.

Nói cách khác, bạn sẽ nghĩ về tiếng Anh thay vì thực hành nó. Bạn sẽ nghĩ đến các thì quá khứ, hiện tại, tương lai, hiện tại hoàn thành và quá khứ hoàn thành. Đối với viết tiếng Anh, điều này cũng không tệ lắm. Khi bạn viết tiếng Anh, bạn có thời gian. Bạn có thể chậm chạp nghĩ về thứ gì đó và tiêu tốn thời gian của mình. Bạn có thể xóa bỏ đi các lỗi của bạn. Nên vấn đề ít nghiêm trọng hơn. Bạn không cần phải viết quá nhanh.

Nhưng đối với nói, không có thời gian cho bạn đâu. Bạn không có thời gian để nghĩ về các quy tắc đối với thì hiện tại hoàn thành trong tiếng Anh khi bạn đang nói chuyện với người khác. Nếu ai đó hỏi bạn một câu hỏi, bạn sẽ phải trả lời ngay. Bạn không có thời gian để nghĩ về các giới từ. Bạn không có thời gian để nghĩ về thì của động từ, sở hữu cách, cụm động từ - hay tất cả các khái niệm ngôn ngữ khác mà bạn đã học. Bạn không hề có thời gian.

Một sinh viên của tôi tại Barcelona tên là Oscar đã từng đấu tranh rất nhiều với quy tắc này. Anh ta muốn cải thiện các kỹ năng giao tiếp của mình, nhưng tất cả những gì anh ta nghĩ đến chỉ là ngữ pháp. *"Tôi có nên sử dụng thì hiện tại hoàn thành hay thì khác?"* Hay những câu hỏi tương tự như vậy. Anh ta cảm thấy mình như bị trói buộc và không thể nói ra từ nào. Nên anh ta dừng học ngữ pháp. Trong vài tháng tiếp theo, khả năng nói tiếng Anh của anh ta đã tiến bộ đáng kể. *"Từ vựng cứ tuôn ra một cách tự nhiên thay vì tôi phải nghĩ đến nó một cách có ý thức".*

Các nghiên cứu đã củng cố điều này, đó là lý do những nhà ngôn ngữ học như Stephen Krashen đề xuất một lối tiếp cận tự nhiên hơn. Krashen nói rằng, học một ngôn ngữ “không yêu cầu sử dụng sâu rộng các quy tắc ngữ pháp một cách có ý thức và cũng không cần đến các bài tập buồn tẻ.”

Trong một phân tích tổng hợp về việc dạy ngữ pháp, các nhà nghiên cứu đã phát hiện ra rằng các nghiên cứu trong suốt thế kỷ qua đã không trực tiếp tìm ra được tầm ảnh hưởng quan trọng của việc dạy ngữ pháp. Nghiên cứu nêu rõ rằng: Việc học các quy tắc ngữ pháp không giúp cải thiện ngữ pháp nói của bạn. Bạn đã thấy điều này với khả năng nói của mình. Bạn đã phạm phải bao nhiêu lỗi ngữ pháp khi bạn nói, mặc dù bạn “đã biết” quy tắc ngữ pháp đúng?

Chẳng hạn, nhiều sinh viên đạt điểm cao trong các bài thi ngữ pháp gặp vấn đề lớn với ngữ pháp nói. Họ có thể nói với bạn rằng thì quá khứ của động từ “teach” là “taught”. Tuy nhiên, khi họ nói, họ vẫn sẽ nói là “Last year he teach me”. Về mặt ý thức, họ biết quy tắc này, nhưng điều này lại không giúp họ trong khi nói tiếng Anh.

Một vấn đề phổ biến khác là tốc độ nói chậm và ngập ngừng. Trong khi nói, một học sinh thường liên tục nghĩ đến cách chia động từ. Những phân tích này sẽ làm chậm tốc độ nói, khiến nó trở nên khó khăn và không tự nhiên cho người nghe. Thậm chí khi có thể nói chính xác, thì cũng khiến việc giao tiếp tự nhiên thất bại do nói quá chậm và hay ngập ngừng.

Tiếng Anh thực tế nghe như thế nào?

Giao tiếp tiếng Anh trong thực tế rất phức tạp. Các hội thoại thực tế không giống như những gì chúng ta được học ở trường. Thực tế, nó hoàn toàn khác biệt.

Điểm khác biệt chính là các hội thoại thực tế rất hiếm khi sử dụng các câu hoàn chỉnh hay “đúng về mặt ngữ pháp”. Tất nhiên, ở trường, chúng là những loại câu duy nhất mà bạn được học. Bạn học về các câu có cấu trúc hoàn chỉnh: Chủ ngữ - Động từ - Tân ngữ. Bạn học để tránh lỗi câu chưa hoàn chỉnh (fragment).

Sau đó, bạn nghe thấy một đoạn hội thoại tiếng Anh thực tế với người bản xứ và bạn khám phá ra rằng họ CHỦ YẾU sử dụng các câu chưa hoàn chỉnh!

Đây là điều mà bạn nhận ra ngay lập tức khi đọc các bài giảng trong hệ thống Effortless English™ của chúng tôi. Tôi biết rằng hầu hết chúng ta có xu hướng sử dụng các câu chưa hoàn chỉnh trong hội thoại thông thường, nhưng tôi vẫn rất ngạc nhiên mức độ thường xuyên chúng ta sử dụng chúng.

Thực tế, chúng ta thường nói bằng các câu chưa hoàn chỉnh. Chúng ta thường sử dụng các câu “thừa” (run-on). Chúng ta thường ngắt các câu nói và thay đổi ý ở giữa hội thoại. Một bản ghi hội thoại thực tế - đó là, một hội thoại hoàn toàn tự phát và tự nhiên - hoàn toàn khác biệt với những gì ta tìm thấy trong giáo trình.

Và đây mới chỉ là một điểm khác biệt - còn rất nhiều các điểm khác biệt lớn giữa hội thoại tiếng Anh thực tế và các hội thoại trong sách hay thường được gọi là “dialogues” (hội thoại).

Điều này giúp giải thích tại sao thậm chí các sinh viên có trình độ tiếng Anh “nâng cao” cũng gặp phải những khó khăn đó khi họ đến Mỹ. Trong khi những sinh viên này có vốn từ vựng rất tốt, họ lại hoàn toàn không được tiếp xúc với tiếng Anh trong giao tiếp thực tế, mọi người được học cách nói tiếng Anh - nhưng điều họ thực sự cần học lại là cách mọi người nói tiếng Anh như thế nào.

Sự thật về Ngữ pháp

Thỉnh thoảng người ta hỏi tôi rằng “A.J., tại sao ông lại không ủng hộ việc học ngữ pháp?” Tôi nghĩ rằng cần làm rõ là tôi KHÔNG hề chống lại việc học ngữ pháp. Tôi chỉ nghĩ là mọi người cần học ngữ pháp một cách trực quan. Với vai trò là một giáo viên, tôi cần phải dạy ngữ pháp một cách gián tiếp.

“Ngữ pháp trực quan” chính xác có nghĩa là gì? Việc nắm vững ngữ pháp nói một cách trực quan được dựa trên “cảm giác về tính chính xác”. Đây là phương pháp mà người bản xứ sử dụng để học và sử dụng thành thạo ngữ pháp tiếng Anh. Bằng cách tránh việc học ngữ pháp, học theo cụm từ và sử dụng các phương pháp tự nhiên, người bản xứ có thể học cách xác định những gì “nghe có vẻ đúng”.

Bạn làm điều này khi học tiếng mẹ đẻ. Khi bạn nói, bạn không nghĩ đến thì của động từ hay các vấn đề ngữ pháp khác. Nếu bạn nghe thấy ai đó nói sai, bạn biết đó là lỗi vì nó “nghe có vẻ sai”.

Việc nắm vững ngữ pháp một cách trực quan là hình thức học ngữ pháp duy nhất có hiệu quả đối với các hội thoại tiếng Anh nhanh. Trực quan của bạn rất nhanh trong khi óc phân tích có nhận thức của bạn thì

không. Bạn sẽ phải học cách để tin vào quá trình học ngôn ngữ tự nhiên và cho phép ngữ pháp của bạn tiến bộ một cách tự động.

Các sinh viên của tôi thường được chia thành hai nhóm: những người rất thích thú với quy tắc số 2 này và những người hoài nghi. Tôi thường bảo nhóm thứ hai là hãy có niềm tin vào quy tắc này. Hãy trở thành một nhà khoa học. Bạn đã dành nhiều năm trời để cố gắng học tiếng Anh theo cách truyền thống và hãy nhìn vào kết quả đạt được.

Vậy, hãy thử làm một cuộc thí nghiệm nhỏ. Trong vòng 6 tháng tới, hãy hoàn toàn tuân thủ phương pháp Effortless English™. Sử dụng hệ thống tâm lý này. Sử dụng tất cả 7 quy tắc này. Hãy nỗ lực đến mức tối đa chỉ trong vòng 6 tháng.

Sau đó, hãy kiểm tra kết quả. Khả năng nói tiếng Anh của bạn có tiến bộ chứ? So sánh kết quả mà bạn đạt được trong 6 tháng với phương pháp Effortless English™ với kết quả bạn thu được từ phương pháp học tập truyền thống.

Nếu kết quả từ phương pháp Effortless English™ tốt hơn, và với hầu hết mọi người, thì hãy tiếp tục sử dụng Effortless English™. Nếu bạn vẫn cảm thấy phương pháp ngữ pháp - dịch là tốt hơn cho bạn, thì bạn vẫn có thể quay trở lại với phương pháp đó.

Chương trình học "ấn" có thể rất khó để thay đổi

Khi tôi đang dạy tiếng Anh tại San Francisco, tôi từng có hai sinh viên người Hàn Quốc tên là Jinny và Jacky (biệt danh Mỹ của họ). Cả hai đều phải vật lộn với việc học nói và đều muốn học ở một trường đại học tại Mỹ. Để được chấp nhận vào

một trường đại học, các sinh viên phải vượt qua kỳ thi TOEFL, gồm các phần thi nghe và nói.

Jinny và Jacky đã dành nhiều năm học ngữ pháp tiếng Anh tại Hàn Quốc. Dẫn đến, tốc độ nói tiếng Anh của họ rất chậm, không tự nhiên và hay ngập ngừng. Họ cảm thấy rất căng thẳng khi phải nói và liên tục lo lắng về việc mắc lỗi.

Khi họ trở thành sinh viên trong lớp của tôi, tôi đã dạy họ Quy tắc hai. Tôi bảo họ hãy dừng việc học ngữ pháp, bỏ hết các cuốn sách ngữ pháp và sách TOEFL và cố gắng tối đa để dừng nghĩ về ngữ pháp.

Đầu tiên, cả hai sinh viên này đều cảm thấy hoài nghi vì lời khuyên này hoàn toàn đi ngược lại lý thuyết mà họ đã học ở trường. Sau cùng, Jinny cũng quyết định chấp nhận lời khuyên của tôi trong khi Jacky thì không. Qua nhiều tháng tiếp theo, Jinny hoàn toàn tránh việc học ngữ pháp. Không may là Jacky vẫn tiếp tục học. Tôi thường thấy Jacky học ngữ pháp và các sách TOEFL trong quán cà phê sau giờ học.

Dần dần, Jinny bắt đầu cảm thấy thoải mái hơn về tiếng Anh. Cô ấy nói tự nhiên và lưu loát hơn. Cô ấy cảm thấy vui mừng với tiến bộ này! Jacky thì không hề tiến bộ. Cô ấy đến gặp và lại xin lời khuyên của tôi. Thêm một lần nữa, cô ấy lại không đạt điểm TOEFL theo yêu cầu.

Một lần nữa, tôi lại đưa cho Jacky lời khuyên đó, hãy dừng học ngữ pháp. Tuy nhiên, dù cô ấy liên tiếp thất bại, nhưng vẫn không hề tin tôi. Niềm tin của cô ấy vào chương trình học “ẩn” quá lớn khiến cô không thể dễ dàng chấp nhận một cách học khác được. Vậy, cô ấy tiếp tục tập trung vào các cuốn sách ngữ pháp và sách TOEFL.

Khi tôi dừng công việc đó, Jinny đã chuyển đến một trường đại học tại Mỹ. Tuy nhiên, Jacky thì vẫn mắc kẹt trong trường học ngôn ngữ. Cô ấy vẫn tiếp tục học ngữ pháp và vẫn không đạt được thành công.

Câu chuyện về Jinny và Jacky có tác động rất mạnh vì nó cho chúng ta thấy sức mạnh của chương trình học “ấn”. Dù nhiều năm thất vọng và không thành công, nhưng một số người vẫn dường như không thể từ bỏ việc học ngữ pháp. Họ vẫn sẽ tiếp tục sử dụng phương pháp gây thất bại này nhiều năm và không bao giờ học nói tiếng Anh hiệu quả được.

Đối với tôi, đây là bi kịch tồi tệ nhất của chương trình học “ấn”. Những lòng tin này đã giam giữ rất nhiều người trong một vòng xoáy thất bại. Tôi cũng cảm thấy vô cùng buồn khi nhìn vào phương pháp đầy áp lực và thất bại này.

Đối với một số người, có thể rất khó để chấp nhận Quy tắc 2, nhưng quy tắc này rất quan trọng để bạn nói tiếng Anh thành công. Như Jinny và vô số thành viên khác của Effortless English™ đã chứng minh, ngữ pháp nói có thể được nắm vững mà không cần phải học các quy tắc ngữ pháp.

Điều tôi muốn bạn ghi nhớ rất đơn giản: Đừng học các quy tắc ngữ pháp. Nếu bạn tập trung vào các quy tắc ngữ pháp, bạn sẽ bị hạn chế khả năng nói tiếng Anh của mình. Bạn sẽ nói chậm hơn. Bạn sẽ hiểu chậm hơn. Nhấn mạnh hơn thì ngữ pháp sẽ “giết chết” khả năng nói tiếng Anh của bạn.

Vậy nếu bạn có những cuốn sách ngữ pháp, hãy tạm bỏ chúng đi. Hãy nói tạm biệt với các cuốn sách ngữ pháp vĩnh viễn. Nếu bạn muốn, bạn thậm chí có thể đốt chúng đi. Hãy ăn mừng. Vì phương pháp dịch ngữ pháp rất tệ, nó thực sự ảnh hưởng xấu đến khả năng nói tiếng Anh của bạn.

Thực hành

Bài tập: Hãy thử dừng học ngữ pháp một thời gian. Trong 6 tháng tiếp theo, hãy quyết định bạn sẽ không học ngữ pháp nữa, hoàn toàn quên đi các quy tắc ngữ pháp và tránh xa các cuốn sách ngữ pháp. Bất kỳ khi nào bạn định nghĩ về ngữ pháp, hãy thay đổi hướng suy nghĩ của mình. Trong thời gian này, thay vì lo lắng về các lỗi, hãy chấp nhận chúng. Chấp nhận rằng các lỗi là thông thường và cần thiết.

Tập trung vào việc giao tiếp. Sự thật là những người bản xứ vẫn sẽ hiểu bạn nói gì thậm chí nếu bạn mắc lỗi ngữ pháp. Trong khi trường học thường không chấp nhận các lỗi này, người bình thường thường không mấy quan tâm đến chúng. Đơn giản, họ muốn nghe ý kiến, cảm giác và suy nghĩ của bạn. Thực tế, những người bản xứ cũng mắc các lỗi ngữ pháp và họ không cảm thấy phiền về điều này.

Chương

11

**Quy tắc thứ ba: Học bằng tai
không phải học bằng mắt**

Quy tắc thứ ba của tôi đối với việc học nói tiếng Anh rất đơn giản nhưng hiệu quả. Thực tế, tôi thường nói đây là quy tắc quan trọng nhất bởi vì đó là cách chúng ta học ngôn ngữ khi còn nhỏ. Đó là một thứ dễ dàng đến mức mà bạn không cần phải lo lắng tại sao hầu hết các lớp học tiếng Anh lại không nhấn mạnh đến phương pháp này nhiều hơn.

Đó là: Học bằng tai, không phải bằng mắt. Đúng là như vậy, nếu bạn muốn nói tiếng Anh tốt, bạn phải nghe.

Nghe, nghe và nghe nhiều hơn nữa chính là chìa khóa để nói tiếng Anh tốt. Nếu bạn nghe nhiều, bạn sẽ học được nhiều từ vựng. Bạn sẽ học được cả ngữ pháp. Bạn sẽ nói nhanh hơn và sẽ hiểu người khác đang nói gì với bạn. Bạn sẽ làm được tất cả điều này



theo cách tự nhiên và thú vị hơn. Bạn sẽ bắt chước quá trình mà các đứa bé và trẻ nhỏ sử dụng để học một ngôn ngữ.

Các nghiên cứu về việc học ngôn ngữ đã chỉ ra rằng nghe là nhân tố có ảnh hưởng lớn nhất trong khả năng học ngôn ngữ—đặc biệt ở các giai đoạn đầu đời. Thực ra, điều này đúng thậm chí nếu bạn hầu như không hiểu bạn đang nghe gì. Đó là do khả năng học từ mới của bạn có liên hệ trực tiếp đến mức độ thường xuyên bạn nghe được cách kết hợp âm mà hình thành các từ vựng đó, theo tiến sỹ Paul Sulzberger, nhà nghiên cứu tại Đại học Victoria, New Zealand đã tiến hành một nghiên cứu vào năm 2009 về đề tài “Các mô thần kinh được yêu cầu để học và hiểu một ngôn ngữ mới sẽ phát triển tự động từ việc tiếp xúc với ngôn ngữ đó”, Tiến sỹ Sulzberger phát biểu “Đây là

cách trẻ con học tiếng mẹ đẻ”.

Ghi nhớ rằng quá trình này được trẻ nhỏ sử dụng. Trẻ nhỏ học tập thông qua nghe. Chúng không học các quy tắc ngữ pháp. Chúng không sử dụng giáo trình. Chúng cũng không làm các bài thi. Tuy nhiên, trẻ nhỏ vẫn lĩnh hội được tiếng Anh, bao gồm cả ngữ pháp.

Thực tế, các chuyên gia nói rằng 80% thời gian học tiếng Anh của bạn nên dành để nghe, thậm chí khi bạn không còn là người mới bắt đầu học tiếng Anh nữa. Không may là các lớp học truyền thống thường không chú trọng vào kỹ năng nghe. Vậy nếu bạn học tiếng Anh ở trường, hầu như bạn có thể học bằng mắt. Tôi đã quan sát rất nhiều lớp học tiếng Anh tại các quốc gia khác nhau và họ đều học như nhau. Hầu hết các giáo viên tiếng Anh - dù ở trường cấp 2, cấp 3, đại học hay trường dân lập - đều tập trung vào các giáo trình ở trên lớp. Có thể có những “bài tập giao tiếp” ngắn, nhưng việc học vẫn bị giới hạn và điều chỉnh bởi giáo trình.

Bây giờ, nếu mục tiêu của bạn là có được tấm bằng ngôn ngữ Anh ở một trường đại học, đây là cách tốt nhất để học. Nhưng nếu bạn muốn nói tiếng Anh thực sự, thì các phương pháp học tập truyền thống này sẽ không giúp ích cho bạn. Tại sao? Bởi vì thậm chí nếu bạn học trong nhiều năm, về cơ bản là bạn học tiếng Anh theo lối phân tích. Bạn học để nghĩ về tiếng Anh, nói về tiếng Anh và dịch tiếng Anh. Bạn cũng có thể biết nhiều về các quy tắc ngữ pháp. Thực ra, bạn biết các quy tắc ngữ pháp nhiều hơn hầu hết người Mỹ, người Canada và người Anh bởi vì người bản xứ thường không học nhiều về ngữ pháp.

Giao tiếp tiếng Anh lại hoàn toàn khác.

Người bản xứ học nói tiếng Anh bằng cách nghe, nghe và nghe và đây là điều bạn phải làm nếu bạn muốn nói tiếng Anh nhanh, một cách tự động và tự nhiên như người bản xứ.

Nhân tố quan trọng nhất đối với học tiếng Anh là thứ mà tiến sĩ Stephen Krashen gọi là “đầu vào có thể hiểu được” (comprehensive input). Đầu vào là những thứ đi tới bộ não của bạn. Bạn có được các đầu vào tiếng Anh theo 2 cách: thông qua nghe và đọc. Các đầu vào thông qua đọc rất hữu ích và có lợi. Tuy nhiên, loại đầu vào quan trọng hơn đối với việc học nói là thông qua nghe.

Các đầu vào vừa mức (có thể hiểu được) đã được chứng minh là hiệu quả hơn các phương pháp truyền thống (học ngữ pháp, bài tập thay thế, thực hành nói). Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng lời nói được tạo nên như kết quả của quá trình nghe.

Hãy nghĩ đến các đứa bé và trẻ con. Nghe luôn là bước đầu tiên. Không có đứa trẻ nào bắt đầu nói trước khi chúng có hiểu biết thông qua việc nghe. Chúng thường lắng nghe trong một khoảng thời gian dài, cho đến khi chúng hiểu nhiều về ngôn ngữ. Khi đó và chỉ khi đó, chúng mới bắt đầu nói. “Thời gian im lặng” để nghe này rất quan trọng cho quá trình học ngôn ngữ tự nhiên.

Một đặc điểm khác của việc học ngôn ngữ tự nhiên là lời nói xuất hiện một cách tự nhiên từ việc nghe. Lời nói không phải là một kỹ năng được luyện tập hay dạy có ý thức. Thay vào đó, sau một thời gian nghe hiểu nhất định, đứa trẻ sẽ đột nhiên bắt đầu nói. Điều này dường như xuất hiện bởi phép màu. Khả năng nói xuất phát từ khả năng nghe.

Nhà nghiên cứu James Crawford đã phát hiện ra rằng khả năng nói tiếng Anh là kết quả của việc nghe và khả năng thành thạo tiếng Anh thường xuất phát duy nhất từ khả năng nghe. Ông ấy nói việc học tiếng Anh là một quá trình vô thức, và chúng ta thường không nhận thức được quá trình đang diễn ra.

Bạn có thể nghĩ điều này như một hạt giống ở trong đất. Hạt giống này, hay khả năng nói, luôn luôn xuất hiện ở đó. Tuy nhiên, hạt giống đó cần nước để sinh trưởng và nhô lên khỏi mặt đất. Tương tự, bộ não của chúng ta cần phải nghe hiểu rất nhiều để khả năng nói tuy không cần nỗ lực mà có thể trỗi dậy.

Như bạn có thể tưởng tượng, do trẻ em dành rất nhiều thời gian để nghe trước khi nói, nên khả năng nghe của chúng luôn luôn cao hơn khả năng nói. Nói cách khác, trẻ em luôn luôn hiểu tiếng Anh nhiều hơn những điều chúng có thể dùng khi nói. Khi bạn sử dụng hệ thống Effortless English™, bạn sẽ trải nghiệm những thứ tương tự. Khả năng nghe của bạn sẽ phát triển nhanh hơn khả năng nói một cách tự nhiên. Một số người học luôn lo lắng về điều này nhưng đó là một quá trình tự nhiên và đúng đắn.

Một cách khác để nghĩ về điều này là khả năng nghe hình thành khả năng nói. Khả năng nghe giống như một quả bóng bay với một đầu dây nối tới khả năng nói. Khi trình độ nghe tăng dần nó sẽ kéo theo khả năng nói cũng phát triển theo. Chúng luôn đi cùng nhau nhưng khả năng nghe sẽ luôn luôn cao hơn khả năng nói.

“Nhưng tôi có thể hoàn toàn hiểu được tiếng Anh viết”

Tôi nghe điều này từ rất nhiều sinh viên, những người không hiểu tại sao họ học tiếng Anh viết rất tốt nhưng lại không thể nói tiếng Anh tốt được. Một lý do là vì hội thoại tiếng Anh thường khác nhiều so với bài đọc tiếng Anh. Hội thoại thường sử dụng một loại tiếng Anh khác, bao gồm cả từ vựng khác.

Từ vựng trong hội thoại tiếng Anh thường ít trang trọng hơn. Trong tiếng Anh, điều này có nghĩa là chúng ta sử dụng nhiều từ vựng có nguồn gốc Saxon hay tiếng Anh cổ hơn trong khi hội thoại. Chúng ta cũng thường sử dụng nhiều cụm động từ hơn (các cụm gồm 2 hay 3 từ với một động từ và trạng từ hay một động từ và mệnh đề, như get away, calm down hay cheer someone up)

Sự khác biệt giữa tiếng Anh nói và tiếng Anh viết là lý do khiến thậm chí những sinh viên “có trình độ cao” cũng gặp khó khăn trong giao tiếp thường ngày. Vấn đề là ở trường học sinh chú trọng học tiếng Anh viết nhiều hơn. Tiếng Anh trang trọng thường sử dụng nhiều từ có nguồn gốc Pháp và Latinh. Thực ra, loại tiếng Anh này thường dễ học hơn đối với các học sinh nói các ngôn ngữ hệ Rôman như Tiếng Tây Ban Nha, Ý, Bồ Đào Nha hay Pháp. Các học sinh này thường học tốt khi đọc tiếng Anh, nhưng gặp nhiều khó khăn để hiểu các bài nói tiếng Anh thông thường.

Vậy, nếu bạn muốn giao tiếp với người bản xứ, bạn cần học từ các hội thoại và bài nghe tiếng Anh – chứ không phải là từ giáo trình và các bài đọc.

Học từ hội thoại tiếng Anh

Đây là lý do tại sao nghe rất quan trọng. Các bài nghe

cung cấp một nền tảng để phát triển khả năng nói. Khi khả năng nghe của bạn được cải thiện, nó cũng sẽ kéo theo khả năng nói của bạn tăng lên. Rất nhiều người học tiếng Anh chỉ tập trung vào khả năng nói và ít chú trọng đến nghe. Tuy nhiên, nếu bạn không hiểu người khác nói thì việc nói tiếng Anh có ích gì?

Một lý do khác tại sao nghe lại quan trọng như vậy là vì sự vận động của tiếng Anh nói hoàn toàn khác biệt với vận động của tiếng Anh viết. Đối với những người bắt đầu, ngữ pháp rất khác biệt vì chúng ta ít khi nói những câu hoàn chỉnh. Từ vựng cũng rất khác biệt với việc sử dụng nhiều thành ngữ và tiếng lóng hơn trong các bài nói.



Và quan trọng nhất, tốc độ nói cũng rất khác biệt. Tốc độ nói thường rất nhanh. Quá nhanh đến mức bạn không có thời gian để nghĩ đến việc dịch, các quy tắc ngữ pháp, các bài học trong giáo trình hay phát âm. Sẽ không có thời gian. Bộ não có ý thức của bạn không thể phân tích, dịch và tổ chức một bài nói thực sự. Đây là lý do tại sao tốc độ nói của bạn lại chậm như vậy. Đây cũng là lý do tại sao bạn không thể hiểu hai người bản xứ nói chuyện gì với nhau.

Thực ra, để có thể nói ở tốc độ thực tế, bạn cần ngừng bộ não có ý thức của mình lại và để tiềm thức của mình thực hiện công việc này. Để làm điều này, bạn phải sử dụng các phương pháp làm thức tỉnh tiềm thức của mình. Bạn cần học một cách toàn diện, trực quan và tự nhiên.

Điều này có nghĩa là bạn nên nghe thật nhiều các bài nói tiếng Anh...và lặp đi lặp lại quá trình luyện tập này. Khi bạn nghe, hãy làm cho ý thức của bạn lắng xuống và chỉ cho phép bộ não của mình hiểu toàn bộ ý nghĩa của bài nói. Bạn không phải cố gắng chọn ra một vài từ đơn lẻ. Bạn không cần lo lắng về những từ bạn không hiểu được. Bạn hãy thư giãn và để cho nội dung của bài nói đi qua. Tâm trí của bạn cần rộng mở và yên tĩnh. Và lúc đó, khi bạn nói, bạn chỉ cần để các từ vụng tục xuất hiện một cách tự nhiên. Bạn không cần phải cố gắng hay nghĩ đến các quy tắc ngữ pháp. Bạn không cần lo lắng về các sai sót hay như việc dịch. Bạn chỉ cần để các từ tự nhiên bật ra. Đây là điều mà học sinh của tôi áp dụng. Nó có thể tốn thời gian, nhưng khi bạn tập trung vào việc nghe và học tiếng Anh một cách tự nhiên, tính lưu loát, tự tin và độ chính xác của bạn sẽ phát triển.

Ít căng thẳng hơn

Việc dành thời gian để nghe tiếng Anh còn đem đến một lợi ích nữa - đó là giảm nỗi lo mà chúng ta thường cảm thấy khi nói một ngôn ngữ khác. Rất nhiều lớp học tiếng Anh thường bắt những học sinh mới phải nói tiếng Anh ngay, nhưng đây là một phương pháp không tự nhiên.

Thực ra, việc phải nói từ khi quá sớm có thể làm chậm khả năng học ngôn ngữ. Bộ não của bạn không có đủ thời gian để xử lý các từ mới mà đã lưu trữ trong bộ nhớ của mình. Vậy, trong khi bạn có thể lặp lại các cụm từ tương tự trong tiếng

Anh, bạn vẫn sẽ không hiểu được người ta đang nói gì với bạn. Đây là một cách học không tự nhiên và gây nhiều căng thẳng.

Trong một bài nghiên cứu về những người học tiếng Anh ở trình độ bắt đầu, các nhà nghiên cứu đã phát hiện ra rằng những người học không bị ép nói tiếng Anh mà thay vào đó được đào tạo về nghe hiểu thể hiện tốt hơn những học sinh được dạy bằng phương pháp thông thường. Hơn nữa, việc học nói đúng thời điểm cũng có ảnh hưởng tích cực đến thái độ của học sinh về việc học tiếng Anh và giúp giảm bớt nhiều nỗi lo khi học tiếng Anh.

Tiến sỹ J. Marvin Brown đã nghiên cứu sâu hơn về ý tưởng này. Là giám đốc của chương trình học tiếng Thái cho người nước ngoài, tiến sỹ Brown đã xây dựng một chương trình theo học khoảng thời gian lắng nghe của các đứa bé và trẻ nhỏ. Trong chương trình học tiếng Thái AUA của ông ấy, học sinh được nghe các bài nói tiếng Thái có thể hiểu được hàng ngày nhưng họ không được phép nói tiếng Thái trong vòng ít nhất 6 tháng. Các học sinh này hoàn toàn tập trung vào việc học ngôn ngữ bằng tai của họ.

Đối với nhiều người nước ngoài, tiếng Thái là một ngôn ngữ khó để phát âm. Tiến sỹ Brown phát hiện ra rằng khoảng thời gian im lặng này có ảnh hưởng rất tích cực đến khả năng phát âm của người học, phát triển khả năng phát âm rất gần với cách phát âm của người Thái bản xứ.

Nguyên lý này cũng xảy ra với tiếng Anh. Mặc dù khoảng thời gian im lặng có thể không cần thiết với hầu hết những người học ở trình độ trung cấp, nhưng bạn vẫn cần thử điều này. Hãy thử tập trung hoàn toàn vào việc nghe tiếng Anh

trong một vài tháng và sau đó bắt đầu trở lại việc nói tiếng Anh. Bạn sẽ thấy rằng khả năng nói tiếng Anh của mình có nhiều tiến bộ dù bạn chưa từng luyện tập.

Bạn nên nghe gì?

Điều quan trọng nhất cần ghi nhớ là bạn phải nghe các bài tiếng Anh dễ nghe. Điều này có nghĩa là bạn phải hiểu được ít nhất 95% những điều được nói mà không cần phải dùng bài nghe hay sử dụng từ điển. Vậy, những bài nghe phải tương đối dễ dàng với bạn. Tôi nhắc đến điều này vì hầu hết học sinh thường muốn lựa chọn những bài khó và nghĩ rằng chúng sẽ giúp ích cho họ. Sẽ ấn tượng hơn để nói rằng tôi sẽ nghe CNN thay vì một chương trình thiếu nhi. Nếu bạn chọn một bài nghe quá khó, bạn sẽ cảm thấy nản lòng. Nếu nghe một bài nghe dễ dàng, bạn sẽ cảm thấy tự tin hơn.

Hãy ghi nhớ ý tưởng của tiến sĩ Krashen khi bắt đầu học các bài nghe bạn nên chọn những bài nghe có thể hiểu được. Nếu bài nghe mà bạn không hiểu, bạn cũng sẽ không thể học được. Không hiểu đồng nghĩa với không thể tiến bộ. Các bài nghe dễ dàng hơn thường tốt hơn các bài nghe khó. Sau cùng, bạn cũng sẽ cảm thấy sẵn sàng với các bài nghe khó hơn, nhưng hãy dành thời gian và nghe những bài nghe tiếng Anh dễ dàng trước.

Nếu bạn chỉ mới bắt đầu, hãy thử nghe các chương trình thiếu nhi vì tiếng Anh ở đó sẽ đơn giản hơn nhiều. Bạn có thể mua các sách kèm đĩa trên mạng bằng cách tải xuống và mua ngay sách để bạn có thể bắt đầu việc học của mình.

Nếu bạn đang nghe các tài liệu khó hơn, bạn vẫn có thể sử dụng chúng, nhưng bạn sẽ thường xuyên cần đến bài khóa. Bạn có thể có bài khóa hay bài nói và sử dụng bài khóa đó để vừa đọc và nghe cùng một lúc. Đối với những người học ở trình độ nâng cao hơn, có một nguồn hội thoại tiếng Anh đời sống khác đó là phim ảnh. Hãy nghe các bộ phim Anh và Mỹ và đọc phụ đề. Điều này cũng sẽ giúp ích nhiều cho bạn. Ghi nhớ rằng, nghe là giai đoạn quan trọng nhất. Để có thể phát triển kỹ năng nghe từ phim ảnh, hãy sử dụng những bí quyết bên dưới.

Nếu bạn không có máy nghe nhạc hay smart phone, hãy mua một chiếc. Nó sẽ giúp bạn có thể nghe tiếng Anh một cách tiện lợi bất kỳ lúc nào bạn có thể. Hãy nghe vào buổi sáng khi bạn vừa thức dậy. Hãy nghe khi bạn đi làm hay lúc bạn đang ở nhà. Hãy nghe khi bạn đang ăn trưa. Hãy nghe khi bạn đang trở về nhà từ nơi làm việc. Nghe vào buổi tối – hãy nghe thật nhiều, nghe những tài liệu dễ. Thậm chí, tôi còn có một podcast của Effortless English™ miễn phí trên iTunes và bạn có thể nghe nó. Hãy nghe thật nhiều.

Quy tắc thứ 3 là lý do tại sao hầu hết các khóa học của tôi đều dựa trên các bài nghe. Effortless English™ là một hệ thống nghe trong đó hầu hết việc học tập được tiến hành bằng tai. Bạn cũng có thể sử dụng bài khóa để giúp nghe hiểu hơn, nhưng hãy tập trung hầu hết thời gian và nỗ lực để học tập với các bài nghe này.

Dù bạn chọn cách nào, thì bạn cũng cần nghe tiếng Anh đến mức tối đa. Một số học sinh của tôi lúc đầu có thể cảm thấy miễn cưỡng. Nhưng hầu hết họ đều nói rằng việc chọn tài liệu

nghe lúc khởi đầu công việc này trở nên thú vị hơn rất nhiều. Thay vì làm các bài tập thay thế buồn tẻ trong sách, bạn có thể thư giãn và nghe thứ gì bạn cảm thấy thích thú.



Thực hành nghe nhiều hơn

Bạn đang tìm cách tốt hơn để nghe tiếng Anh đúng không? Có lẽ, bạn có thể muốn tham dự chương trình nói chuyện Effortless English™ hàng tuần của tôi. Tôi thực hiện các chương trình nói chuyện về cách để nói thành thạo tiếng Anh. Chương trình này là một cách tốt để nghe tiếng Anh dễ dàng. Như hầu hết thành viên của Effortless English™ đều biết, nghe tiếng Anh dễ dàng và thư giãn là chìa khóa để nói tiếng Anh lưu loát.

Để nói tiếng Anh lưu loát, bạn phải nghe tiếng Anh thật nhiều - tốt nhất là bài nghe đơn giản và dễ hiểu. Chương trình của tôi là một cách tốt để có nhiều tài liệu nghe tiếng Anh. Đây là một sự bổ sung cho các bài học hay tài liệu tiếng Anh khác.

Rất đơn giản để có được chương trình của tôi! Chỉ cần "Follow" tôi trên Twitter. Truy cập vào [Twitter.com/ajhoge](https://twitter.com/ajhoge). Nếu bạn không có tài khoản, hãy tạo một tài khoản. Sau đó truy cập đến trang chủ của tôi và click vào "Follow". Thế là xong! Rất dễ thôi.

Hàng tuần, hãy kiểm tra trang chủ Twitter của tôi cho các "tweets" về chương trình nói chuyện Effortless English™ tiếp theo. Click vào đường link trên mỗi tweet để xem video và tải các bài nghe.

Nếu bạn thích, bạn có thể tìm đến "Effortless English™ Podcast" trên iTunes, ở đó tôi có lưu trữ tất cả các bài nghe của chương trình này.

Các video của các chương trình cũ cũng có trên kênh Youtube của tôi, một nguồn tài liệu học và nghe tiếng Anh khác.

Subscribe cho kênh Youtube của tôi tại: [Youtube.com/ajhoge](https://www.youtube.com/ajhoge)

Thực hành nghe

Để giúp học sinh tiến bộ về khả năng nghe, tôi thường đề xuất một bài tập tên là "Kỹ thuật nghe phim". Để thực hiện việc này, bạn cần chọn một bộ phim tiếng Anh mà bạn yêu thích. Hãy chọn một bộ phim tương đối dễ nghe mà bạn có thể nghe được hầu hết từ vựng trong đó.

Hãy bắt đầu bằng việc xem cảnh đầu tiên. Chỉ dành khoảng 3 đến 5 phút thôi. Hãy bật phụ đề lên. Khi bạn xem, hãy dừng ở những chỗ bạn không hiểu. Tra nghĩa của các từ hay cụm từ đó trong từ điển thành ngữ. Xem lại cảnh phim đó cho đến khi bạn biết và hiểu được nghĩa của tất cả các từ.

Trong ngày tiếp theo, xem lại cảnh phim đó nhiều lần. Khi bạn đã hiểu được từ vựng, hãy tắt phụ đề đi. Sau đó, xem lại cảnh phim đó, nghe mà không có phụ đề. Thực hiện điều này mỗi ngày trong 5 ngày tiếp theo. Bạn có thể dành khoảng 4-5 ngày cho một cảnh phim. Mỗi lần xem lại sẽ giúp cải thiện khả năng nghe tiếng Anh của bạn.

Bây giờ, xem lại cảnh phim đó nhưng hãy thử ngừng sau từng câu hay cụm từ. Hãy đọc to từng câu đó. Thực ra, bạn không chỉ lặp lại câu đó mà hãy diễn lại cảnh phim đó. Bắt chước lời nói của các diễn viên đó. Bắt chước động tác, biểu cảm khuôn mặt và cảm xúc của họ. Hãy giả vờ là bạn là nhân vật trong cảnh phim đó. Bạn còn nhớ bài tập phát âm qua phim ảnh không? Đây là một phiên bản khác của bài tập đó.

Toàn bộ kỹ thuật nghe phim này có thể mất đến cả tuần cho một cảnh phim. Khi bạn cảm thấy rằng mình đã thành thạo

cảnh phim này, bạn có thể thực hiện lại quá trình này cho cảnh phim tiếp theo. Để thực sự học có thể mất đến vài tháng cho một bộ phim, nhưng đó là điểm mấu chốt của phương pháp này. Kỹ thuật nghe phim là một cách giúp bạn học và thành thạo tiếng Anh trong phim ảnh. Phương pháp này sẽ giúp bạn cải thiện khả năng nghe, sự lưu loát và khả năng phát âm của bạn. Nếu bạn chỉ xem bộ phim một lần, mà không sử dụng quá trình này, bạn sẽ chẳng thu được mấy lợi ích từ nó.



Nghe nhạc có giúp cải thiện tiếng Anh của bạn không?

Tôi gặp rất nhiều câu hỏi này. Theo quan điểm cá nhân, tôi không khuyến khích việc học tiếng Anh qua âm nhạc. Tôi đã nghe nhiều học sinh hát, nhưng tôi hoàn toàn không thể hiểu ca sỹ đang hát gì. Âm nhạc là một loại hình nghệ thuật chứa đựng nhiều hình ảnh trong ngôn ngữ. Thậm chí những người bản xứ cũng không thể hiểu người ca sỹ truyền tải điều gì. Tương tự, cách phát âm xuất hiện trong các bài hát cũng khác lạ. Ca sỹ thường thay đổi cách phát âm tự nhiên để phù hợp với các từ ngữ trong giai điệu. Đối với việc học tiếng Anh, sẽ hiệu quả hơn khi sử dụng các chương trình truyền hình và phim ảnh. Ý nghĩa mà mọi người muốn diễn đạt thường rõ ràng hơn và video cung cấp gợi ý trực quan để giúp bạn hiểu ý nghĩa hơn. Vậy, hãy nghe các ca khúc tiếng Anh nếu bạn thích chúng, nhưng bạn đừng mong chúng sẽ giúp cải thiện khả năng phát âm tiếng Anh của mình.

Chương

12

**Quy tắc thứ tư: Lặp lại là chìa
khóa để nắm vững kỹ năng
nói tiếng Anh**

Bạn muốn học tiếng Anh và bạn cũng muốn nói tiếng Anh tốt NGAY BÂY GIỜ. Vấn đề là hầu hết các lớp học ngôn ngữ thường đi quá nhanh đến nỗi học sinh không thể nắm vững được tài liệu trước khi chuyển sang bài mới. Trong chương này, chúng ta sẽ tập trung vào quy tắc thứ tư của Effortless English™, khuyên bạn nên dành nhiều thời gian và học thật sâu.

Học sâu có nghĩa là gì? Học sâu có nghĩa là học tiếng Anh đến điểm mà nói và hiểu đều tự động. Mọi người thường biết nhiều ngữ pháp và từ vựng tiếng Anh nhưng họ lại không biết chúng sâu sắc. Đối với kỹ năng nói, bạn thường thực hiện quá trình dịch từ vựng và phân tích thì trong đầu hãy cố gắng để hiểu người ta đang nói gì với họ. Effortless English™ nhấn mạnh vào việc đào tạo để có thể nắm vững ngôn ngữ.

Học sâu có nghĩa là lặp đi lặp lại những điều bạn đã học được. Điều này có thể rất khác biệt với cách bạn học ở trường. Hầu hết các trường học đều chịu áp lực để tiến hành nhanh quá trình học. Họ luôn ép học sinh phải học nhiều ngữ pháp hay một số lượng từ mới nhất định hàng tuần. Các giáo viên thì phụ thuộc quá nhiều vào giáo trình và cố gắng để hoàn thành bài học theo lịch trình. Vấn đề đối với nhiều học sinh là bạn phải học rất nhiều nhưng sau đó bạn lại quên những kiến thức đó. Hay bạn có thể ghi nhớ ý cơ bản nhưng lại không thể sử dụng nó.

Ví dụ như đối với thì quá khứ. Nếu bạn đã từng học tiếng Anh, có thể bạn từng học thì quá khứ. Chắc chắn bạn cũng học nó từ một quyển sách và học rất nhanh, sau đó bạn chuyển sang học thứ khác. Bạn tiếp tục học nhiều vấn đề ngữ pháp hơn, sở hữu cách, thì tương lai hay thì hiện tại hoàn thành.

Bây giờ, nếu ai đó hỏi bạn có biết thì quá khứ hay không, bạn sẽ nói là “tất nhiên là biết”. Nhưng sự thật là bạn chưa từng nắm vững thì quá khứ. Bạn đọc qua tài liệu quá nhanh đến mức bạn chưa hiểu được nó sâu sắc, giống như người bản xứ. Đó là lý do tại sao bạn vẫn mắc lỗi với thì quá khứ. Mặc dù bạn có thể đã học tiếng Anh trong nhiều năm trời, nhưng bạn vẫn mắc lỗi bởi vì quá trình học này không phải là một quá trình tự động. Bạn đã không học điều này sâu sắc.

Nắm vững nguyên tắc cơ bản

Để hiểu hơn về việc học sâu, hãy thử nhìn vào thế giới thể thao. Chẳng hạn, hãy tưởng tượng mình là một người chơi golf chuyên nghiệp. Người chơi golf chuyên nghiệp có thể thuần thục trò chơi này và tiếp tục tiến bộ bằng cách nào?

Kỹ năng quan trọng nhất mà một người chơi golf cần nắm vững là swing (cú xoay người đánh bóng). Một người chơi chuyên nghiệp sẽ luyện tập swing ít nhất 500 lần mỗi ngày. Một người chơi golf giỏi không bao giờ nói rằng “OK, Tôi đã biết cách swing rồi, vậy bây giờ tôi cần làm gì khác.”

Người chơi golf hiểu rằng cách tốt nhất để chơi giỏi là thành thạo một số kỹ năng cơ bản. Họ luyện tập những kỹ năng này hàng trăm lần mỗi ngày, trong nhiều năm và có thể cả đời.

Không may là rất nhiều người học tiếng Anh không hiểu được tầm quan trọng của việc học sâu. Trong lớp học tiếng Anh của tôi, tôi thường dành nhiều thời gian để lặp lại và ôn lại các vấn đề ngôn ngữ phổ biến và hữu ích nhất. Học sinh đôi

khi có phần nản. Chẳng hạn, họ nói rằng, “Tôi muốn học ngữ pháp nâng cao. Tôi đã biết thì quá khứ rồi”

Tuy nhiên, trong hội thoại thông thường, học sinh này thường mắc lỗi với thì quá khứ. Anh ta nói “go” khi đáng ra cần nói “went”. Anh ta không hiểu được sự khác biệt giữa hiểu biết và kỹ năng.

Ghi nhớ rằng, hiểu biết là thứ gì đó bạn phân tích và nghĩ về. Còn kỹ năng là thứ gì đó bạn thực sự làm. Hiểu về thì quá khứ là vô dụng. Bạn phải có thể sử dụng được thì quá khứ ngay và tự động trong các hội thoại thực tế. Bạn cần kỹ năng tiếng Anh, chứ không phải hiểu biết tiếng Anh.

Cách học sâu

Nếu điều này nghe quen thuộc với bạn, thì cũng đừng tuyệt vọng. Bạn có thể tiến gần hơn đến mục tiêu nói tiếng Anh thành thạo của bạn chỉ bằng việc điều chỉnh cách học của mình. Bạn chỉ cần chậm lại và lặp lại những thứ bạn đã học. Chẳng hạn, tôi bảo thành viên khóa học của tôi lặp lại mỗi bài học hàng ngày trong ít nhất 7 ngày. Đây là tình huống thậm chí họ nghĩ là mình đã biết rõ từng bài học sau khi nghe nó 2 lần. Nếu điều này quá khó, tôi khuyên bạn nên nghe từng bài học hàng ngày trong ít nhất 2, 3 hay 4 tuần. Ghi nhớ rằng, đây không phải là một cuộc đua. Điểm mấu chốt là không phải ghi nhớ, hay đọc thuộc lòng các cụm từ, mà cần thực sự hiểu sâu các cụm từ mà bạn đang học.

Tôi thường có câu hỏi như thế này từ học sinh của tôi: “A.J., tôi có thể học 2 bài học trong một tuần không?” Đó là một

câu hỏi hay. Mọi người luôn muốn làm nhanh hơn. Họ muốn làm nhiều hơn. Tôi hiểu điều này. Nhưng nếu bạn hỏi bất kỳ học sinh có trình độ tiếng Anh cao nào của tôi, họ đều sẽ cho bạn câu trả lời là: Không.

Tại sao? Bởi vì học sâu rất quan trọng. Bạn cần nghe lại mỗi bài nghe trong 7 ngày. Nhiều hơn thì càng tốt. Đúng, 14 ngày thì tốt hơn, và 30 ngày thì còn tốt nữa. Ít hơn 7 ngày thì sẽ không đủ. Bạn sẽ không học đủ để có thể hiểu sâu tài liệu được. Việc đi từng bước có thể hơi khó khăn, vì tôi biết nhiều người nghĩ rằng càng nhanh thì càng tốt. Nhưng học như vậy sẽ không hiệu quả. Bạn cần nghe lại mỗi bài nghe ít nhất một lần mỗi ngày trong suốt 7 ngày. Bạn làm điều này vì bạn muốn hiểu biết của mình ngày càng sâu sắc hơn. Bạn học để nắm vững ngôn ngữ.

Julia, một học sinh đến từ Ý, đầu tiên cảm thấy rất khó khăn để chấp nhận ý tưởng này. Cô ấy từng nghĩ rằng mình có thể cảm thấy chán và điều này thật tốn thời gian. Nhưng cô ấy muốn cải thiện trình độ tiếng Anh của mình, nên cô ấy sẵn sàng để thử. Qua thời gian, cô ấy nói rằng cô ấy đã dành nhiều năm để học tiếng Anh nhưng theo cách hời hợt "Bài đầu tiên tôi đã học xong rồi, bây giờ tôi học sang bài thứ hai".

Trong những ngày này, đôi khi Julia nghe một bài nghe trong suốt một tháng trời trước khi chuyển sang bài khác "Điều này không còn khó khăn nữa" cô ấy nói "Tôi đã phát triển theo phương pháp nghe và học sâu và phương pháp này thực sự giúp tôi rất nhiều trong khi học tiếng Anh"

Vậy nếu bạn có một bài báo hay podcast, bất kỳ thứ gì bạn nghe và thích, đừng chỉ nghe nó một lần. Một lần là không

đủ, 5 lần cũng không đủ. Bạn nên nghe bài báo, bài nói, bất kỳ bài nghe nào khoảng 30 lần. Hay có lẽ 50 lần, 100 lần hay thậm chí nhiều hơn.

Sau khi bạn đã học được các từ vựng trong đó, hãy tiếp tục nghe. Bởi biết được từ vựng có nghĩa là bạn có thể làm bài thi và nói nghĩa của từ, nhưng khi bạn nghe, bạn có hiểu được ngay từ đó không? Bạn có thể sử dụng từ một cách nhanh chóng, dễ dàng và tự động không? Nếu câu trả lời là không, bạn cần học lại, bạn cần nghe lại bài nghe đó thật nhiều lần. Đây là một trong những bí quyết để nói nhanh hơn và để thực sự học ngữ pháp và sử dụng ngữ pháp chính xác.

Bạn cũng giống như một người chơi golf thực hành hàng trăm lần mỗi ngày. Người chơi golf luôn tìm cách để cải thiện một kỹ năng cơ bản. Người chơi golf nhận ra rằng nắm vững các nguyên tắc cơ bản quan trọng hơn có nhiều kiến thức nâng cao.

Chẳng hạn, bạn có thể nghe một câu chuyện sử dụng thì quá khứ nhiều lần trong tuần. Sau đó, bạn sẽ nghe một câu chuyện khác trong 2 tuần và một câu chuyện khác nữa sử dụng thì quá khứ trong một khoảng thời gian tương tự. Đừng bao giờ dừng lại. Tôi là một người bản xứ và suốt cuộc đời, tôi đã học về thì quá khứ. Hiện tại, tôi vẫn nghe các bài nghe sử dụng thì quá khứ và tôi vẫn sẽ làm vậy khi tôi còn sống. Tôi đã nghe những từ vựng phổ biến hàng ngày cả nghìn lần và sẽ tiếp tục nghe chúng. Điều này giúp tôi có thể sử dụng chúng một cách nhanh chóng và tự động.

Đó chính là bí mật. Đừng bao giờ dừng lại. Bạn chỉ cần ôn lại nhiều hơn. Hãy tập trung vào các từ, động từ và cụm từ

phổ biến qua việc nghe và sau đó lặp đi lặp lại nhiều lần. Khi bạn làm điều này, bạn sẽ phát triển được “cảm giác về tính chính xác” và sẽ có thể sử dụng tiếng Anh tự nhiên và nhanh chóng hơn.

Có lẽ bạn sẽ nghĩ rằng “Nhưng tôi sẽ thấy chán khi phải nghe đi nghe lại một bài?” Tất nhiên điều này có thể xảy ra. Cách tốt nhất để tránh sự buồn chán là chọn loại tài liệu mà hấp dẫn đối với bạn. Hấp dẫn có nghĩa là cực kỳ thú vị.

Bạn tìm những tài liệu hấp dẫn bằng cách nào? Có một cách là học về thứ gì đó bạn thích trong tiếng Anh. Chẳng hạn, nếu bạn thích các tiểu thuyết lãng mạn trong tiếng mẹ đẻ, hãy tìm phiên bản tiếng Anh của chúng! Hãy tìm các sách nói và nghe những cuốn sách này hàng ngày. Hãy tìm nguyên bản của các cuốn sách này và đọc khi bạn đang nghe. Nếu bạn yêu thích kinh doanh, thì hãy học về kinh doanh trong tiếng Anh. Hãy sử dụng tiếng Anh như một phương tiện để tiếp thu các kiến thức và kỹ năng khác. Bạn càng tập trung nhiều vào những tài liệu hấp dẫn, thì bạn càng cảm thấy dễ dàng khi nghe chúng nhiều lần. Bạn sẽ thích nghe chúng nhiều lần.

Bài tập thực hành sâu

Bài tập 1 Hãy chọn một bài nghe có độ dài khoảng 10 phút. Đây sẽ là bài nghe chính của bạn trong suốt một tuần. Hãy nghe bài nghe này một vài lần. Lặp lại quá trình mỗi ngày trong tuần tiếp theo. Cố gắng để nắm vững nó. Ý tưởng là bạn không cần cố gắng ghi nhớ bài nghe, nhưng thay vào đó là hiểu nó thật sâu. Hãy tưởng tượng là mỗi lần bạn nghe và hiểu về

bài nghe, nó sẽ đi sâu hơn vào trong bộ não của bạn. Điều này giống như một hạt giống bạn đang gieo trong đầu mình. Hãy gieo hạt giống thật sâu và tưới nước cho nó bằng việc nghe đi nghe lại nhiều lần.

Sau khi bạn đã nắm vững bài nghe đầu tiên, hãy chọn hai bài nghe bổ sung. Mỗi bài nên có độ dài khoảng 5 – 20 phút. Hãy nghe chúng theo cách bạn thực hiện với bài nghe đầu tiên.

Bạn sẽ nhận thấy mình đang trải qua nhiều giai đoạn học tập khác nhau khi thực hiện điều này. Hãy cố gắng hiểu rõ các giai đoạn này. Giai đoạn đầu tiên sẽ là “Ôi không, tôi không hiểu gì”. Bạn có thể cần sử dụng bài khóa để hiểu hoàn toàn đoạn nghe. Bạn sẽ biết mình đang ở giai đoạn thứ hai khi bạn có thể nghe các từ và cụm từ mà không cần xem lại chúng. Giai đoạn thứ ba là khi bạn có thể nghe và hiểu mà không cần đến bài khóa. Bạn sẽ mất bao lâu để đi đến giai đoạn thứ ba? Việc nghe các đoạn dài có ảnh hưởng đến khả năng hiểu của bạn như thế nào?

Bạn sẽ tiến bộ nhanh đến mức nào và cần đến bao nhiêu lần nghe lại? Phần lớn phụ thuộc vào tinh thần của bạn trong mỗi lần nghe lại. Bạn có thư giãn không? Có hứng thú không? Khi tôi dạy từ vựng về hành động trong các buổi chuyên đề, học sinh thường nắm vững các từ và cụm từ mới chỉ trong vài phút bởi vì họ được chuyển động và cảm thấy phấn khích. Việc lặp lại chỉ với một nửa sự tập trung và ít năng lượng sẽ kém hiệu quả hơn việc lặp lại kèm theo năng lượng cảm xúc. Vậy khi bạn mở lại bài nghe, hãy đứng dậy, di chuyển xung quanh và thậm chí đọc to các cụm từ lên. Nếu bạn cảm thấy ngưng ngưng, hãy đóng cửa lại và tiến hành điều này trong phòng cho đến khi cảm thấy thoải mái hơn.

Bài tập 2 Hãy chọn một bài nghe để thực hành nghe.

Học sinh của tôi thường than phiền về việc học sâu làm họ cảm thấy chán khi phải nghe cùng một thứ ngày này qua ngày khác. Vậy trong bài tập này, mỗi ngày hãy thay đổi trọng tâm của bài học. Trong ngày đầu tiên, chỉ tập trung vào học từ vựng. Trong ngày tiếp theo, hãy chơi một trò chơi mà trong đó bạn chỉ cố gắng hiểu toàn bộ bài nghe mà không cần đến bài khóa. Ngày tiếp theo, hãy mở từng câu, tạm dừng băng và đọc to câu đó lên. Hãy bắt chước nhịp điệu, giọng điệu và cảm xúc của người nói. Tập trung vào cách phát âm của bạn. Tiếp theo, hãy thử một trò chơi mà trong đó bạn mở hai câu một và sau đó đọc to chúng lên kèm theo cảm xúc. Ngày sau đó, trở lại với việc chỉ nghe và hiểu. Về cơ bản, mỗi ngày, bạn hãy thay đổi trọng điểm của mình trên cùng một tài liệu để bạn có thể học tập từ nhiều góc độ khác nhau. Điều quan trọng là mỗi lần lặp lại đều có một mục đích nhất định.

Chương

13

**Quy tắc thứ năm: Học ngữ pháp
một cách trực quan và tự nhiên**

Tôi đã hứa rằng bạn có thể học tốt tiếng Anh mà không cần học các quy tắc ngữ pháp. Tôi thậm chí cũng nói là hãy quẳng các sách ngữ pháp đi vì bạn sẽ không cần đến chúng. Bây giờ, tôi sẽ nói cho bạn cần làm gì thay vì học ngữ pháp.

Đây thực sự là một kỹ thuật rất đơn giản - mà tôi tin đó là cách tốt nhất để học ngữ pháp - không chỉ áp dụng với học ngữ pháp tiếng Anh mà ngữ pháp của bất kỳ ngôn ngữ nào. Quy tắc thứ năm của Effortless English™ là: Sử dụng các câu chuyện có thể hiện quan điểm trong đó. Đây là những câu chuyện ngắn mà ở đó chúng ta thay đổi quan điểm. Nói cách khác, chúng ta thay đổi khung thời gian và thay đổi ngữ pháp để tạo ra các phiên bản khác nhau của cùng một câu chuyện.

Bằng việc đọc và nghe nhiều phiên bản khác nhau của cùng một câu chuyện, chúng ta có thể học ngữ pháp một cách trực quan mà không cần nghĩ về thì, cách chia động từ,... Các câu chuyện theo quan điểm không chỉ rất dễ mà còn rất vui nữa. Lợi ích lớn nhất là chúng cho phép chúng ta tiếp thu ngữ pháp một cách tự nhiên bằng việc hiểu ngữ cảnh của câu chuyện. Đó là điểm mấu chốt. Thay vì phải học các quy tắc ngữ pháp trừu tượng, chúng ta có thể lĩnh hội kỹ năng ngữ pháp nói thông qua tiếng Anh đầy ý nghĩa và dễ ghi nhớ.

Các câu chuyện theo quan điểm được phát



triển đầu tiên bởi Blaine Ray, người sáng lập hệ thống học TPRS. Trong những năm 1990, Ray là một giáo viên dạy tiếng Tây Ban Nha trung học tại California; ông đã tìm kiếm những cách mới để dạy ngôn ngữ cho học sinh của ông thay vì các phương pháp ghi nhớ và những bài tập thay thế truyền thống được sử dụng trong các lớp học ngôn ngữ. TPRS là viết tắt của cụm từ Total Physical Response Storytelling – (tạm dịch: Kể chuyện theo kiểu phản ứng cơ học) (cũng được mô tả như: Thành thạo ngôn ngữ thông qua đọc và kể chuyện (xem chú thích)). Ray tin là học sinh có thể học tiếng Tây Ban Nha một cách tự nhiên hơn bằng cách lắng nghe một số câu chuyện đơn giản nhất định.

Ngay lập tức, tôi nhận ra sức mạnh của những câu chuyện này và quyết định điều chỉnh chúng cho hệ thống dạy học của riêng mình. Các câu chuyện theo quan điểm là một phần rất quan trọng của hệ thống Effortless English™.

Các câu chuyện theo quan điểm có tác dụng như thế nào? Theo cách đơn giản nhất, bạn bắt đầu nghe một câu chuyện – thường được kể theo điểm nhìn quá khứ. Nói cách khác, câu chuyện này thường về những sự kiện đã xảy ra trong quá khứ.

Tiếp theo, bạn nghe một phiên bản khác của câu chuyện đó, với một điểm nhìn khác. Chẳng hạn, bạn có thể nghe câu chuyện này được kể ở thì hiện tại. Sau đó, bạn nghe một phiên bản khác, được kể ở thì tương lai. Hay một phiên bản khác nói về các sự kiện xảy ra trong quá khứ mà vẫn tiếp tục đến hiện tại.

Về cơ bản, mỗi câu chuyện từ điểm nhìn khác nhau đều như nhau, nhưng sự thay đổi thời gian dẫn đến sự thay đổi về ngôn ngữ được sử dụng....đặc biệt động từ. Bằng việc nghe các câu chuyện này nhiều lần, bạn sẽ tiếp thu được thì thời ngữ

pháp tiếng Anh phổ biến và hữu dụng nhất một cách dễ dàng và tự nhiên. Bởi vì bạn học chúng theo tiềm thức và một cách trực quan, nên bạn sẽ thực sự SỬ DỤNG chúng một cách chính xác khi bạn nói – và bạn sẽ không cần nghĩ về nó!

Một trong những điểm quan trọng khác của các câu chuyện theo điểm nhìn, đó là chúng thường tập trung vào các cấu trúc ngữ pháp được sử dụng phổ biến nhất. Một số sinh viên thường thích thú với các cấu trúc ngữ pháp cực kỳ hiếm mà thường bỏ qua các cấu trúc mà người bản xứ thường sử dụng hàng ngày. Chẳng hạn, “He slept for six hours” được sử dụng nhiều hơn “He will have been sleeping for six hours”. Việc nắm vững cấu trúc đầu tiên (quá khứ đơn) quan trọng hơn nhiều vì nó hữu dụng hơn trong giao tiếp. Do đó, các câu chuyện theo điểm nhìn mà bạn sử dụng sẽ được giới hạn đến các cấu trúc phổ biến nhất.

Vấn đề là bạn chỉ cần nghe những câu chuyện này một vài lần mỗi ngày. Bạn không cần phân tích sự thay đổi ngữ pháp...và bạn chắc chắn không cần xác định các quy tắc ngữ pháp ngôn ngữ. Bạn cũng không cần phải xác định phiên bản nào của câu chuyện ở “thì quá khứ đơn” hay ở “thì quá khứ hoàn thành”. Các khái niệm này có thể hữu ích với các nhà ngôn ngữ học, nhưng chúng sẽ làm rối trí những người muốn nói nhanh, dễ dàng và một cách tự động.

Bạn phải tin vào trực giác của mình và hãy nghe các phiên bản khác nhau của câu chuyện mà không cần phân tích chúng. Hãy cố gắng đừng óc phân tích của mình. Hãy thư giãn và tập trung vào các sự kiện của câu chuyện. Theo thời gian, bạn sẽ tiếp thu được ngữ pháp một cách trực quan và sử dụng nó chính xác mà không cần cố gắng.

Thêm động tác minh họa khi kể chuyện

Tiến sỹ James Asher, một nhà tâm lý học tại Đại học San José State là một trong những nhà nghiên cứu đầu tiên xác định được tầm quan trọng của chuyển động cơ học trong quá trình học. Asher đã phát triển phương pháp “phản ứng cơ học” (TPR) sau khi khám phá ra rằng học sinh học ngôn ngữ hiệu quả hơn nếu họ kết hợp từ và cụm từ với các chuyển động có ý nghĩa. Ông ấy đã dạy ngôn ngữ mà không cần đến dịch, mà hoàn toàn thông qua việc sử dụng các hành động. Chẳng hạn, ông ấy sẽ nói với cả lớp “Sit down”, và sau đó ông ta thực hiện động tác ngồi xuống. Sau đó, ông ta nói rằng “Stand up” và minh họa động tác đứng lên. Sau khi lặp lại chuỗi động tác này nhiều lần, học sinh sẽ nhanh chóng hiểu ra nghĩa của các cụm từ “Sit down” và “Stand up”.

Trong chương tiếp theo của bài học này, Asher hướng dẫn cả lớp tham gia cùng ông ấy. Vậy khi ông ấy nói “Stand up”, cả lớp học sẽ đứng lên cùng ông. Và khi ông ấy nói “Sit down”, lớp học sẽ thể hiện là mình hiểu ý bằng việc ngồi xuống.

Trong giai đoạn cuối cùng, Asher đưa ra mệnh lệnh nhưng không minh họa chúng. Thay vào đó, ông quan sát để đảm bảo là lớp học hiểu được. Điều này loại bỏ việc dịch ngữ pháp, vì học sinh sẽ kết nối các cụm từ với hành động.

Theo thời gian, các học sinh trong lớp học của tiến sỹ Asher có thể học và thực hiện các mệnh lệnh rất phức tạp như “Stand up, turn around



five times, then walk backwards to the door and close it" (Đứng lên, quay vòng 5 lần, sau đó đi lùi về phía cửa và đóng cửa lại". Tiến sỹ Asher phát triển khả năng nói lưu loát hoàn toàn thông qua việc sử dụng các mệnh lệnh và hành động. Sau này, tiến sỹ Asher và các nhà nghiên cứu khác đã điều chỉnh TPR, bổ sung thêm các động tác để biểu diễn các từ ngữ trừu tượng hơn như "think (nghĩ)" hay "hope (hy vọng)".

TPR là tiền nhiệm của TPRS do Blaine Ray phát triển (Kể chuyện theo kiểu phản ứng cơ học). Ray nhận ra rằng nếu các hành động và động tác được kết hợp để tạo ra một câu chuyện, thì học sinh sẽ học tập nhanh hơn nhiều. TPRS là một phương pháp mà cho phép học sinh thực hiện các tương tác cơ học và bằng lời nói như một phần của việc kể chuyện. Kỹ thuật này là điểm bắt đầu cho nhiều phần của hệ thống Effortless English™.

Một câu chuyện theo điểm nhìn mẫu

Tôi sẽ đưa cho bạn một ví dụ rất đơn giản. *There is a boy. His name is Bill. Bill goes to the store. He buys a bottle of water. He pays two dollars for the water.*

Đó là câu chuyện nhỏ của chúng ta. Nó không thú vị cho lắm, nhưng rất dễ hiểu. Câu chuyện ở thì hiện tại và tất cả điều bạn cần làm là hiểu câu chuyện này. Nếu đây là một câu chuyện nói, bạn sẽ cần nghe nó hàng ngày trong ít nhất một tuần. Nhớ rằng chúng ta đang cố gắng để đạt được việc học sâu, vậy bạn cần thực hiện điều này nhiều lần.

Tiếp theo, tôi sẽ kể cho bạn cùng một câu chuyện, nhưng bây giờ là ở thì quá khứ: *There was a boy named Bill. Yesterday,*

he went to the store. He bought a bottle of water. He paid two dollars for the water.

Đúng, đó là toàn bộ câu chuyện. Rất đơn giản. Tất nhiên, trong các bài học của tôi, các câu chuyện thường dài hơn nhiều. Chúng cũng khó hơn và thú vị hơn. Nhưng đây là một ví dụ đơn giản để giúp bạn hiểu khái niệm.

Vậy bây giờ, bạn đã đọc hay nghe câu chuyện của Bill ở thì hiện tại và quá khứ. Lý tưởng nhất là bạn có phiên bản câu chuyện ở dạng audio và bạn sẽ nghe câu chuyện ở thì quá khứ nhiều lần. Khi bạn nghe, đừng nghĩ đến các quy tắc ngữ pháp. Bạn không cần phải phân tích, kiểu như “Ồi, đây là thì quá khứ” hay “Oh, “paid” là một động từ bất quy tắc” Bạn không cần phải nghĩ về điều đó. Bạn chỉ cần nghe từng phiên bản câu chuyện và hiểu ý nghĩa của nó. Đó là tất cả những thứ bạn cần làm. Hãy nghe câu chuyện đầu tiên – hiểu ý nghĩa. Nghe câu chuyện thứ hai – hiểu ý nghĩa. Đó là tất cả. Đây là việc học ngữ pháp rất đơn giản và không tốn sức.

Sau đó, bạn hãy nghe phiên bản câu chuyện ở thì tương lai: *Imagine there will be a boy. His name will be Bill. He'll go to the store, and buy a bottle of water. He's going to pay two dollars for the water.* Đó là toàn bộ câu chuyện ở thì tương lai.

Nhắc lại, tất cả điều bạn cần làm là lắng nghe câu chuyện nhỏ dễ dàng này. Bạn hãy nghe phiên bản câu chuyện ở thì hiện tại. Bạn nghe phiên bản ở thì quá khứ. Bạn nghe phiên bản ở thì tương lai. Hãy nghe từng câu chuyện hàng ngày trong ít nhất 7 ngày.

Chúng ta cũng có thể bổ sung thêm một số phiên bản khác. Chúng ta có thể thực hành bất kỳ loại hình ngữ pháp

nào với câu chuyện này. Chẳng hạn, tôi sẽ nói là: *There was boy. Since last year, he has gone to the store every day. He has bought a bottle of water everyday. He has paid two dollars for the water.* Bạn không cần phải biết tên của loại hình ngữ pháp hay thì của động từ mà bạn đang sử dụng. Nó được gọi là thì hiện tại hoàn thành, nhưng bạn không cần biết điều này. Tôi không muốn bạn nghĩ về điều này. Tất cả những điều bạn cần làm là nghe phiên bản câu chuyện này.

Tất nhiên, tôi bổ sung thêm một số cụm từ để giúp bạn hiểu rõ ý nghĩa của câu chuyện. Tôi đã nói là *"Since last year,"* vậy bây giờ bạn hiểu rằng các động từ này thay đổi bởi vì có gì đó đã xảy ra trong quá khứ và tiếp tục ở hiện tại, nhưng bạn không cần nghĩ về điều này. Đó là lý do tại sao những câu chuyện này rất dễ dàng và có hiệu quả. Bạn chỉ cần nghe chúng. Bạn chỉ cần nghe câu chuyện số một. Bạn chỉ cần nghe câu chuyện số hai, và bạn chỉ cần nghe câu chuyện số ba và câu chuyện số bốn, và bạn học được ngữ pháp như người bản xứ vậy. Giống như một đứa trẻ học.

Khi bạn học ngữ pháp theo cách này, bằng việc sử dụng các loại câu chuyện này, bạn sẽ đào tạo như một vận động viên điền kinh và bạn sẽ tự giải phóng bản thân khỏi những chương trình học "ấn". Đây chính là sự khác biệt giữa việc học ngữ pháp dưới dạng tri thức trừu tượng và tiếp thu kỹ năng sử dụng ngữ pháp trong lời nói thực. Bạn muốn kỹ năng này. Bạn muốn sử dụng ngữ pháp chính xác mà không cần phải nghĩ đến nó.

Cách nghe các câu chuyện theo điểm nhìn

Để tiếp thu được nhiều nhất từ các câu chuyện theo điểm nhìn, hãy cố gắng tối đa tập trung vào câu chuyện và tưởng tượng trong đầu như bạn đang nghe nó. Hãy đừng dừng lại phần nào để xác định các thì hay nghĩ về ngữ pháp. Thay vào đó, hãy nghĩ đến một đường thẳng đi xuyên qua cơ thể bạn. Đằng sau bạn là quá khứ. Trước bạn là tương lai. Hãy tưởng tượng rằng câu chuyện bạn đang nghe nằm trong một chiếc hộp hay một chiếc đài. Khi bạn nghe phiên bản câu chuyện ở thì quá khứ, hãy cố gắng tưởng tượng chiếc hộp đó ở phía sau bạn, đằng sau là quá khứ. Khi bạn nghe phiên bản câu chuyện ở thì tương lai, thì hãy tưởng tượng chiếc hộp ở phía trước bạn, đằng trước là tương lai. Việc tưởng tượng nơi bạn đặt chiếc hộp hay chiếc đài đó trên đường thẳng giúp câu chuyện có thêm yếu tố hình ảnh, điều này sẽ giúp bạn hiểu ngữ pháp một cách trực quan hơn.

Trong khi việc hiểu ý tưởng này bằng cách đọc các câu chuyện theo điểm nhìn mẫu là rất đơn giản, điều quan trọng là bạn cần sử dụng phiên bản câu chuyện nói. Hãy nhớ lại Quy tắc thứ ba: nghe là chìa khóa để phát triển kỹ năng nói. Bạn không chỉ muốn học ngữ pháp một cách trực quan mà bạn còn muốn học được cả ngữ pháp nói nữa. Điều này có nghĩa là, giống như từ vựng, bạn cần học ngữ pháp bằng tai.

Việc học ngữ pháp bằng phiên bản âm thanh của các câu chuyện theo điểm nhìn sẽ giúp phát triển “cảm giác về tính chính xác”, đây là kỹ năng mà người bản xứ sử dụng. Mỗi lần nghe lại với các phiên bản chuyện khác nhau sẽ giúp bạn phát

triển cảm giác này. Sau cùng, ngay lập tức bạn sẽ biết được ngữ pháp chính xác bởi vì nó nghe có vẻ đúng với bạn. Bạn không cần nghĩ đến các thuật ngữ về ngôn ngữ học. Đó là khi bạn biết rằng các câu chuyện theo điểm nhìn đang phát huy tác dụng.

Nhớ rằng, trong quá trình giao tiếp, ngữ pháp phải xuất hiện thật nhanh chóng trong đầu bạn. Trong hội thoại thực tế, ngay lập tức bạn phải đưa ra được ngữ pháp chính xác. Sẽ không có thời gian để nghĩ về các quy luật. Kỹ năng ngữ pháp tức thì này chỉ có thể phát triển được một cách vô thức và các câu chuyện theo điểm nhìn là một trong những cách tốt nhất để làm điều này. Bằng cách sử dụng các câu chuyện theo điểm nhìn, bạn sẽ bỏ qua bước không cần thiết để nghĩ đến các quy tắc ngữ pháp trừu tượng. Bạn có thể tạo ra ngữ pháp chính xác mà không cần tư duy có ý thức. Theo cách này, bạn sử dụng ngữ pháp như người bản xứ. Việc này có thể mất thời gian và cần lặp lại nhiều lần, nhưng các câu chuyện theo điểm nhìn là cách hiệu quả nhất để nắm vững ngữ pháp nói.

Các lợi ích về tâm lý

Chúng ta đã thảo luận các lợi ích của các câu chuyện theo điểm nhìn đến việc nâng cao trình độ tiếng Anh của bạn. Lợi ích của các câu chuyện theo điểm nhìn này rất lớn. Tuy nhiên, các lợi ích về tâm lý của những câu chuyện này thậm chí còn mạnh mẽ hơn.

Đối với hầu hết người học, việc học các quy tắc ngữ pháp trừu tượng là một trong những phần khó nhọc nhất của việc học tiếng Anh. Hầu hết mọi người đều nhận thấy rằng việc

học ngữ pháp rất buồn tẻ, khó hiểu và dễ làm nản lòng. Nhiều người cảm thấy sợ hãi khi phải cố gắng ghi nhớ các quy tắc ngữ pháp. Hầu hết người học tiếng Anh đều có khả năng ghi nhớ các bài học và kết quả bài thi ngữ pháp rất kém.

Việc học ngữ pháp khiến những người thông minh cũng phải cảm thấy mình kém cỏi. Họ phải học và ghi nhớ vô số dạng thức chia động từ. Họ phân tích cách sử dụng các mạo từ, giới từ, và các danh từ đếm được và không đếm được trong tiếng Anh. Tuy nhiên, thực tế khi họ nói, họ vẫn liên tục mắc lỗi. Mặc dù họ “biết” ngữ pháp, nhưng họ gặp khó khăn để sử dụng chúng. “Có vấn đề gì với tôi vậy?” họ tự nói với bản thân “Tôi biết nó mà”.

Họ hoàn toàn không kém cỏi. Đơn giản, họ nhầm lẫn giữa hiểu biết với kỹ năng. Hãy để hiểu biết ngữ pháp cho các nhà ngôn ngữ học chuyên nghiệp. Công việc của bạn là tiếp thu các kỹ năng ngữ pháp một cách trực quan, và các câu chuyện theo điểm nhìn là cách tốt nhất để làm điều này.

Bài tập thực hành

Sau đây là một cách vui để tự tạo ra các câu chuyện theo điểm nhìn của riêng bạn. Hãy tìm một câu chuyện đơn giản về điều gì đó mà bạn thấy thú vị. Câu chuyện này chỉ có một vài từ và cụm từ mà bạn không hiểu và cần tra cứu trong từ điển. Tuy nhiên, câu chuyện cần phải thật dễ hiểu. Chỉ nên xuất hiện tối đa năm từ mới trong câu chuyện này thôi.

Bây giờ, hãy đưa câu chuyện này cho giáo viên tiếng Anh hay một người bạn nói tiếng Anh của bạn. Nhờ họ viết lại câu

chuyện đó từ các điểm nhìn khác nhau. Họ sẽ viết các phiên bản khác nhau của câu chuyện ít nhất gồm: thì quá khứ, hiện tại và tương lai. Sau khi họ viết xong từng phiên bản, hãy nhờ họ đọc lại từng phiên bản và ghi âm lại. Sau đó, trong một hay hai tuần tiếp theo, hãy nghe toàn bộ các phiên bản của câu chuyện này hàng ngày.

Khi bạn đã nắm vững những câu chuyện này, hãy lặp lại quá trình này cho một câu chuyện hoàn toàn mới. Chỉ cần nghe hàng ngày, bạn sẽ phát triển được khả năng ngữ pháp nói. Như một vận động viên điền kinh, bạn sẽ tự mình rèn luyện kỹ năng sử dụng ngữ pháp chính xác một cách tự động.

Chương

14

**Quy tắc thứ sáu: Hãy học tiếng
Anh thực tế và tạm bỏ những
cuốn giáo trình**

Bạn đã học tiếng Anh nhiều năm. Nhưng khi bạn nghe ai đó nói tiếng Anh, nó không giống như tiếng Anh bạn đã học. Bạn thấy khó hiểu và khi bạn nói, người khác cũng không thể hiểu được.

Đáng buồn là điều này xảy ra rất phổ biến. Điều này xảy ra khi bạn được dạy tiếng Anh theo phương pháp truyền thống mà ở đó giáo viên của bạn phần nhiều phụ thuộc vào các giáo trình và các bài tập thay thế trên lớp.

Đó là lý do tại sao chúng ta không cần sử dụng đến giáo trình trong Effortless English™. Thực ra, tôi khuyến khích bạn quẳng những cuốn giáo trình của mình đi. Hãy ném chúng vào thùng rác. Như tôi đã nói trước đây, các cuốn giáo trình không phải là cách để học ngôn ngữ. Với Effortless English™, bạn học tiếng Anh thực tế và đó chính là Quy tắc thứ sáu.

Có rất nhiều vấn đề với những cuốn giáo trình. Đầu tiên, chúng thường tập trung nhiều vào ngữ pháp. Chúng ta đã thảo luận lý do tại sao bạn nên tránh học ngữ pháp ở phần trước. Một vấn đề nghiêm trọng khác là các giáo trình hầu như toàn dạy tiếng Anh trang trọng. Đây là hình thức tiếng Anh được sử dụng phổ biến trong văn viết. Các giáo trình thường dựa phần lớn vào các đối thoại dạng văn bản hoàn toàn không tự nhiên.

Có lẽ bạn nhận ra đoạn này:

"Hello"

"Hello. How are you?"

"I'm fine, and you?"

Giáo trình có thể đi kèm với băng nghe, trong đó các diễn viên đọc cuộc đối thoại với nhịp điệu rất lạ và cách phát âm hoàn toàn không tự nhiên.

Vậy điều gì xảy ra ngoài đời thực? Bạn học cuộc đối thoại này trong giáo trình và bạn nghĩ rằng mình đã biết tiếng Anh. Sau đó, bạn đi du lịch đến một nước nói tiếng Anh như Mỹ. Bạn gặp một người ở điểm dừng xe buýt và họ nói “Hey, what’s up?” Tất nhiên họ chỉ chào và hỏi bạn “How are you?” nhưng họ lại sử dụng tiếng Anh thực tế, tiếng Anh thực tế này lại được sử dụng phổ biến hơn nhiều giữa những người bản xứ.

Thực ra, với vai trò là một giáo viên tại San Francisco, tôi đã nghe những lời phàn nàn tương tự từ nhiều học sinh. Họ đến từ nhiều nước khác nhau để học tập tại Mỹ. Nhiều học sinh nghĩ bản thân mình là người học tiếng Anh ở trình độ cao. Rất nhiều người có điểm số bài thi rất cao.

Tuy nhiên, khi họ cố gắng giao tiếp trong thực tế, họ gặp những vấn đề rất lớn. Tôi nhớ có một học sinh tên là Humberto từng nói với tôi là “Em không thể hiểu người ta nói gì. Em không thể hiểu những người ở bến xe buýt. Em không thể hiểu cô phục vụ bàn trong nhà hàng. Em nghĩ rằng mình có trình độ tiếng Anh cao, nhưng em lại không thể hiểu ai nói gì” Như hầu hết sinh viên, Humberto đã học tiếng Anh trang trọng trong các giáo trình nhưng lại chưa từng học tiếng Anh trong hội thoại thực tế. Anh ta làm tốt trong các bài thi nhưng lại không thể xoay xở trong thế giới thực.

Cách phát âm thực tế cũng khác xa những gì bạn tìm thấy trong các giáo trình và băng nghe. Đây là một nguồn tài liệu gây khó khăn đối với những ai học tập theo phương pháp truyền thống. Các trường học thường dạy cách phát âm chính thể như trong từ điển từ vựng tiếng Anh. Trong khi các giáo trình sẽ dạy bạn “How are you?” thì một người Mỹ thực sự sẽ

nói là "Howya doin'?" "Howzit goin'?" "Hey, whassup?" hay "Nice-ta meetcha."

Để có thể giao tiếp thực tế trong tiếng Anh, bạn phải hiểu được tiếng Anh thực tế. Và đây chỉ là những ví dụ đơn giản nhất về lời chào. Ngôn ngữ này chứa rất nhiều dạng như thế. Vậy, đừng băn khoăn vì thậm chí những người học tiếng Anh qua giáo trình có trình độ "nâng cao" cũng gặp nhiều khó khăn khi giao tiếp với người khác trong đời sống thực.

Các thành ngữ cũng là một vấn đề phổ biến khác đối với những người học tiếng Anh qua giáo trình. Tiếng Anh nói có rất nhiều thành ngữ, tuy nhiên bạn cũng học được một ít trong số chúng từ giáo trình. Gần đây, tôi đã ghi âm lại một cuộc hội thoại với cha tôi về chủ đề kinh doanh. Sau đó, khi tôi xem lại bản ghi âm này, tôi cảm thấy vô cùng ngạc nhiên vì số lượng thành ngữ mà chúng tôi đã sử dụng trong một đoạn hội thoại ngắn này.

Các thành ngữ là những cụm từ có nghĩa khác với các từ riêng lẻ tạo thành chúng. Chúng thường được dựa trên các phép ẩn dụ hay đề tài văn hóa và có thể hơi khó suy luận. Chẳng hạn, trong một buổi họp kinh doanh, một đồng nghiệp có thể nói là "We scored a touchdown on that project". Thành ngữ này xuất phát từ môn bóng bầu dục của Mỹ và có nghĩa là đạt được thành công hay chiến thắng. Bạn sẽ không thể học cụm từ này từ giáo trình, tuy nhiên nó được người Mỹ sử dụng rất phổ biến.

Rõ ràng là giáo trình không phải là công cụ học tập hữu hiệu. Bạn sẽ dùng công cụ nào? Bạn sẽ học theo cách người bản xứ thực sự học: bằng cách sử dụng các tài liệu thực. Hãy chỉ sử dụng tài liệu tiếng Anh thực tế: quy tắc thứ sáu. "Thực tế"

có nghĩa là gì? Tôi đang muốn nói đến các tài liệu tiếng Anh dành cho người bản xứ hay tương tự như những tài liệu mà người bản xứ sử dụng. Chúng có thể là sách, bài báo, sách nói, podcast, video,...vv..

Bạn có thể tìm thấy nhiều tài liệu nghe tiếng Anh thực tế trên mạng. Podcast là một nguồn tài liệu hoàn hảo. Tôi cũng có một Podcast của riêng mình. Bạn có thể truy cập đến effortlessenglish.libsyn.com và nghe tôi nói về tiếng Anh, cách học tiếng Anh và các ý tưởng của tôi. Hoàn toàn miễn phí và cũng rất dễ dàng. Bạn có thể chỉ cần nghe, nghe và nghe - có rất nhiều tài liệu thực. Tôi chỉ nói chuyện một cách bình thường và tôi là một người bản xứ thực sự. Tôi không hề diễn cũng không hề đọc.

Và cũng có rất nhiều podcast khác nữa. Bạn có thể chọn một podcast học tiếng Anh, hay thậm chí, podcast về bất kỳ chủ đề nào bạn thích. Nếu bạn thích thể thao, hãy tìm podcast tiếng Anh nói về thể thao. Nếu bạn thích xe hơi, hãy tìm podcast nói về xe hơi. Nếu bạn thích chủ đề về thể dục hay sức khỏe, hãy tìm podcast về nó.

Các sách nói cũng là một cách tốt để thực hành nghe. Sách nói chỉ là một cuốn sách mà ai đó đọc và thu âm lại. Vậy, thay vì đọc sách, bạn hãy nghe sách. Điểm mấu chốt là hãy chọn những cuốn sách nói được xây dựng cho người bản xứ. Hơn nữa, hãy chọn các sách nói mà bạn thấy dễ nghe. Bạn có thể bắt đầu với những sách truyện thiếu nhi. Tôi đảm bảo rằng nghe những sách truyện thiếu nhi thú vị và hữu ích hơn nhiều so với các giáo trình tẻ nhạt.

Một trong những ví dụ yêu thích của tôi về tài liệu thực là sách thiếu nhi ở phiên bản âm thanh. Chúng rất hữu ích bởi

bạn có thể nghe và đọc theo cùng một lúc. Bạn cũng có thể dễ dàng tra các từ vựng chưa biết trong từ điển. Tôi thường phải bảo các học sinh lớn tuổi của tôi đừng cảm thấy quá tự đắc với những cuốn sách thiếu nhi. Bạn sẽ thấy cuốn sách do tiến sỹ Seuss viết thú vị hơn nhiều giáo trình, bởi vì đó là chuyện thực được viết dành cho người bản xứ.

Khi bạn thấy tốt hơn, và trình độ tiếng Anh của bạn cao hơn, bạn có thể nghe các sách nói dành cho thanh niên hay trẻ lớn tuổi hơn. Bạn chỉ cần nghe tiếng Anh thực. Nếu chúng quá dễ nghe, hãy chọn thứ gì khó hơn cho đến khi nó trở nên dễ dàng hơn với bạn. Sau cùng, ở trình độ cao, bạn có thể nghe CNN hay BBC, hay các bộ phim Mỹ, Anh, Úc,... Nhưng, đó là trình độ cao. Hãy bắt đầu với những tài liệu dễ dàng.

Bằng cách tập trung vào các tài liệu tiếng Anh thực, bạn sẽ quen dần với ngôn ngữ mà người bản xứ sử dụng. Bạn không học một loại ngôn ngữ đặc biệt dành riêng cho học sinh. Bằng cách nghe tiếng Anh thực, bạn sẽ đảm bảo rằng bạn đang học ngôn ngữ hữu ích được sử dụng trong đời sống thực. Cùng lúc đó, do các tài liệu bạn sử dụng là thực, nên bạn cũng học được các thành ngữ và văn hóa – chúng đóng vai trò rất quan trọng trong quá trình giúp bạn hiểu tiếng Anh nói.

Tôi đã tạo một phiên bản sách nói cho cuốn sách này, vậy bạn có thể sử dụng cuốn sách này để thực hành tiếng Anh. Hãy xem chi tiết ở phần cuối sách.

Các tài liệu nghe thực sẽ giúp bạn tiến bộ nhanh hơn trong các kỳ thi như TOEFL. Một nghiên cứu được tiến hành bởi tiến sỹ Ashley Hastings đã phát hiện ra rằng những học sinh học các tài liệu thực (sách, phim ảnh, chương trình truyền

hình) tiến bộ nhiều hơn 35% so với những học sinh học tập trong các khóa học ôn thi TOEFL với các bài thi mẫu.

Với việc đọc thì sao? Việc nghe là trọng tâm của bạn, việc đọc các tài liệu thực cũng rất quan trọng. Với việc đọc, bạn hãy tuân theo các nguyên tắc tương tự mà bạn sử dụng với các tài liệu nghe thực. Bạn hãy đọc các cuốn truyện hay tiểu thuyết tiếng Anh đơn giản. Bạn hãy chọn các cuốn sách thú vị. Hãy chọn thứ gì đó bạn yêu thích, thứ gì bạn thấy thú vị - có thể các câu truyện lãng mạn hay phiêu lưu hay bất kỳ đề tài hay loại nào bạn thấy thích thú.

Tiến sỹ Krashen gọi điều này là “đọc tự nguyện” và đây là cách hiệu quả nhất để tăng thêm vốn từ vựng của bạn. Việc đọc các tài liệu thực đã được chứng minh là làm tăng vốn từ vựng nhanh hơn là học các danh sách từ. Như bạn sẽ thấy ở chương tiếp theo, loại hình đọc này cũng là hoạt động tốt nhất mà bạn có thể thực hiện để cải thiện khả năng viết của mình. Nghiên cứu đã chỉ ra rằng đọc và nghe để giải trí cũng giúp cải thiện kết quả thi TOEFL.

Tôi luôn khuyến khích học sinh của tôi hãy bắt đầu với các cuốn tiểu thuyết thiếu nhi, thường là sách gì đó cho học sinh tiểu học hay trung học. Đối với những người bắt đầu, việc đọc phân loại cũng có thể rất hữu ích. Tôi cũng thích các bộ sách như Goosebumps, The Hardy Boys và Nancy Drew. Các bộ sách này gồm rất nhiều cuốn, có thể lên đến hơn 30 cuốn. Chúng rất dễ đọc và sẽ giúp bạn cải thiện khả năng viết, tốc độ đọc và tăng thêm vốn từ vựng của mình.

Khi bạn đã tiến bộ, bạn sẽ tìm đến những cuốn sách và các bài nghe khó hơn. Một phương pháp là hãy tìm một tác giả mà bạn yêu thích và sau đó đọc tất cả cuốn sách của ông/

bà ấy. Chẳng hạn, nếu bạn thích truyện kinh dị, bạn có thể đọc những cuốn sách của Stephen King. Nếu bạn thích lãng mạn, sao lại không đọc các sách của Danielle Steele? Sẽ tốt hơn nếu bạn có thể tìm các phiên bản sách nói. Đến khi bạn đọc hết toàn bộ bộ sách, các kỹ năng tiếng Anh của bạn chắc chắn sẽ tiến bộ rất nhiều.

Trong các khóa học Effortless English™ của tôi, tôi thường tập trung vào các chủ đề như tự phát triển cá nhân và thành công. Tôi muốn các thành viên tập trung vào các chủ đề này và tiếng Anh thực trong bài học của tôi, không phải là vào các thành phần của ngôn ngữ. Bạn càng thích thú với một đề tài trong thế giới thực, thì bạn càng dễ học tiếng Anh.

Thực ra, hoàn hảo nhất là khi bạn quá chú tâm đến một chủ đề tới mức hoàn toàn quên đi rằng bạn đang nghe hay đọc tiếng Anh. Khi điều này xảy ra, việc học ngôn ngữ sẽ được thực hiện mà hoàn toàn không cần đến bất kỳ nỗ lực gì.

Quá dễ? Quá khó? Hay vừa sức?

Bằng cách nào bạn quyết định nên nghe hay đọc tài liệu gì? Học sinh của tôi thường lo rằng họ chọn một tài liệu quá dễ. Lời khuyên của tôi là: tốt nhất bạn nên chọn một tài liệu mà bạn có thể hiểu được mà không gặp quá nhiều khó khăn, nhưng bạn phải cố gắng đôi chút. Các nhà ngôn ngữ học gọi điều này là "comprehensive input plus one" (đầu vào vừa mức cộng một) để mô tả một loại tài liệu chỉ ở trên một trình độ so với trình độ hiện tại của bạn. Họ tin rằng các học sinh học ngôn ngữ thứ hai tốt nhất khi họ cảm thấy căng thẳng mức độ thấp và thấy thích thú với chủ đề đang được thảo luận.

Một thử nghiệm mức khó đơn giản là bạn có cần đến từ điển hay không. Bạn nên đọc và nghe nhanh, chỉ với một vài từ bạn chưa biết trên mỗi trang. Bởi vì bạn hiểu được hầu hết tài liệu, nên bạn có thể đoán nghĩa của những từ chưa biết mà không cần dừng lại. Hãy tiếp tục bởi vì cuối cùng, bạn cũng sẽ gặp lại những từ mới đó. Khi bạn gặp lại, bạn sẽ đoán nghĩa của từ đó, thậm chí sẽ chính xác hơn. Sau cùng, bạn sẽ học được từ mới này chỉ bằng cách trải nghiệm tiếng Anh thực mà không cần sử dụng từ điển.

Khi bạn nghe tài liệu tiếng Anh thực, bạn sẽ tiếp thu được tiếng Anh thực mà những người Mỹ, Canada, Úc, Anh,... thực sự sử dụng. Đó cũng chính là cách làm thế nào để chúng ta có thể nói tiếng Anh thực sự. Bằng cách, thay vì sử dụng những cuốn sách giáo trình, bạn hãy chuẩn bị cho mình để giao tiếp được trong thế giới thực. Khi ai đó chào bạn ở ngoài phố, bạn sẽ hiểu họ nói gì. Khi ai đó sử dụng các thành ngữ phổ biến, bạn sẽ hiểu họ nói gì. Sau cùng, bạn cũng sẽ hoàn toàn hiểu được các chương trình truyền hình và những bộ phim.



Quy tắc thứ sáu là chìa khóa: học tiếng Anh thực.

BÍ QUYẾT THỰC HÀNH

HỌC CÁC ĐOẠN HỘI THOẠI TỰ NHIÊN

Tại San Francisco nơi tôi sống, tôi đã gặp rất nhiều học sinh có điểm số và xếp hạng cao trong các bài thi tiếng Anh ở các lớp học tiếng Anh. Tuy nhiên, khi họ ngồi ở quán ăn, họ lại không thể hiểu những người xung quanh đang nói gì. Họ hoàn toàn không hiểu những người Mỹ bình thường nói gì.

Họ đã được dạy tiếng Anh chính thống và học thuật - tập trung chủ yếu vào các quy tắc ngữ pháp. Tôi nghĩ rằng việc này hoàn toàn không đem lại kết quả tích cực.

Các hội thoại phổ biến, tự nhiên nên là thứ đầu tiên bạn học. Xét cho cùng, nhu cầu đầu tiên là có thể giao tiếp với người khác. Bạn muốn nói chuyện với mọi người trong quán ăn. Bạn muốn kết bạn và hiểu họ đang nói gì. Bạn muốn nói chuyện với đồng nghiệp của mình. Bạn muốn hiểu được các chương trình truyền hình và các bộ phim.

Tiếng Anh thông thường nên là thứ bạn cần học đầu tiên ...sau đó, nếu cần thiết, hãy tập trung vào tiếng Anh học thuật.

Để giúp bạn, chúng tôi có một tập hợp các hội thoại tự nhiên, thực tế được ghi âm lại. Đây là những hội thoại thực của tôi với bạn bè, gia đình và đối tác kinh doanh. Chúng tôi không đọc kịch bản. Chúng tôi cũng không phải là diễn viên. Bạn sẽ học được tiếng Anh thực mà chúng tôi sử dụng hàng ngày - bao gồm tiếng lóng, thành ngữ, câu chửi thề, lời nói đùa, đặc điểm văn hóa, ...

Bạn cũng sẽ nghe thấy nhiều từ đệm (như “ah”, “um”, “you know”, “like”), chúng là những thành phần phổ biến của tiếng Anh mà không xuất hiện trong các giáo trình. Bạn sẽ nghe thấy nhịp điệu tự nhiên của tiếng Anh – cách chúng ta đi về sau và về trước, cách chúng ta sử dụng các cụm từ và cách chúng ta ngắt lời người khác.

Chúng tôi có tất cả các hội thoại đều được phiên âm ra và bao gồm các ghi chú để giải thích nghĩa của các từ lóng, thành ngữ, ...những thứ này bạn không thể tìm thấy trong từ điển. Chúng tôi làm điều này bởi vì nó rất cần thiết. Thực ra, nó có thể là nhu cầu lớn nhất mà các thành viên học tiếng Anh cần.

Tôi cùng những người bạn đã xây dựng một khóa học dựa vào các hội thoại này với bài khóa và lời giải thích. Bạn có thể tìm thấy các tài liệu này tại

www.learnrealenglish.com

Chương

15

**Quy tắc thứ bảy: Học tiếng Anh
với các câu chuyện hấp dẫn**

Mục đích ban đầu của Effortless English™ là dạy bạn cách nói và hiểu tiếng Anh một cách nhanh chóng, chính xác và tự động. Phần “tự động” là phần đặc biệt của phương pháp này với nhiều phương pháp khác và tự động xuất phát từ việc tư duy trong tiếng Anh.

Khi bạn tư duy trong tiếng Anh, bạn sẽ không cần phải dịch nữa. Bạn không cần phải nghĩ đến ngữ pháp hay phát âm nữa. Ngôn ngữ đã trở thành một phần trong con người bạn, giống như tiếng mẹ đẻ của bạn vậy.

Ở giai đoạn này, bạn đã đạt được trình độ học tiếng Anh mà không cần cố gắng. Bạn hiểu được ngay mà không có chút căng thẳng nào. Bởi vì bạn tư duy trong tiếng Anh, nên từ vựng sẽ tuôn ra từ miệng bạn một cách nhanh chóng và dễ dàng. Bạn sử dụng ngữ pháp chính xác, tuy nhiên không bao giờ phải nghĩ đến các quy tắc ngữ pháp. Nếu ai đó hỏi bạn làm điều này như thế nào, bạn sẽ nói là “Tôi không biết. Tôi chỉ biết điều gì nghe đúng thôi.”

Tốc độ là sự thay đổi rõ rệt nhất ở giai đoạn này. Bạn có thể hiểu và đáp lại tức thì. Không còn chút ngập ngừng nào. Sự căng thẳng, cố gắng, hoài nghi và sự mơ hồ - hoàn toàn biến mất. Bạn giống như một cầu thủ bóng đá chuyên nghiệp, thực hiện động tác đầy sức mạnh và sự uyển chuyển.

Ở điểm này trong quá trình thuần thục ngôn ngữ, bạn đã tiếp thu được phần lớn hệ thống Effortless English™. Bạn chỉ cần có một quy tắc duy nhất để học và tôi giữ lại điều tốt nhất cho sau cùng.

Quy tắc thứ bảy là một phương pháp giúp cải thiện tốc độ. Vậy quy tắc này là gì? Các câu chuyện nghe và trả lời

(listen-and-answer stories). Đó là quy tắc thứ bảy và cũng là quy tắc cuối cùng của Effortless English™. Hãy học để tư duy trong tiếng Anh với các câu chuyện nghe và trả lời.

Các câu chuyện nghe và trả lời, hay đôi khi tôi còn gọi chúng là các câu chuyện nhỏ. Bạn còn nhớ thời gian trước đây khi bạn học tiếng Anh ở trường không? Bạn có thể rất quen với các bài tập nghe và nhắc lại. Bạn biết đấy, khi giáo viên nói, "Repeat after me. Hi, how are you?" Và cả lớp đồng thanh, "Hi, how are you?" Khi đó giáo viên sẽ tiếp tục, "I'm fine, and you?" Sau đó, cả lớp lại đồng thanh nói, "I'm fine, and you?" Đây chính là nghe và nhắc lại. Đó là một cách học tiếng Anh truyền thống. Nhưng, cách này không hề hiệu quả.

Tại sao? Khi bạn nghe và nhắc lại, bạn không cần tư duy trong tiếng Anh. Bạn hoàn toàn không cần tư duy. Bạn chỉ cần nhắc lại những điều giáo viên nói. Bạn thậm chí không cần hiểu bạn đang nói gì, nhưng bạn vẫn nhắc lại. Đó là một bài tập không cần động não và không mang lại nhiều lợi ích.

Bây giờ, sau khi đã làm quen với việc nghe và nhắc lại ở các lớp học truyền thống, giáo viên đôi khi sẽ hỏi bạn một số câu hỏi để bạn có thể đáp lại bằng những câu trả lời bạn đã được học. Chẳng hạn, thay vì yêu cầu bạn nhắc lại, giáo viên sẽ hỏi là: "How are you?" Bạn sẽ nói là "I'm fine, and you?" Việc này có đôi chút hiệu quả hơn, vì ít nhất bạn cũng trả lời câu hỏi chứ không chỉ nhắc lại các cụm từ mà đôi khi bạn không hiểu.

Vấn đề là chúng là những câu trả lời theo kịch bản. Khi giáo viên hỏi "How are you?" Bạn sẽ luôn luôn nói là "I'm fine, and you?" Bạn đã biết giáo viên định nói gì và bạn cũng biết chính xác bạn sẽ nói gì rồi. Tuy nhiên, các hội thoại thực

tế thường không thể đoán trước. Bạn không bao giờ biết được điều gì sẽ xảy ra tiếp theo. Bạn phải sẵn sàng cho bất kỳ điều gì. Các câu chuyện nghe và trả lời có hiệu quả hơn nhiều.

Có lẽ câu hỏi đầu tiên mà chúng ta sẽ hỏi là “Tại sao lại là các câu chuyện?” Ở Quy tắc thứ năm, tôi đã dạy bạn về các câu chuyện theo điểm nhìn. Ở Quy tắc thứ sáu, tôi khuyến khích bạn đọc và nghe các tài liệu thực, đặc biệt các câu chuyện. Bây giờ, tôi lại nói với bạn rằng chìa khóa để nói tiếng Anh một cách tự động là các câu chuyện nghe và trả lời.

Các câu chuyện có sức mạnh rất lớn, bởi vì chúng là một phương pháp lý tưởng để truyền đạt thông tin đến bộ não. Loài người đã sử dụng các câu chuyện để dạy và học trong hàng ngàn năm trước khi phát minh ra chữ viết. Điều gì khiến chúng có sức mạnh lớn đến vậy?

Các câu chuyện rất giàu cảm xúc. Chúng ta yêu các vị anh hùng và ghét những kẻ xấu, và điều này rất quan trọng bởi vì cảm xúc sẽ tạo ra trí nhớ mạnh hơn. Đó là lý do tại sao các tôn giáo đã sử dụng các câu chuyện trong hàng ngàn năm để truyền dạy các nguyên tắc của họ. Các câu chuyện không chỉ giúp dạy các nguyên tắc một cách trực tiếp mà các câu chuyện còn tạo ra ấn tượng sâu sắc và mạnh mẽ hơn.

Và khi câu chuyện được xây dựng mang tính kỳ lạ, hài hước, hay giàu cảm xúc, nó sẽ dễ ghi nhớ hơn rất nhiều. Đó là lý do tại sao các câu chuyện nghe và trả lời thường sử dụng các nhân vật kỳ lạ và các sự kiện phóng đại. Câu chuyện nào dễ ghi nhớ hơn: một người bình thường với mái tóc nâu, hay một người chỉ cao một mét với mái tóc xanh? Nếu bạn bắt gặp cả hai ở một bữa tiệc, một năm sau bạn sẽ có thể ghi nhớ ai?

Thông thường, đó là người với đặc điểm “không bình thường”.

Bên cạnh việc mang tính kỳ lạ, hài hước, hay phóng đại, các câu chuyện nghe và trả lời cũng sử dụng một kỹ thuật rất đặc trưng được gọi là “hỏi chuyện”. Xin lưu ý rằng tôi không hề nói là kể chuyện. Tôi nói là hỏi chuyện. Đây là kỹ thuật do Blaine Ray phát triển. Ông đã tạo ra câu chuyện bằng cách hỏi thật nhiều những câu hỏi rất đơn giản và dễ trả lời. Tại sao?

Bởi vì các câu hỏi rèn luyện cho bạn cách hiểu và trả lời nhanh hơn. Một câu chuyện nghe và trả lời không phải là một hoạt động thụ động. Bạn phải liên tục hiểu được vô số những câu hỏi và phải trả lời chúng tức thì. Giáo viên sẽ dần dần xây dựng câu chuyện bằng cách bổ sung thêm các chi tiết.

Một đặc điểm quan trọng của những câu chuyện này là các câu hỏi phải rất dễ và câu trả lời của bạn phải ngắn gọn. Hầu hết câu trả lời của bạn chỉ gồm vài từ. Trọng tâm của những câu chuyện này là tốc độ, chứ không phải độ dài. Nhớ rằng, để đạt được trình độ nói tiếng Anh cao nhất, bạn phải thật nhanh. Bạn phải hiểu và trả lời tức thì.

Khi bạn nghe, đôi khi giáo viên sẽ hỏi bạn một câu hỏi mà bạn không biết câu trả lời. Khi điều này xảy ra, bạn được khuyến khích hô to lời phỏng đoán của mình.

Vậy, quá trình này là một chuỗi các câu hỏi và trả lời không ngừng. Thông qua quá trình này, bộ não phân tích chậm chạp của bạn sẽ bị lấn át. Bởi vì có quá nhiều câu hỏi và bạn phải trả lời rất nhanh, nên bạn sẽ không có thời gian để nghĩ về ngữ pháp, từ vựng hay những thứ khác. Đây chính là cách mà các câu chuyện nghe và trả lời rèn luyện tốc độ nói của bạn.

Khi bạn sử dụng những câu chuyện nghe và trả lời này,

bạn sẽ tự dạy mình cách hiểu và trả lời nhanh. Bạn sẽ phải nói nhanh và tự động mà không cần nghĩ đến “Từ này có nghĩa là gì?” Đó là lý do tại sao những câu chuyện này lại có sức mạnh lớn đến vậy. Bạn học cách tư duy trong tiếng Anh, và bạn học cách nói nhanh mà không cần phải dịch.

Các câu chuyện nhỏ này hoạt động như thế nào?

Tôi sẽ đưa cho bạn một ví dụ rất dễ và đơn giản về các câu chuyện nghe và trả lời này, chỉ gồm vài câu. Bây giờ, hãy tưởng tượng bạn có một câu chuyện nhỏ về một con khỉ. Trong các câu chuyện nghe và trả lời, nó sẽ hoạt động theo cách này. Với vai trò một giáo viên, tôi sẽ nói “Class, there was a monkey. Was there a monkey?” Bạn sẽ nói to là: “Yes!” Bạn cũng có thể nói là, “Yes, there was a monkey!” nhưng câu trả lời với một từ là đủ rồi.

Sau đó, tôi sẽ nói là, “Was there a monkey or was there a girl?” Bạn sẽ nói ngay là: “A monkey – a monkey”

Và tôi sẽ nói là, “Ah, so there was a monkey?” Thêm một lần nữa, bạn sẽ nói to là: “Yes, a monkey”.

Tôi sẽ nói là, “Ah, I see there was a monkey. What is his name?” Bạn không biết câu trả lời, vậy bạn hãy đoán nhanh – John hay Jim – hay bất kỳ cái tên nào – bạn sẽ nói to câu trả lời nhanh nhất có thể.

“Actually,” Tôi sẽ nói là “His name was Reggie. Was Reggie a monkey or was Reggie a girl?” Và bạn sẽ nói lại “A

monkey!”

Việc này sẽ tiếp tục trong ít nhất 20 phút, và dần hình thành câu chuyện. Tôi sẽ tiếp tục hỏi thêm câu hỏi, và bởi vì bạn phải liên tục trả lời các câu hỏi, nên bạn sẽ học cách tư duy trong tiếng Anh. Bạn học cách phản hồi, trả lời ngày càng nhanh hơn trong tiếng Anh. Tất nhiên, ví dụ này rất đơn giản. Các bài học thực tế của tôi với những câu chuyện nhỏ này thường dài hơn và thú vị hơn rất nhiều, và cũng có nhiều câu hỏi hơn (Bạn có thể tải bài học mẫu Effortless English™ miễn phí, bao gồm cả câu chuyện nghe và trả lời, tại <http://EffortlessEnglishClub.com/point-of-view-grammar>.) Và khi bạn sử dụng những bài học này, bạn sẽ dần dần tự rèn luyện bản thân để tư duy trong tiếng Anh.

Các câu chuyện nghe và trả lời là một dạng bài tập giúp bộ não vận động. Bởi vì chúng là những câu chuyện, nên bạn có thể hình dung được điều đang diễn ra. Bạn học được các cụm từ, ngữ pháp và từ vựng trong một ngữ cảnh có ý nghĩa. Bởi vì những câu chuyện này thường mang yếu tố kỳ lạ và hài hước, nên bạn sẽ ghi nhớ tiếng Anh sử dụng trong đó lâu hơn. Bởi vì bạn phải liên tục trả lời câu hỏi, nên bạn sẽ học được cách tư duy và phản hồi trong tiếng Anh ngày càng nhanh hơn.

Thực ra, một câu chuyện nghe và trả lời tốt phải kết hợp một cách khéo léo cách thành phần của hệ thống Effortless English™ thành một công cụ học tập hiệu quả. Tôi biết rằng đây là công cụ tốt nhất để giúp cải thiện nhanh trình độ tiếng Anh nói.

Các hiểu biết về văn hóa giúp bạn nói lưu loát hơn như thế nào?

Khi tôi sáng tạo các câu chuyện nhỏ này, tôi thường cố gắng thêm các yếu tố hài hước hay lạ kỳ để khiến chúng dễ nhớ hơn. Tôi cũng cố gắng phản ánh nền văn hóa Mỹ, như bạn sẽ thấy trong ví dụ thực hành ở cuối chương này.

Tại sao tôi làm điều này? Nghiên cứu đã chỉ ra rằng bạn sẽ học ngôn ngữ nhanh hơn nếu bạn bắt đầu có hiểu biết về văn hóa của ngôn ngữ đó. Chẳng hạn, theo tiến sĩ Stephen Krashen và trái ngược với các quan niệm phổ biến, những người học tiếng Anh khi đã trưởng thành có thể phát triển giọng hoàn hảo. Điều kì diệu họ không phải là không thể tạo ra các âm mới, mà thay vào đó là sự kết nối giữa đất nước của họ và nền văn hóa của ngôn ngữ mới. Khi một đứa trẻ đến Mỹ và học tiếng Anh, đứa trẻ thực sự muốn hòa nhập vào xã hội Mỹ, nên họ sẽ làm mọi thứ có thể để trở nên giống người Mỹ. Trái lại, người trưởng thành có nhiều bản sắc được hình thành hơn và có xu hướng duy trì nền văn hóa bản xứ của họ. Tuy nhiên cũng có cách để làm được điều này. Điều tuyệt vời nhất bạn có thể làm khi cố gắng học tiếng Anh đó là tìm ra một số nét văn hóa Mỹ mà bạn thực sự thích thú (hoặc văn hóa Anh hoặc Úc, nếu như bạn học tập tại những nơi này), và hãy hòa mình vào trong những nét văn hóa ấy. Đó có thể là bất cứ thứ gì - âm nhạc, điện ảnh, ẩm thực, nghệ thuật,... - miễn là bạn cảm thấy thích thú. Điều này đặc biệt hữu ích nếu như bạn có thể nhận ra những điểm độc đáo trong nền văn hóa đó, ví dụ như môn bóng bầu dục ở Mỹ chẳng hạn. Nhưng điều quan trọng nhất là bạn nên kết nối và chia sẻ mối quan tâm của mình với những người bản địa cũng có cùng sở thích với bạn.

Hãy thử và bạn sẽ thấy. Điều này không chỉ giúp bạn giao tiếp trôi chảy hơn mà còn giúp cho việc phát âm trở nên chính xác hơn.

Cử động và những mẫu truyện ngắn

Trong các chương trước tôi đã đề cập đến mức độ quan trọng của việc vận động. Hệ thống phản ứng thể chất toàn diện (TPR) của tiến sĩ James Asher cũng nhấn mạnh mối quan hệ giữa các cử động và việc học. Phương pháp TPRS (Phản ứng thể chất toàn diện thông qua kể chuyện) của Blaine Ray cũng liên kết việc cử động với các câu chuyện. Effortless English™ sử dụng cả hai phương pháp.

Khi tôi giảng dạy trực tiếp, một trong những điều đầu tiên tôi hay nói với các học viên của mình là họ cần phải lắng nghe một câu chuyện bằng cả cơ thể. Phần lớn sức mạnh (nghe và trả lời) của các mẫu truyện ngắn xuất phát từ cách bạn phản ứng với câu chuyện mạnh mẽ ra sao.

Trong bất kỳ mẫu truyện ngắn nào (nghe và trả lời), bạn cũng sẽ chỉ nghe ba loại câu. Và bạn nên đưa ra những câu trả lời đặc biệt tương ứng với từng loại câu. Loại đầu tiên là câu trình bày. Câu trình bày không phải là dạng câu hỏi nhưng bạn vẫn nên trả lời bằng cách nói “ahhhhhhhhh”. Hãy nhớ, các cử động và cảm xúc mãnh liệt hơn thì có dấu ấn mạnh mẽ hơn, vì thế đừng chỉ nói “ahhhh”, hãy hét thật lớn và đồng thời hãy cử động cơ thể của mình. Hãy giả vờ như câu trình bày là thông tin thú vị nhất mà bạn từng được nghe! Gật đầu và mỉm cười cũng là cách mà bạn trả lời.

Loại thứ hai là câu hỏi mà bạn đã biết câu trả lời. Khi bạn nghe loại câu này, bạn chỉ muốn hét thật to câu trả lời, sử dụng toàn bộ mọi cử chỉ cơ thể để cho thấy rằng bạn thực sự hào hứng với câu hỏi kiểu này. Hãy tỏ ra thật khoa trương. Vung tay thật cao khi bạn trả lời “Có”!

Loại thứ ba và cũng là loại câu cuối cùng mà bạn được nghe trong những câu chuyện ngắn, đó là câu hỏi mà bạn không biết câu trả lời. Như đã đề cập trước đó, trong trường hợp này, mọi việc bạn cần làm là hét thật to dự đoán của bạn, càng nhanh càng tốt. Và cũng giống với các loại câu khác, hãy nói to ước đoán của mình và thực hiện các điệu bộ phóng đại mà bạn có thể làm.

Sự kết hợp giữa tốc độ, tiếng hét và động tác sẽ có tác động ghi nhớ câu. Thay vì chỉ tạo ra âm thanh, bạn hãy thể hiện cả âm thanh, cử chỉ và cảm xúc. Với cách này, bạn sẽ không cần phải lặp đi lặp lại quá nhiều mà vẫn ghi nhớ được câu chuyện. Bạn cũng có thể bắt đầu liên kết việc nói tiếng Anh với cảm giác háng hái phấn khích này bởi bạn sẽ đồng thời tạo ra được điểm tựa tích cực.

Sẽ không hề có áp lực đối với những câu chuyện ngắn bởi bất kỳ ai cũng có thể nói có hoặc không. Đó là lý do tại sao mà các câu hỏi được đặt ra luôn cực kỳ dễ. Đây không phải là một bài tập luyện trí nhớ, mà nó là một dạng luyện tập trả lời. Bạn hãy bỏ qua toàn bộ phần phân tích và đi thẳng vào câu trả lời.

Một dạng bài luyện tập khác mà chúng tôi có thể thực hiện được trong các buổi giảng dạy trực tiếp, đó là kể chuyện. Khi học viên được nghe một câu chuyện mà họ biết rất rõ, thì họ sẽ phải kể lại câu chuyện đó cho một người bạn. Học viên sẽ đứng lên và sử dụng toàn bộ cơ thể của mình với những hành vi cử chỉ mạnh mẽ và kể lại câu chuyện thật rõ ràng với giọng đầy hào hứng. Ý kiến đưa ra là hãy kể câu chuyện nhanh nhất có thể, hãy chú ý đến tốc độ, chứ không phải độ chính xác.

Bạn cũng cần phải làm điều sau. Sau khi bạn đã nắm vững câu hỏi và câu trả lời, hãy tắt đài đi, và kể lại câu chuyện

thật to và thật nhanh bằng một trạng thái cảm xúc hăng hái nhất có thể. Hãy kể lại câu chuyện rõ ràng và sử dụng các cử chỉ khoa trương khi bạn kể. Hãy biến việc này thành một trò chơi và lấy mục tiêu là tốc độ. Việc bạn mắc một vài nhầm lẫn nhỏ nhỏ hoặc thay đổi một số chi tiết của câu chuyện vẫn có thể được chấp nhận. Hãy cố gắng luyện khả năng nói của bạn càng nhanh càng tốt.

Vấn đề chính là việc học tốt nhất lại diễn ra khi bạn trong trạng thái cao hứng và tích cực nhất. Những bài học kinh nghiệm sống của tôi cũng giống như “những đại hội nhạc rock bằng tiếng Anh” và mọi người đều luôn có nguồn năng lượng rất lớn. Để tạo được điều này tại nhà, hãy bật thể loại nhạc mà bạn yêu thích. Đóng hết cửa để không ai có thể nhìn thấy. Giò thì hãy nhảy vòng quanh ngay trước khi bạn bắt đầu kể câu chuyện của mình, cảm nhận cơ thể tràn đầy năng lượng, và bắt đầu lắng nghe câu chuyện. Khi bạn kể câu chuyện, hãy thật hào hứng, thật say mê. Hét thật to câu trả lời và kết thúc bằng việc kể câu chuyện thật nhanh. Nên nhớ, bạn càng trả lời nhiệt huyết, càng sử dụng nhiều năng lượng, thì bạn càng tiếp thu được nhiều.

Bài tập thực hành

Sau đây là một câu chuyện ngắn nâng cao hơn, không có câu hỏi. Chú ý: các từ in đậm là phần từ vựng tôi đã dạy trước cho các học viên của mình tại buổi hội thảo. Tôi đã đưa vào một phần bản ghi chép để bạn có thể hiểu được.

Để nghe phiên bản đầy đủ của bài học này, bao gồm cả

phần câu hỏi, hãy truy cập: <http://effortlessenglishclub.com/point-of-view-grammar>

Hãy lắng nghe và trả lời câu hỏi trong truyện ngắn sau:

CUỘC ĐUA

5h chiều, và Allen đang đi xe máy trong khu vực San Francisco. Anh ta chạy xe xuống phố Van Ness và dừng tại một điểm **đèn báo giao thông**.

Một chiếc Ferrari phóng lên **đậu** ngay cạnh Allen. Người lái xe đeo kính râm và **nhìn** Allen.

Allen quay lại và nhận ra người lái xe chính là Tom!

Tom nhìn Allen **cười chế nhạo**: “Đợi đèn chuyển sang màu xanh, chúng ta đua nhé.”

Allen đồng ý: “Được rồi, **tùy anh thôi!**”

Tom kênh kiệu: “Tôi sẽ cho anh **hít khói!**”

Allen trả lời: “Như anh muốn. Tôi sẽ thắng anh và cả cái **xe cà tàng** kia nữa”

Allen và Tom đều chờ tín hiệu đèn, Họ bắt đầu **rồ ga**.

Đột nhiên, đèn chuyển sang màu xanh. Allen và Tom **lao vút** đi. Họ **phóng** hết tốc độ hướng về Van Ness. Tom đang thắng thế.

Nhưng bất thành linh, đèn xanh đỏ nhấp nháy ngay sau xe Tom – đó là xe cảnh sát. Họ buộc Tom dừng xe lại. Allen chạy vượt qua Tom và cười khoái chí. Anh hét lớn: “**Chúc anh bạn may mắn lần sau!**”

Allen là người chiến thắng!

Hãy tải phiên bản audio của câu chuyện, bao gồm cả câu

hỏi. Nghe và trả lời câu chuyện mỗi ngày, khoảng 7 ngày hoặc hơn (và nhớ, nghe và trả lời càng nhiều càng tốt, bởi bạn sẽ được học kỹ hơn). Mỗi lần nghe và trả lời xong, hãy tắt đài và kể lại câu chuyện nhanh nhất có thể. Bạn sẽ nhận ra khả năng nói của mình tiến bộ hơn từng ngày.

Chương

16

**Kế hoạch học tiếng Anh thường
ngày của bạn**

Vậy bạn đã sẵn sàng để học nói tiếng Anh một cách dễ dàng chưa? Bạn đã sẵn sàng với tinh thần thư giãn và tự tin mỗi khi nói tiếng Anh chưa? Bạn đã sẵn sàng quên đi ngữ pháp tiếng Anh, các loại sách bài tập, danh sách từ vựng dài dằng dặc, các tờ bài tập và các bài luyện tập thực hành khô khan chưa? Bạn đã sẵn sàng để tái khám phá niềm vui thích khi học tiếng Anh chưa? Bạn đã sẵn sàng để tập trung vào các mục tiêu có thể truyền cảm hứng cho bạn chưa? Bạn đã sẵn sàng giao tiếp với những người thực sự chưa? Bạn đã thực sự sẵn sàng “chơi với tiếng Anh” thay vì phải học ngôn ngữ này chưa?

Giờ đây, bạn đã biết cốt lõi của hệ thống Effortless English™. Tôi đã lập ra một kế hoạch để giúp bạn học nói tiếng Anh một cách tự nhiên, trôi chảy và thực sự dễ dàng. Bằng việc tận dụng những nghiên cứu mới nhất và những kinh nghiệm của bản thân sau hơn hai thập kỷ dạy tiếng Anh cho hàng nghìn học viên trên khắp thế giới, tôi sẽ chỉ ra cho các bạn thấy vì sao các phương pháp dạy truyền thống lại không hiệu quả. Nếu như bạn đã phải “vật lộn” với môn tiếng Anh trong một thời gian, thì tôi cũng sẽ cố gắng giúp mang lại hy vọng cho bạn. Đây không phải là do bạn học kém, hãy tin điều đó. Chỉ là bạn chưa được dạy đúng cách, học theo cách tự nhiên nhất.

Khi bạn học tiếng Anh một cách tự nhiên – theo cách của Effortless English™ – bạn sẽ thoát ra khỏi các giáo trình đào tạo tiềm ẩn. Bạn không còn cần phải dựa vào sách bài tập hay những bài luyện tập lặp đi lặp lại nữa. Thay vào đó, bạn có thể sử dụng phương pháp đơn giản của hệ thống Effortless English™ như sau:

- ★ Luôn giữ trạng thái cảm xúc tích cực với tiếng Anh.
- ★ Thay thế những niềm tin hạn chế bằng niềm tin mãnh liệt hơn.
- ★ Luôn tăng cường năng lượng và cử động khi học
- ★ Định hướng và kiểm soát các hành động bên trong
- ★ Tập trung học các cụm từ chứ không phải các cụm từ đơn lẻ.
- ★ Không học ngữ pháp
- ★ Học bằng tai, chứ không phải bằng mắt; dành 80% thời gian học vào việc nghe.
- ★ Học thật kỹ; luôn sẵn sàng dành thời gian và lặp lại nhiều lần nếu thấy cần thiết để có thể thực sự làm chủ khả năng nói tiếng Anh.
- ★ Tận dụng các câu chuyện ngắn để học ngữ pháp.
- ★ Học tiếng Anh thực thụ bằng cách tập trung vào các tài liệu tiếng Anh đáng tin cậy mà người bản địa tin dùng.
- ★ Học cách tư duy bằng tiếng Anh với các câu chuyện luyện nghe và trả lời, việc này sẽ giúp bạn luyện khả năng trả lời các câu hỏi mà không cần dịch nghĩa.

Bảy quy tắc này chính là chìa khóa cho phương pháp học của Effortless English™. Phương pháp này chính là động cơ hướng bạn đến việc sử dụng tiếng Anh một cách thuần thục. Tuy nhiên, cũng giống như bất kỳ động cơ tốt nào khác, phương pháp của Effortless English™ chỉ thực sự có tác dụng khi bạn cấp nhiên liệu cho nó. Nhiên liệu mà bạn cần để học tiếng Anh, chính là nguồn năng lượng cảm xúc và động lực mà bạn mang đến cho môn học. Đó là lý do vì sao tôi tập trung rất

nhieu vào khía cạnh tâm lý khi học. Tôi sẽ chỉ cho bạn thấy làm thế nào để sản sinh ra nhiên liệu cảm xúc cần thiết cho việc học tiếng Anh bằng cách đặt ra các mục tiêu lớn. Tôi sẽ thảo luận về việc làm thế nào để cử động và sử dụng ngôn ngữ cơ thể để giúp bạn tiếp thu nhanh hơn. Tôi cũng sẽ chỉ ra cách để biến nỗi sợ hãi của bạn thành năng lượng cần thiết để có thể giao tiếp tiếng Anh thật tự tin và thoải mái.

Tất cả việc bạn cần làm bây giờ là hãy đứng lên và bắt tay vào công việc này. Sau tất cả, nếu chỉ biết về các bước này là không đủ, bạn phải thực hiện chúng. Tuy nhiên, từ “công việc” là từ dùng sai của hệ thống Effortless English™, công việc sẽ trở nên hữu ích nhất khi được kết hợp với một tinh thần vui vẻ. Bạn không còn phải sợ mắc lỗi, không cần phải cố tìm ra “câu trả lời đúng”, và bạn cũng không cần phải căng thẳng mỗi khi đối mặt với các kỳ thi hay điểm số nữa.

Trên thực tế, sẽ không còn là “học tiếng Anh” nữa, mà thay vào đó là “chơi cùng tiếng Anh”. Bạn sẽ tận hưởng trí tò mò tự nhiên của mình. Bạn sẽ được sử dụng những tài liệu thực sự, vui vẻ, hấp dẫn và thú vị. Bạn sẽ cảm thấy tràn đầy năng lượng và vô cùng hứng khởi. Bạn sẽ thả lỏng cơ thể, cử động một cách tự nhiên và sẽ được cười thoải mái khi học.

May mắn là chưa bao giờ có khoảng thời gian nào có thể học tiếng Anh tốt hơn bây giờ, và cũng chưa bao giờ có nhiều nguồn lực sẵn có như bây giờ. Nhờ có Internet, chỉ có một số ít thứ bạn không thể truy cập trực tuyến để sử dụng – bất kể đó là một trang web về học tiếng Anh, hoặc những bài báo, sách vở, âm thanh hay video đều có thể được sử dụng cho việc thực hành tiếng Anh. Thậm chí bạn cũng có thể tìm giáo viên hay

một người bạn ngôn ngữ để cùng học trực tuyến.

Bạn sẽ không còn phải quá phụ thuộc vào trường lớp. Bạn cũng không cần phải đi theo những giáo trình khô khan như trước nữa. Giờ đây, bạn đã có thể tự làm chủ việc học của chính mình. Việc thành thạo tiếng Anh hoàn toàn nằm trong tầm tay của bạn.

Một ngày với Effortless English™

Tôi đã cố gắng hết sức để giải thích về hệ thống Effortless English™. Vào lúc này, có thể bạn đã quyết định rằng bạn thích việc học tiếng Anh theo cách tự nhiên. Bạn muốn giao tiếp tiếng Anh thật dễ dàng. Câu hỏi đặt ra là: Bạn nên bắt đầu như thế nào? Làm thế nào để bạn có thể vận dụng tất cả những gì tôi đã đề cập vào một ngày học tiếng Anh điển hình? Và ngày đó sẽ như thế nào?

Việc bạn hình thành các nghi thức học tiếng Anh hàng ngày là vô cùng cần thiết. Vậy nghi thức là gì? Nghi thức là một thói quen gây cảm xúc, thậm chí là thiêng liêng đối với bạn. Sự tiến bộ của bạn phụ thuộc vào tính nhất quán. Bằng việc liên tục có những tiến bộ nhỏ qua từng tuần, bạn sẽ dần dần tăng tốc tiến đến việc sử dụng tiếng Anh một cách thành thục. Mỗi tiến bộ được xây dựng nên từ những cải thiện trước đó, giúp tạo ra



động lực.

Qua từng tuần, khả năng nghe của bạn sẽ được cải thiện. Trong khi đó, dường như khả năng nói của bạn chưa có tiến triển. Bạn nghe hiểu tốt hơn nhưng kỹ năng nói lại không mấy khác biệt. Nhưng sau đó vài tháng, sẽ có điều bất ngờ xảy ra. Các cụm từ tiếng Anh xuất hiện trong trí nhớ của bạn ngày càng nhiều hơn, nhanh hơn và dễ dàng hơn. Ban đầu, việc các cụm từ tiếng Anh xuất hiện hầu như không xảy ra, nhưng sau mỗi tuần, việc này xảy ra ngày càng nhiều hơn. Cho đến thời điểm qua khoảng 6 tháng, bạn sẽ nhận thấy khả năng nói của bản thân có sự tiến bộ vượt bậc.

Sự tiến bộ này có được là nhờ các nghi thức tập luyện nhất quán thường ngày của bạn. Khi tôi giảng dạy các buổi hội thảo, tôi thường khuyến khích học viên của mình cố gắng tạo thật nhiều nghi thức Effortless English™ vào các buổi sáng, buổi trưa và buổi tối. Ví dụ:

Vào buổi sáng, ngay sau khi thức dậy, hãy bật bản nhạc yêu thích tạo năng lượng cho bạn. Khi nghe thể loại nhạc mình yêu thích, hãy chọn ra trong danh sách các kinh nghiệm tiếng Anh tích cực và các niềm tin tăng cường. Đọc to từng hạng mục trong danh sách, và ghi nhớ trạng thái cảm xúc của mỗi kinh nghiệm tích cực đó. Sau đó, hãy nghĩ về những mục tiêu lớn mà bạn đặt ra cho môn tiếng Anh – bạn sử dụng tiếng Anh như thế nào để có thể tạo ra một cuộc sống tốt đẹp hơn cho bản thân và cho gia đình. Cuối cùng, sử dụng kỹ năng “swish” khoảng 10 lần hoặc hơn để định hướng và lên chương trình cho các việc di chuyển của bản thân.

Vào lúc này, bạn sẽ cảm thấy rất tuyệt, vì vậy bạn đặt bản thân vào trạng thái cảm xúc thăng hoa nhất. Vẫn cứ mở nhạc,

hãy nhảy, cười đùa và la hét cho đến khi bạn cảm thấy thật sáng khoái! Giờ là lúc bạn đã sẵn sàng để nghe tiếng Anh. Bắt một bản nghe dễ trước, lý tưởng nhất là một mẫu truyện ngắn dạng nghe và trả lời, theo sau đó là một vài câu chuyện ngắn khác. Khi nghe, hãy trả lời thật to và sử dụng các hành động, cử chỉ thật thoải mái. Ngay lúc đó, nếu bạn nhận thấy năng lượng của bạn đang giảm sút, hãy bật lại nhạc và tạo ra một trạng thái cảm xúc hưng phấn mới. Sau đó, hãy nghe lại lần nữa.

Nghi thức buổi sáng có thể chỉ mất khoảng 30 phút. Hãy bắt đầu ngày mới thật hứng khởi, và cải thiện khả năng tiếng Anh của bạn. Giờ có lẽ đã đến lúc đi làm hoặc đến trường. Hãy tận dụng khoảng thời gian trên đường đi để nghe tiếng Anh nhiều hơn. Do bạn có thể bị vây quanh bởi những người khác, nên đây là khoảng thời gian tĩnh lý tưởng để nghe audio.

Bạn sẽ có nhiều thời gian rảnh vào buổi trưa hơn, vì vậy hãy dành ra khoảng 30 phút để nghe một mẫu chuyện hoặc một câu chuyện ngắn nhiều lần. Nếu như bạn có không gian riêng, hãy hét thật to câu trả lời như khi bạn thực hiện tại nhà.

Quãng đường về nhà lại là một cơ hội khác để bạn luyện nghe tiếng Anh. Bạn có thể nghe lại phần audio từ buổi sáng. Nếu nhà bạn có trẻ nhỏ, hãy cố gắng tìm ra những khoảng thời gian, luyện nghe khi lũ trẻ nhà bạn đang chơi hoặc ngủ trưa. Nếu bạn đi đâu đó, hoặc đang đứng xếp hàng, hãy nghe tiếng Anh. Hãy cố gắng tận dụng mọi thời gian rảnh bạn có để luyện nghe.

Khi bạn về nhà vào buổi tối, hãy luyện nghe tiếng Anh nhiều hơn. Lý tưởng nhất là hãy chọn ra một thời điểm cố định hàng tối và thực hiện việc nghe cùng một mẫu truyện và cùng

một câu chuyện ngắn trong trạng thái tinh thần hưng phấn nhất. Việc này có thể kéo dài trong khoảng 30 phút. Nếu cần thiết, hãy khóa chặt cửa phòng, hét thật to các câu trả lời và cố gắng dồn toàn bộ năng lượng và cảm xúc vào các câu trả lời đó.

Sau đó, bạn có thể sử dụng các thiết bị hình ảnh, học và luyện tập một cảnh phim bất kỳ. Ngay cả khi bạn đang dở tay với một công việc khác, nấu ăn chẳng hạn, hãy luôn bật đoạn băng tiếng Anh trong lúc đó. Như vậy, bạn có thể luyện Nghe tiếng Anh trong trọn vẹn một ngày.

Thông qua việc xây dựng những thói quen hàng ngày, và chia nhỏ thời gian học của bạn thành bốn hay nhiều khung giờ mỗi ngày, bạn đã tạo ra được khả năng học tiếng Anh tuyệt vời. Ngày tiếp theo, hãy lặp lại chính xác những quy trình đấy. Do bạn muốn học kỹ hơn, hãy bật lại bài nghe, nghe cùng một mẫu chuyện và cùng một câu chuyện ngắn. Nghe cùng một bản audio. Xem cùng một thước phim. Thực hiện việc này trong khoảng bảy ngày hoặc hơn để bạn thực sự có thể thuần thục các bài nghe đó. Tuần tiếp theo đó, hãy bắt đầu lại từ đầu.

Điều tuyệt vời trong các bài học nghe là bạn có thể nghe chúng ở mọi nơi. Bạn có thể đồng thời đọc và nghe. Hoặc bạn có thể vừa tản bộ vừa luyện nghe, hãy chọn cách bạn thấy thoải mái. Dù thực hiện theo cách nào thì điều đấy cũng tốt cho bạn. Hãy bắt tay thực hiện nó ngay hôm nay và bạn sẽ sớm có thể giao tiếp tiếng Anh trôi chảy một cách dễ dàng.

Để đạt kết quả tốt nhất, hãy lập một kế hoạch để rèn luyện bản thân trong vòng 6 tháng. Trong khoảng thời gian đó, hãy nghe tiếng Anh vào bất cứ thời gian nào bạn rảnh. Luôn nhớ mang theo điện thoại hay băng nghe. Tận dụng những lúc

riêng tư để dành cho các mẫu truyện, các câu chuyện ngắn và cả những thước phim nữa. Khi bạn ở nơi công cộng, chỉ cần yên lặng lắng nghe các bản thính thư hoặc những bản thu âm bằng tiếng Anh khác. Hãy biến mỗi khoảnh khắc trong cuộc sống của bạn đắm chìm trong tiếng Anh.

Thói quen nhất quán này là chìa khóa bí mật dẫn bạn đến thành công. Với việc tập trung cao độ trong vòng sáu tháng, khả năng nói tiếng Anh của bạn sẽ có những tiến bộ vượt bậc. Bạn sẽ có thể rèn luyện được sự tự tin và năng lực của bản thân. Có thể khả năng nói tiếng Anh của bạn sẽ không thực sự hoàn hảo, nhưng đừng bận tâm về điều đó, ngay cả những người bản xứ cũng chưa chắc đã có khả năng nói hoàn hảo đó.

Bạn có thể đã học theo các phương pháp truyền thống trong hàng năm trời và không cảm thấy thỏa mãn với kết quả đạt được. Hãy dành ra ít nhất khoảng 6 tháng cho Effortless English™. Trong khoảng thời gian này, hãy chú tâm hoàn toàn vào hệ thống. Sau 6 tháng, bạn sẽ nhận thấy sự tiến bộ và hãy so sánh với kết quả đạt được khi bạn học theo các phương pháp cũ. Bạn sẽ hoàn toàn bất ngờ.

Cuối cùng, bạn có thể sẽ phát triển được khả năng nói tiếng Anh của mình mà không gặp trở ngại nào. Từ vựng sẽ đến với bạn hết sức tự nhiên. Khả năng ngữ pháp cũng được cải thiện đáng kể. Và bạn cũng sẽ có cảm giác tự tin hơn khi sử dụng tiếng Anh.

Chào mừng đến với Effortless English™.

Trong phần cuối của cuốn sách, tôi sẽ thảo luận về các chủ đề nâng cao và các câu hỏi chung thường gặp. Tuy nhiên, bạn không nên quá để ý đến những cách thức nâng cao này cho

đến khi bạn đã dành ít nhất khoảng 6 tháng để trải nghiệm hệ thống Effortless English™ cốt lõi như đã đề cập ở trên. Hầu hết các học viên sẽ chỉ cần đến hệ thống cốt lõi này để phát triển khả năng tiếng Anh của mình.

Học tiếng Anh trực tuyến

Như đã đề cập lúc đầu, trang web có tất cả mọi thứ mà bạn cần để học tiếng Anh trực tuyến. Bạn có thể tìm mua các bài học tiếng Anh, tìm giáo viên riêng, sử dụng từ điển, sao lưu và xem lại các từ mới, cải thiện ngữ pháp tiếng Anh, và tán gẫu với những học viên khác. Bạn có thể thực hiện tất cả những điều này trực tuyến. Điều này thực sự rất quan trọng với những người học ngoại ngữ.

Ngay cả với những học sinh sinh viên gặp khó khăn trong việc tìm cách giao lưu với những người nói tiếng Anh bản địa thì giờ đây họ cũng có thể nghe và nói tiếng Anh hàng ngày chỉ với động tác đơn giản là nhấp chuột đăng nhập vào Internet. Sau đây là một vài lời gợi ý của tôi để có thể nhận được dịch vụ tốt nhất từ trang web:

Tải các bài học tiếng Anh MP3 từ Internet: bước đầu tiên bạn cần làm là tìm các khóa học tiếng Anh trực tuyến tự nhiên. Bạn sẽ muốn các bài học sử dụng tiếng Anh đích thực chứ không phải là các bài học đọc hay ngữ pháp thông thường. Và bạn cũng cần các bài nghe chứ không phải sách giáo khoa.



Các bài học nghe có một số lợi ích sau. Lợi ích đầu tiên đó là bạn có thể tải chúng ngay lập tức. Lợi ích khác là bạn có thể dễ dàng mang theo chúng bên mình, hãy tải các bản nghe vào điện thoại hoặc máy nghe nhạc của mình và bạn có thể học tiếng Anh mọi lúc, mọi nơi. Như bạn đã biết, các bài học nghe nhìn chung sẽ có hiệu quả cao hơn là các bài viết tay.

Tìm kiếm cộng đồng tiếng Anh trực tuyến: Bạn sẽ không cần phải thanh toán các chi phí đắt đỏ cho việc thuê gia sư riêng hay các trung tâm tiếng Anh nữa.

Giờ đây, bạn có thể tìm kiếm được các đối tác giao tiếp tiếng Anh trực tuyến, với giá cả rất phải chăng. Hầu hết các đối tác giao tiếp sử dụng chương trình "chat voice" bởi nó giúp mọi người có thể dễ dàng giao lưu nói chuyện miễn phí với nhau trên toàn thế giới. Vì vậy, bất kể bạn ở đâu, bạn vẫn có thể dễ dàng tìm được một người nói tiếng Anh bản xứ hoặc một người có khả năng giao tiếp tiếng Anh tốt. Một số người còn sử dụng công cụ trò chuyện bằng hình ảnh - điều này thậm chí còn tuyệt hơn!



Một cộng đồng tích cực sẽ hỗ trợ và khích lệ bạn. Bạn sẽ có được những ý tưởng hay ho từ những học viên khác. Bạn cũng có thể kết bạn trên toàn thế giới. Các thành viên của các khóa học tại Effortless English™ đều chủ động tham gia các cộng đồng trực tuyến quốc tế và có thể sử dụng các trang mạng xã hội và các diễn đàn của chúng tôi.

Từ điển tiếng Anh trực tuyến và công cụ lưu từ trực tuyến: Khi sử dụng các bài học tiếng Anh, đôi lúc, bạn sẽ muốn tra các từ mới hoặc tìm bản dịch nghĩa theo ngôn ngữ mà bạn sử dụng. Từ điển trực tuyến

thực sự rất tuyệt vời, nó sẽ giúp bạn làm điều đó - nó nhanh hơn việc đánh máy rất nhiều.

Bạn sẽ cần đến hai loại từ điển. Loại thứ nhất là từ điển tiêu chuẩn. Đây có thể là từ điển dịch nghĩa sang thứ tiếng mà bạn sử dụng hoặc bạn có thể sử dụng từ điển phiên bản tiếng Anh. Loại từ điển khác mà bạn cần dùng đến là từ điển thành ngữ. Từ điển này có chứa các cụm từ thành ngữ tiếng Anh phổ biến mà bạn sẽ không tra được nghĩa trong từ điển tiêu chuẩn.

Âm thanh và hình ảnh: Internet là một tập hợp các tài liệu về âm thanh và hình ảnh xác thực nhất. Như tôi đã nói trong chương trước, bạn có thể tìm kiếm các hình ảnh và âm thanh với mọi chủ đề chỉ bằng một động tác tìm kiếm đơn giản trên Internet. Bạn có thể xem phim Anh, phim Mỹ cũng như các chương trình truyền hình trên nhiều trang web khác nhau.

Ngày càng nhiều học sinh khá có thể nghe hiểu được các bản sao của các cuộc đàm thoại thực tế. Đây là phương pháp tốt nhất dành cho những người cần học giao tiếp thường nhật.

Chương

17

Sức mạnh của đọc sách giải trí

Bạn đang sử dụng hệ thống Effortless English™ mỗi ngày. Bạn hãy dành hầu hết thời gian của mình vào việc lắng nghe các câu chuyện hấp dẫn. Hãy lắng nghe các câu chuyện ngắn thật cẩn thận để học ngữ pháp thật tự nhiên, bạn sẽ tiếp thu được nhiều hơn. Kết quả là khả năng nói tiếng Anh của bạn đang dần cải thiện. Qua mỗi tháng, khả năng nói của bạn sẽ dễ dàng hơn, và không gặp phải khó khăn nữa. Đồng thời, sự tự tin của bạn cũng tăng lên theo. Bạn sẽ dần nắm vững được tiếng Anh cơ bản được hầu hết người bản ngữ sử dụng.

Khi bạn đang trên đà tiến bộ, bạn thậm chí sẽ muốn nâng cao hơn nữa trình độ tiếng Anh của mình. Bạn có thể sẽ muốn học ở nước ngoài như Mỹ hoặc Canada. Có thể bạn cũng sẽ muốn làm việc cho một công ty nước ngoài yêu cầu khả năng tiếng Anh cao. Hoặc có lẽ bạn đang muốn vượt qua một kỳ thi nào đó, như TOEFL, TOEIC hay IELTS chẳng hạn.

Khi bạn đạt được đến điều này, cách tốt nhất để cải thiện kỹ năng đọc tiếng Anh của bạn là gì? Làm thế nào để bạn học đọc nhanh hơn? Làm thế nào để có thể sử dụng kỹ năng đọc để học từ mới được nhanh hơn? Bạn sẽ cải thiện kỹ năng đọc hiểu của mình bằng cách nào? Cách tốt nhất để kết hợp giữa kỹ năng đọc và nghe là gì?

Hầu hết các trường dạy đọc bằng cách sử dụng cách tiếp cận xây dựng kỹ năng học thuật. Điển hình là học sinh có thể đọc các bài đọc khó và sau đó trả lời câu hỏi để kiểm tra khả năng đọc hiểu của bản thân. Các học sinh sẽ được dạy làm thế nào để nhận biết ý chính của bài, làm thế nào để trả lời các câu hỏi dạng khoanh đáp án, và làm thế nào để đoán được nghĩa

của những từ không biết. Sau đó, học sinh có thể được đánh giá thông qua bài làm của mình.

Trong suốt sự nghiệp giảng dạy của tôi, tôi nhận ra rằng hầu hết các học sinh đều không hứng thú với cách tiếp cận này. Tệ hơn nữa, rất nhiều nghiên cứu cho thấy rằng phương pháp này thua kém hơn so với phương pháp tạo nhiều hứng khởi và tự nhiên hơn. Các học sinh sử dụng phương pháp tự nhiên này có khả năng viết tốt hơn, vốn từ vựng rộng hơn, khả năng ngữ pháp chắc hơn và làm tốt hơn trong kỳ thi TOEFL hơn những người học theo phương pháp truyền thống được dạy tại các trường và sách giáo khoa.

Vậy phương pháp tự nhiên này là gì? Nghiên cứu đã chỉ ra rằng, việc đọc với mục đích giải trí chính là phương pháp đọc hiệu quả nhất. Nói cách khác, tất cả những thứ bạn cần làm là tìm đọc những quyển sách tiếng Anh thú vị và có độ khó vừa phải. Bài tập, kiểm tra, các kỹ năng đọc phức tạp, các bài học hay thậm chí là cả những cuốn sách bắt buộc đều không cần thiết.

Việc đọc giải trí dễ dàng với khối lượng lớn

Không có bí mật gì lớn đối với việc luyện đọc tiếng Anh cả. Trên thực tế, các câu trả lời rất đơn giản. Bạn nên tìm đọc những cuốn sách tiếng Anh gây hứng thú và có độ khó vừa phải với bản thân. Bạn nên đọc nhiều những cuốn sách này và nên đọc chúng hàng ngày.

Người ta cũng chỉ ra rằng, khối lượng chính là chìa khóa dẫn đến sự tiến bộ trong việc luyện đọc. Nói cách khác, chìa

khóa cho việc nâng cao khả năng đọc hiểu tiếng Anh chính là đọc nhiều trang sách hơn mỗi ngày và nhiều sách hơn mỗi tháng. Việc chọn những cuốn sách cực khó sẽ phản tác dụng. Nhiều người học nghĩ rằng họ sẽ nâng cao được kỹ năng đọc hiểu của bản thân bằng cách đọc những tài liệu khó nhưng thực tế lại ngược lại. Các tài liệu đọc phù hợp nhất chính là những cái bạn đọc mà không cần sử dụng từ điển.

Nội dung cuốn hút cũng rất quan trọng. Hãy chọn những cuốn sách mà bạn thực sự hứng thú. Đương nhiên, mỗi người có một sự lựa chọn yêu thích khác nhau. Nếu bạn yêu thích khoa học, hãy chọn những cuốn sách không quá khó về khoa học hoặc khoa học viễn tưởng. Nếu như bạn là một người lãng mạn, hãy chọn những cuốn sách tình cảm. Hoặc giả sử bạn say mê truyện tranh, chẳng có lý do gì để bạn không chọn những cuốn truyện tiếng Anh thú vị cả!

Lúc bắt đầu, có thể bạn sẽ cần đọc những cuốn sách được viết riêng cho những người trẻ tuổi. Mỗi tuần hãy cố gắng đọc càng nhiều càng tốt. Bạn càng đọc nhiều những tài liệu hay, khả năng đọc của bạn lại càng được nâng cao. Rồi bạn sẽ sớm đọc được những cuốn tiểu thuyết hay những cuốn sách phi viễn tưởng được viết dành cho người lớn.

Một mũi tên trúng hai đích

Cách tiếp cận tốt nhất với việc đọc sách vui vẻ là kết hợp với việc lắng nghe. Khi bạn nghe và đọc cùng một lúc, bạn đã có được "một mũi tên bắn trúng hai đích". Nói cách khác, bạn đồng thời đạt được cả hai mục tiêu: nâng cao kỹ năng nghe (do vậy nâng cao cả kỹ năng nói) và cải thiện khả năng đọc hiểu.

Bất cứ khi nào có thể, hãy lấy phiên bản audio của cuốn sách mà bạn đang đọc. Hãy đảm bảo đây là nguyên bản. Phiên bản này có mọi từ vựng trong cuốn sách mà bạn đang đọc ở dạng âm thanh. Khi đó, bạn có thể nghe từng chương đồng thời với việc đọc. Bằng cách này, bạn sẽ tự nhiên học được cách phát âm đúng các từ mới mà bạn gặp phải. Bạn cũng sẽ biết cách đọc nhanh hơn bởi bạn phải bắt kịp với giọng của người bản ngữ trong bản audio.

Kết hợp giữa đọc với nghe sẽ giúp tạo lập vốn từ vựng cho cả kỹ năng nói và viết của bạn. Bạn sẽ liên tục học được các cụm từ tiếng Anh mới từ những tài liệu tự nhiên nhất nhưng ở mức độ nâng cao hơn. Khi khả năng tiếng Anh của bạn đã khá hơn thì việc đọc các cuốn tiểu thuyết, các quyển sách và các phiên bản audio phi viễn tưởng lại dần trở nên quan trọng. Ở mức độ cao hơn, bạn có thể dành phần lớn thời gian đọc và nghe các cuốn sách gây hứng thú cho bạn.

Tất cả chi đơn giản như vậy thôi! Hãy đọc những gì bạn yêu thích và đọc thật nhiều. Hãy nghe các bản audio bất cứ khi nào có thể. Đây là cách nhanh nhất và thú vị nhất để cải thiện kỹ năng đọc hiểu tiếng Anh của bạn. Và khi chúng ta bàn đến chương sau, tôi cũng sẽ chỉ ra một cách tuyệt hay để phát triển kỹ năng viết của bạn.

Luyện tập

1. Hãy lên mạng và tìm mua một cuốn tiểu thuyết tiếng Anh dành cho người lớn. Tôi xin gợi ý rằng bạn có thể bắt đầu với tuyển tập các truyện như "Các cậu bé nhà Hardy" hay "Nancy Drew".
2. Mỗi ngày đọc một chương. Và đánh dấu vào lịch số trang mà bạn đọc.

3. Sau một tuần, hãy tăng số trang trung bình đọc hàng ngày lên. Hãy đặt mục tiêu mỗi tuần bạn đọc thêm được một trang nhiều hơn so với tuần trước đó.
4. Khi đọc xong cuốn sách đầu tiên, hãy đọc cuốn sách khác. Tiếp tục việc đọc cho đến khi bạn đọc xong hết cuốn sách mới. Sau đó hãy sẵn sàng đọc những tài liệu khó hơn.
5. Tất nhiên, hãy cố gắng nghe các phiên bản audio của các cuốn sách mà bạn chọn bất cứ khi nào có thể.

Chương

18

**Bí quyết để có kỹ năng
viết tiếng Anh tốt**

Cách đây vài năm, tôi có dạy một lớp viết nâng cao ở San Francisco. Học sinh của tôi đều là người nước ngoài. Họ hy vọng có thể đổ vào một trường đại học tại Mỹ. Họ cũng vừa mới hoàn thành bài luận của mình giải thích lý do vì sao họ lại muốn học tại Mỹ.

Các học viên lần lượt nộp bài làm cho tôi rồi ra về. Tôi ngồi xuống, lấy bài đầu tiên và bắt đầu đọc. Đọc xong đoạn văn đầu tiên, tôi hoàn toàn bị rối trí. Phần mở đầu là cả một mớ hỗn độn. Các câu thì quá dài và phức tạp, và câu nào cũng được viết dưới dạng bị động. Ngữ pháp thì dùng quá rắc rối và hầu như là sai.

Đọc tiếp, thì tôi thực sự phát hoảng. Bài luận của học sinh rất khó hiểu. Tôi thậm chí không hiểu nổi ý chính của người viết là gì. Quá thất vọng, tôi đặt bài đó sang một bên và chọn một bài khác. Với bài đọc thứ hai này, tôi cũng gặp phải vấn đề tương tự. Một lần nữa, học sinh này cũng dùng các câu văn quá dài và phức tạp mà người đọc khó có thể hiểu và theo được. Từ vựng và ngữ pháp cũng bị sử dụng sai và hoàn toàn không phù hợp. Và đương nhiên, tôi cũng không hiểu được cô bé đó muốn diễn đạt điều gì.

Khá là hoang mang, tôi quyết định xem xét kỹ từng bài một và phát hiện ra là họ mắc chung một vấn đề: sử dụng câu quá phức tạp, từ vựng quá học thuật, câu bị động bị lạm dụng quá nhiều, và hoàn toàn không có điểm nhấn hay thông điệp rõ ràng. Các bài luận đó đều không đạt yêu cầu.

"Đây thực sự là một đống lộn xộn!" Tôi đã tự nhủ như thế khi đặt bài cuối cùng xuống.

Vấn đề của viết luận học thuật

Tại sao những bài luận này lại tệ đến vậy, và tại sao chúng lại mắc cùng một lỗi sai? Một lần nữa, câu trả lời nằm ở chương trình giảng dạy trong nhà trường. Mỗi học viên của tôi đều được học viết tiếng Anh tại trường. Trên lớp, họ được dạy về cách viết luận học thuật nhấn mạnh vào các dạng câu phức, từ vựng hàn lâm và thể bị động.

Cả giáo viên và học sinh đều sử dụng cách viết này để cố gắng làm cho bài viết của mình nghe có vẻ trí tuệ. Nhưng sự thực là, cách viết học thuật đó thật sự không ổn. Ví dụ, các bài báo học thuật sử dụng quá nhiều các câu phức mà các câu này dường như được đưa ra để gây nhầm lẫn càng nhiều càng tốt. Học sinh bị ảnh hưởng bởi giáo viên cũng cố để viết theo cách này. Và lớp học ở San Francisco của tôi đã cho thấy hậu quả của phương pháp này thực sự là một thảm họa.

Hãy viết như Hemingway

Trái ngược hẳn với cách viết học thuật, nhà văn đoạt giải Nobel Ernest Hemingway lại là người nổi tiếng với văn phong đơn giản, trực tiếp của mình. Hemingway thường sử dụng những câu ngắn, cụm từ đơn giản, và từ vựng phổ biến để viết nên những câu chuyện tuyệt hay và có sức hấp dẫn mạnh mẽ.

Mặc dù bạn không thể viết như Hemingway, nhưng phong cách viết tổng thể của ông là cách hay nhất mà bạn nên học theo. Đa số người học tiếng Anh có kỹ năng viết khá tệ

là do họ luôn viết quá phức tạp. Họ luôn cố gắng để biến bài viết của mình trở nên thật “uyên bác” nhưng thay vào đó, thì những bài viết đó lại rất khó hiểu. Giải pháp đưa ra đó là hãy viết mang tính chất hội thoại nhiều hơn. Nói cách khác, hãy viết giống như khi bạn nói.

Cách viết đàm thoại cũng tương tự (mặc dù không hoàn toàn) như việc nói. Khi nói tiếng Anh, bạn có xu hướng sử dụng những câu ngắn, đơn giản, rõ ràng và không vòng vo. Bạn diễn đạt ý nghĩ của mình đơn giản nhất có thể.

Các câu đơn, ngắn là những câu hiệu quả nhất. Hãy biến những câu dài thành những câu ngắn hơn, đơn giản hơn. Trong đa số các trường hợp, nên sử dụng câu chủ động thay vì câu bị động. Nên định hình cách viết của bạn theo phong cách của các nhà báo và Hemingway hơn là theo các giáo sư, các bài báo hay các tài liệu mang tính hàn lâm khác.

Viết tốt là một quá trình của việc giản lược và đơn giản hóa. Vì vậy, mục tiêu của bạn nên là tìm cách diễn đạt ý kiến của mình bằng ít từ nhất có thể. Bài viết càng đơn giản, thì nội dung của nó càng rõ ràng và có sức truyền đạt cao.

Làm việc thế nào để phát triển kỹ năng viết tiếng Anh của bạn

Vậy làm thế nào để phát triển được kỹ năng viết đơn giản, trực tiếp, và mang tính hội thoại? Thực ra bản thân bạn đã biết câu trả lời! Trong chương trước, chúng ta đã cùng thảo luận về tầm quan trọng của việc đọc giải trí. Có nghiên cứu đã chỉ ra rằng việc đọc kiểu này không chỉ là một cách tuyệt vời để

nâng cao tốc độ đọc hiểu và từ vựng của bạn - nó còn là cách tốt nhất để cải thiện kỹ năng viết của bạn nữa.

Nếu như kỹ năng nghe là chìa khóa của kỹ năng nói, thì đọc lại chính là bí quyết của viết. Hãy áp dụng nguyên tắc tương tự: đầu vào dễ hiểu và hấp dẫn là nền tảng cho đầu ra hiệu quả. Nói cách khác, nghe là nền tảng cho nói và đọc là nền tảng của viết.

Nếu như bạn tập trung vào việc nghe ở mức độ dễ để nâng cao kỹ năng nói, thì hãy tập trung vào việc đọc ở mức độ khó vừa phải để cải thiện kỹ năng viết của bản thân. Nếu như bạn tập trung nghe những câu chuyện có thực và những bản audio để luyện thành thạo kỹ năng nói, thì bạn nên đọc những câu chuyện và những cuốn sách đáng tin cậy để làm chủ kỹ năng viết tiếng Anh của mình. Bạn cần phải nghe rất nhiều để có được khả năng nói trôi chảy thì giờ đây bạn cũng cần đọc thật nhiều để viết được thành thực.

Đây là lý do vì sao hoạt động tiên quyết để luyện viết chính là đọc. Để nâng cao ngữ pháp viết, từ vựng, cấu trúc câu, chính tả và sự rõ ràng thì không gì bằng được việc đọc giải trí với khối lượng lớn. Bạn đọc càng nhiều, thì các cấu trúc câu tiếng Anh càng ngấm nhiều vào trí nhớ của bạn. Nói cách khác, cách học viết tốt nhất là bạn định hình cách viết của mình theo những nhà văn nổi tiếng. Và cách hay nhất để bắt chước cách viết của những người này là hãy đọc các tác phẩm của họ.

Hãy nhớ, khi bạn đọc thật thoải mái, thì khối lượng bạn đọc lại là điều quan trọng nhất. Mục tiêu mà bạn nên đặt ra là duy trì việc tăng số trang sách tiếng Anh mà bạn đọc mỗi tuần. Hãy đọc những cuốn tiểu thuyết mà bạn yêu thích, chọn những cuốn sách phi viễn tưởng mà bạn say mê, đọc sách

truyện và các bài báo đơn giản. Việc bạn đọc được bao nhiêu mới quan trọng nhất, chứ không phải bạn đọc những tài liệu khó như thế nào. Trên thực tế, các tài liệu dễ thường là các tài liệu tốt nhất, đặc biệt nếu bạn đặt mục tiêu để nâng cao kỹ năng viết của bản thân.

Luyện tập viết hàng ngày: Tốc độ viết

Những người học tiếng Anh thường quá tập trung bản thân vào việc viết những bài viết mang tính học thuật. Như đã đề cập trước đây, những bài luận kiểu này thường quá phức tạp. Thậm chí ngay cả khi bạn viết tốt, thì kỹ năng viết học thuật vẫn là một thách thức và là mức độ nâng cao nhất của học viết.

Đây là lý do tại sao hầu hết người học đều có lợi khi tập trung vào việc viết các dạng câu đơn giản ngay từ đầu. Một trong những cách tốt nhất để làm việc này là viết nhật ký. Viết nhật ký sẽ giúp bạn cải thiện khả năng sử dụng các cấu trúc câu, viết nhanh hơn và rõ ràng hơn.

Chìa khóa cho việc viết nhật ký chính là luôn viết những câu ngắn và đơn giản. Mỗi ngày, hãy chọn ra một chủ đề thật rõ ràng để viết. Bạn có thể viết về những gì bạn đã làm hôm trước, viết về một trong những mục tiêu của bản thân, viết về những thứ mà bạn đọc gần đây, thể hiện cảm xúc và suy nghĩ của mình về điều đó.

Bước tiếp theo là hẹn giờ trong khoảng 10 phút. Khi bạn sẵn sàng viết, hãy bấm nút "bắt đầu" để tính giờ và viết nhanh

nhất có thể. Điều mấu chốt là đừng bao giờ nghỉ. Bạn nên viết liên tục không ngừng nghỉ trong suốt một khoảng thời gian 10 phút. Đừng dừng lại để nghĩ xem sẽ viết gì tiếp theo. Đừng dừng lại để sửa lỗi sai. Cũng đừng dừng lại để cân nhắc chọn lựa những cụm từ hay hơn. Đừng nên để tay bạn ngoi nghỉ - hãy viết bất cứ thứ gì xuất hiện trong đầu bạn trong toàn bộ 10 phút đó.

Kỹ năng này được gọi là “viết hẹn giờ” và thường được các tác giả chuyên nghiệp sử dụng. Bằng cách viết thật nhanh, không nghỉ, bạn đã bỏ qua những suy nghĩ của não bộ và học cách để cho từ ngữ tuôn ra một cách tự nhiên. Khi thử lần đầu tiên, bạn có thể sẽ cảm thấy khá chán nản. Bạn sẽ cảm thấy khó khăn không biết nên viết gì. Bài viết của bạn không theo thứ tự và mắc rất nhiều lỗi sai. Đừng quá lo lắng về điều đó.

Khi bạn tiếp tục viết theo kiểu hẹn giờ mỗi ngày, bạn sẽ tiến bộ. Tốc độ và mức độ trôi chảy của bài viết sẽ dần nhanh hơn và hoàn thiện hơn. Sau đó, bạn sẽ phát hiện ra là bản thân sử dụng rất tự nhiên các cụm từ bạn đã đọc được trong các cuốn sách hoặc bài báo. Do tốc độ viết của bạn đã khá nhanh, bạn nên tập cho bản thân viết thật đơn giản. Bạn sẽ không có thời gian để nghĩ về các quy tắc ngữ pháp nữa.

Qua từng tuần, các cấu trúc câu của bạn sẽ dần được hoàn thiện. Nhưng điều quan trọng hơn có lẽ là sự tự tin khi viết tiếng Anh của bạn cũng sẽ tăng lên. Nếu như bạn cảm thấy đủ tự tin, bạn có thể đưa bài viết của mình lên mạng, bằng cách viết blog chẳng hạn. Mỗi ngày, hãy đăng một bài viết mới.

Viết lại là bí quyết để viết hay

Đọc giải trí và viết hẹn giờ hàng ngày là nền tảng cho việc luyện tập kỹ năng viết tiếng Anh của bạn. Tuy nhiên, bạn sẽ

không thể trở thành người viết giỏi chỉ bằng việc vận dụng hai phương pháp này. Trên thực tế, các bài viết hên giờ của bạn sẽ không bao giờ là những bài viết hay. Chúng luôn có lỗi và có vấn đề, tuy nhiên điều đó không sao cả.

Thực tế là, kỹ năng viết chưa tốt của bạn cũng là vấn đề của những người khác. Đây là bí quyết mà có rất ít các nhà văn chia sẻ, nhưng tất cả đều biết: hầu hết các bản nháp đầu tiên đều rất tệ! Nói cách khác, ngay cả những người bản ngữ chuyên nghiệp phải chi trả hàng nghìn đô la cho các cuốn sách của mình cũng có thể viết rất chán. Tất cả các nhà văn đều có lỗi sai ngữ pháp và sai chính tả.

Các nhà văn vĩ đại là những người biết rằng bí quyết của việc viết hay là phải viết lại. Bạn sẽ thấy, viết có lợi thế lớn hơn nhiều so với nói. Đó là chúng ta có thời gian. Bạn có thời gian để đọc những gì chúng ta viết ra. Bạn có thời gian để xác định các lỗi sai và sửa lại. Bạn có thời gian để viết lại hoàn chỉnh mọi thứ. Bạn thậm chí còn có thời gian để đưa bài viết của bạn cho người khác xem và lắng nghe ý kiến của họ!

Đối với viết văn phong giản dị, như viết blog hay email, việc viết lại là không cần thiết. Tuy nhiên, đối với việc giao tiếp quan trọng như các đề xuất kinh doanh, các bài tiểu luận, các email quan trọng, các bài báo mang tính chuyên nghiệp, v.v... việc viết lại là hoàn toàn cần thiết.

Tin tốt là bạn không cần phải viết quá hoàn hảo. Việc mắc lỗi sai trong các bản thảo viết tay đầu tiên có thể chấp nhận được. Tất cả chúng ta đều có thể mắc lỗi. Thậm chí, nếu bản thảo đầu tiên của bạn có cực kỳ tệ hại thì vẫn có thể chấp nhận được. Đối với việc luyện viết, thì văn bản hoàn chỉnh cuối cùng mới thực sự quan trọng và không được phép mắc sai sót.

Bạn có thể tạo ra bản thảo cuối cùng thực sự xuất sắc thông qua quá trình chỉnh sửa. Trước hết, hãy dùng phương pháp viết hẹn giờ để viết bản thảo đầu tiên của mình. Phác thảo ý tưởng lên giấy, mắc lỗi, và chỉ cần viết thật nhanh.

Khi bạn đã có bản thảo đầu tiên, bạn sẽ chỉnh sửa văn bản này. Hãy tưởng tượng bản thân là một nhà điêu khắc, và bản thảo đầu tiên chính là khối đất sét của bạn. Hãy đọc bản thảo đó, hãy coi bản thân là độc giả. Mọi ý tưởng đã rõ ràng chưa? Mọi thứ đã được nêu ra trực tiếp nhất chưa? Còn điều gì phải bản khoản? Các ý đã được sắp xếp hợp lý hay chưa?

Và chắc chắn, không còn nghi ngờ gì nữa, bạn sẽ phát hiện ra rất nhiều vấn đề. Đó là lúc bạn cần phải viết lại, sửa chữa các lỗi sai, loại bỏ các vấn đề. Viết lại từng phần hoặc toàn bộ, nếu cần. Mục tiêu của bạn là làm thế nào để bản thảo thứ hai đơn giản hơn, rõ ràng hơn và trực tiếp hơn.

Khi bạn viết xong bản thảo thứ hai, lưu lại và tạm đặt sang một bên. Nếu có thể, hãy để qua vài ngày rồi mới đọc lại. Tưởng tượng lại rằng bạn là độc giả cuối cùng. Hãy tìm những câu quá phức tạp trong bài, tìm những điểm không rõ ý. Sửa lỗi lần nữa và viết lại lần thứ hai.

Đối với rất nhiều dạng viết thì 2 lần viết lại là quá đủ. Tuy nhiên, nếu bài viết đặc biệt quan trọng, thì bạn nên viết lại nhiều hơn nữa. Đối với kiểu bài này, tốt nhất là bạn nên nhờ biên tập viên trợ giúp. Người biên tập có thể là bạn của bạn, có thể là gia sư riêng, hoặc thậm chí là một chuyên gia mà bạn thuê. Người này sẽ đọc bản thảo lần ba của bạn và đưa ra góp ý, nhận xét. Hãy để nghị họ viết thật nhanh những phần có vấn đề.

Làm việc cùng với một biên tập viên sẽ giúp bạn tạo ra được một bài viết hay nhất có thể. Điều này không thực sự cần thiết, nhưng hãy thực hiện nó bất cứ khi nào bạn có khả năng, và để ý kỹ lưỡng đến những chi tiết, gợi ý viết lại của họ.

Sau khi viết lại vài lần với sự trợ giúp từ người biên tập, hãy sẵn sàng cho việc công khai những gì bạn đã viết. Trước khi làm điều này, hãy sử dụng công cụ kiểm tra chính tả để phát hiện những lỗi sai mà bạn có thể bỏ lỡ.

Luyện tập

1. Mỗi ngày hãy luyện viết trong vòng 10 phút. Trong khoảng thời gian này, viết nhanh nhất có thể và đừng dừng lại.
2. Ngày tiếp theo, đọc lại toàn bộ những gì ngày hôm trước đã viết. Xác định nhanh các vấn đề và các lỗi sai. Viết lại bản thảo của bạn để làm rõ nghĩa hơn. Loại bỏ hết những chi tiết thừa.
3. Vào ngày thứ ba, quay lại bước một và viết một bài viết hẹn giờ khác. Tiếp tục thực hiện theo phương thức này, xen kẽ các văn bản viết hẹn giờ với các văn bản viết lại.

Chương

19

Tại sao lại không nên luyện nói

Trong quãng thời gian đầu tôi dạy tiếng Anh tại Hàn Quốc, tôi đã làm việc với một nhân viên tên Seo. Seo làm việc tại phòng kinh doanh của trường. Công việc chính của anh ta là thuyết phục các bậc phụ huynh đăng kí cho con mình theo học tại trường. Seo là một người rất thân thiện và nhiệt tình. Anh ta cũng rất quyết tâm muốn cải thiện khả năng tiếng Anh của bản thân.

Do Seo làm việc tại một ngôi trường Anh ngữ có hơn 20 nhân viên là người nước ngoài, nên chiến lược của anh ta là “luyện tập” tiếng Anh với chúng tôi bất kỳ khi nào anh ta có cơ hội. Mỗi ngày, Seo đều cố gắng tìm một trong số các giáo viên, và khi tìm được, anh ta như thể “dồn ép” họ và nói nhiều nhất có thể. Anh ta đặc biệt hứng thú với các câu thành ngữ và luôn cố vận dụng chúng vào các cuộc nói chuyện.

Trong suốt thời gian ở Hàn Quốc, tôi đã bị Seo “dồn” rất nhiều lần. Mặc dù anh ta là một người khá là thú vị, nhưng tôi nhanh chóng bắt đầu sợ những lần chạm mặt với anh ta. Các giáo viên cũng khác cũng cảm thấy như vậy. Bất cứ khi nào nhìn thấy Seo, chúng tôi đều chọn đi đường khác. Không ai muốn nói chuyện với anh ta!

Vậy điều gì đang xảy ra? Có phải là do chúng tôi ích kỷ? Sự thật là, chúng tôi tránh Seo là bởi anh ta đang cố coi chúng tôi là những gia sư tiếng Anh miễn phí của anh ta vậy. Thay vì giao tiếp với chúng tôi như những người bạn, thì anh ta lại “luyện tập” khả năng tiếng Anh với chúng tôi. Anh ta đề nghị chúng tôi sửa các lỗi sai mà anh ta mắc phải. Anh ta muốn chúng tôi xác nhận xem anh ta sử dụng thành ngữ có đúng hay không. Anh ta cần lời khuyên về cách phát âm của mình. Các

cuộc nói chuyện với Seo tạo cho chúng tôi cảm giác đang dạy tiếng Anh chứ không phải đang nói chuyện với một người bạn.

Cứ nhìn thấy chúng tôi là Seo lại tận dụng triệt để như một cơ hội để luyện tập, vì thế anh ta đã vô tình đánh mất đi khả năng có được những người bạn thực sự. Chúng tôi có cảm giác là anh ta đang lợi dụng chúng tôi. Các cuộc nói chuyện với anh ta luôn luôn thiếu tự nhiên và rất bức mình bởi anh ta chỉ biết tập trung vào vốn tiếng Anh của mình mà không quan tâm đến nội dung trao đổi thực sự.

Do cách tiếp cận này mà Seo không bao giờ kết bạn được với bất kỳ giáo viên nào. Điều đáng nói là, nếu như anh ta nói chuyện với chúng tôi cũng giống như cách mà anh ta nói chuyện với mọi người, không quá tập trung vào tiếng Anh, thì có lẽ anh ta đã có khá khá bạn nói tiếng Anh rồi. Đáng lẽ anh ta sẽ có rất nhiều cơ hội cho các cuộc trò chuyện thực sự.

Thật không may, Seo cũng không phải là người duy nhất. Rất nhiều học viên bị ám ảnh với việc “thực hành” tiếng Anh của mình. Do quá tập trung vào thực hành, mà những người học này hầu như khó có thể tìm kiếm “đối tác giao tiếp” cho bản thân. Chưa hết, bằng việc ngoan cố muốn người khác sửa lỗi hoặc đưa ra những lời khuyên tiếng Anh cho mình, những người học viên này luôn hướng người giao tiếp bản địa đi theo chiều hướng khác, mà những người này sẽ luôn rất vui vẻ và sẵn lòng được trò chuyện với họ.

Đây là lý do vì sao bạn hãy cố gắng đừng nên “luyện tập” tiếng Anh với người bản xứ. Thay vì luyện tập, hãy chỉ đơn giản là kết bạn với họ. Hãy trò chuyện mà không cần phải quá tập trung vào tiếng Anh. Hãy nói về những sở thích

chung, đưa ra câu hỏi và lắng nghe câu trả lời. Hãy thể hiện sự tôn trọng và sự cảm kích của bạn. Nói cách khác, hãy cư xử với họ như thể bạn chỉ đơn giản là người nói thứ ngôn ngữ của riêng mình.

Cách tốt nhất để thực hiện điều này là gặp gỡ những người có chung niềm đam mê với bạn. Ví dụ, bạn yêu thích điện ảnh, hãy tham gia một diễn đàn trực tuyến dành cho những người yêu phim. Tham gia các fan club quốc tế có cùng chung thần tượng điện ảnh hay thần tượng âm nhạc với bạn. Hãy kết nối với những người có thể chia sẻ sở thích với bạn.

Khi giao tiếp với những người này, hãy nói về những niềm đam mê chung. Đừng bao giờ bắt họ sửa vốn tiếng Anh của bạn. Không cần phải xin lỗi vì khả năng tiếng Anh của mình, và cũng đừng bao giờ đề nghị họ đưa ra lời khuyên cho vốn tiếng Anh của bạn. Họ không phải là giáo viên của bạn, mà họ là bạn của bạn. Bạn sẽ học hỏi được nhiều hơn bằng cách nói chuyện với họ một cách đơn thuần thay vì cố gắng biến họ trở thành gia sư riêng của bản thân.

Việc sửa lỗi là hoàn toàn không cần thiết

Một nghiên cứu tại Đại học Nam California đã chỉ ra rằng việc sửa lỗi hoàn toàn không có tác động đến việc nói tiếng Anh của bạn. Nói cách khác, những sinh viên hay được sửa lỗi khi nói và những sinh viên không được sửa lỗi đều không có tiến bộ trong kỹ năng này. Kết luận đưa ra là: việc sửa lỗi nói là không cần thiết.

Trên thực tế, điều này thậm chí còn tệ hơn. Việc bắt lỗi ảnh hưởng đến bạn bằng cách nó khiến bạn luôn phải nghĩ đến ngữ pháp khi nói. Thay vì chú trọng vào việc truyền tải thông điệp của bản thân, bạn dần dần chỉ tập trung vào thứ ngôn ngữ đó. Việc này diễn ra quá thường xuyên dễ dẫn tới cảm giác lo lắng, mà chúng ta biết rằng cảm giác này sẽ khiến việc tiếp thu bị chậm lại và ảnh hưởng xấu đến khả năng thể hiện của bạn. Đây là lý do vì sao đừng bao giờ đề nghị giáo viên hay bạn bè sửa lỗi giao tiếp tiếng Anh của bạn. Điều này không chỉ làm lãng phí thời gian của bạn mà còn của người khác nữa. Việc sửa lỗi cũng sẽ khiến cho mối quan hệ của bạn với những người nói tiếng Anh xấu đi và khiến họ xa lánh bạn, cũng giống như việc Seo khiến các giáo viên tại trường học bực mình.

Sự thực này khá sốc đối với nhiều người học. Nhưng nghiên cứu đã cho thấy rất rõ điều đó. Bạn sẽ không thu được lợi lộc gì từ những lỗi sai bạn bị sửa khi nói (chú ý là viết thì lại khác bởi viết là cả một quá trình lâu dài cần phải được thực hiện có phương pháp và có ý thức). Vì vậy thay vì yêu cầu người khác sửa lỗi sai cho mình, thì hãy bảo họ tránh việc đó ra. Nếu như bạn phải chi trả để thuê một người đàm thoại cùng mình, hãy bảo họ tránh việc sửa lỗi sai của bạn. Nếu họ chú ý thấy có lỗi, đơn giản hãy nhờ họ nhắc lại câu nói đó đúng ngữ pháp tiếng Anh. Bằng việc nghe ý tưởng của bạn được diễn đạt đúng cách, bản thân bạn sẽ tự tiến bộ mà không cần quá suy nghĩ đến tiếng Anh.

Hãy lắng nghe khi bạn nói

Khi nhắc đến các cuộc hội thoại, hầu hết người học đều quá chú tâm vào lời nói. Họ để ý đến việc có nói đúng ngữ pháp không và dùng từ như thế nào. Họ sợ mắc lỗi. Theo kinh nghiệm của tôi, hầu hết những người học tiếng Anh tập trung đến 90% sức lực của mình vào việc nói.

Tuy nhiên, sức mạnh thật sự của các cuộc hội thoại trong đời sống thường nhật lại đến từ việc nghe, chứ không phải việc nói. Hãy nghĩ về điều này. Việc nói chuyện với người bản địa là một cơ hội rất lớn dành cho bạn. Bởi họ là những người bản xứ, họ là nguồn tốt nhất cho việc học nói tiếng Anh đích thực. Họ sử dụng rất tự nhiên các cụm từ, ngữ pháp, các thành ngữ, tiếng lóng và ngữ pháp.

Nếu trong suốt buổi nói chuyện với người bản xứ, mà bạn lại dành phần lớn thời gian để nói thì bạn đã bỏ lỡ một cơ hội tuyệt vời. Khi bạn giao tiếp với người bản xứ, chính xác là bạn đang học theo cách như thế nào? Có thể bạn luyện tập rất ít và không học được nhiều điều gì mới.

Mặt khác, khi bạn lắng nghe người bản xứ, bạn sẽ học được vô số điều. Bạn sẽ được nghe cách phát âm thực thụ của người bản xứ. Bạn sẽ học được cách sử dụng các cụm từ hết sức tự nhiên. Bạn sẽ học được thêm nhiều từ mới. Bạn cũng sẽ học được các thành ngữ và từ tiếng lóng mới. Trên thực tế, hầu hết các lợi ích của việc giao tiếp tiếng Anh có được khi bạn lắng nghe.

Đây là một tin tốt bởi đa số mọi người đều thích nói. Bạn không cần phải cảm thấy quá căng thẳng khi nghĩ đến

chuyện giao tiếp với người bản xứ bởi việc này rất dễ dàng. Tất cả những gì bạn cần làm là hỏi họ thật nhiều câu hỏi. Hỏi họ về cuộc sống, về công việc hay trường học, về gia đình, về những thói quen hay sở thích của họ, và thậm chí là về cả những trải nghiệm trong quá khứ của họ.

Sau đó hãy lắng nghe, và nghe thật cẩn thận. Khi người bản xứ nói, hãy nhìn vào mắt và khuôn mặt họ. Tìm kiếm sự đồng cảm càng nhiều càng tốt. Nếu bạn không hiểu điều gì, hãy hỏi nhiều hơn để làm rõ thông tin.

Khi bạn đặt mục tiêu lắng nghe nhiều hơn là nói, bạn sẽ tiếp thu được nhiều vốn tiếng Anh hơn và bạn sẽ trở thành một người bạn tuyệt vời hơn. Tất cả mọi người đều yêu quý một người biết lắng nghe! Thêm một lợi ích nữa là bạn sẽ có cơ hội được thư giãn. Bạn không cần phải cảm thấy quá căng thẳng khi nói. Với một vài câu hỏi đơn giản, bạn sẽ có thể giao tiếp bằng mọi cách bạn muốn.

Kể lại những mẫu truyện ngắn

Chúng ta đã bàn luận về các tình huống giao tiếp tự nhiên và làm thế nào để tiếp cận được điều này. Trong phần cuối này, tôi sẽ chỉ cho bạn cách làm thế nào để luyện nói và cải thiện khả năng phát âm của bạn. Mặc dù bạn dành phần lớn thời gian vào việc lắng nghe, nhưng những người học khác cũng có thể thu được lợi ích từ việc dành một chút thời gian luyện nói mỗi ngày.

Việc luyện nói chỉ khuyến khích dành cho những người học khác, những người đã có thể giao tiếp dễ dàng. Vào thời

điểm đó, bạn hãy sẵn sàng cho việc luyện tập phát âm và tốc độ nói của bản thân.

Một trong những cách tốt nhất để luyện nói đó là kể lại những mẫu truyện ngắn. Cái tên nói lên tất cả, bạn hãy tận dụng những mẫu truyện ngắn theo Quy tắc số bảy: lắng nghe và trả lời câu hỏi từ những mẫu truyện ngắn. Bạn nên tiếp tục nghe những câu chuyện hàng ngày. Hãy liên tục trả lời thật to những câu trả lời của mình.

Sau đó, hãy thêm bước tiếp theo sau đây. Sau khi nghe xong, tắt băng đi, đứng trước gương, hãy đưa bản thân mình vào trạng thái tinh thần cao nhất – nháy, hét và cười. Hãy nạp năng lượng cho bản thân mình!

Khi cảm thấy thoải mái, hãy kể lại câu chuyện bạn vừa nghe. Đừng cố kể chính xác từng từ trong câu chuyện. Không cần phải nhớ kỹ từng chữ. Thay vào đó hãy sử dụng ngôn ngữ của bản thân để kể lại câu chuyện nhanh nhất có thể. Thậm chí, bạn có thể thay đổi câu chuyện nếu muốn.

Phần quan trọng nhất là hãy kể thật nhanh. Chú ý đến tốc độ! Hãy kể chuyện cho chính mình trong gương nghe bằng một giọng thật to và đầy năng lượng. Việc này chỉ lấy của bạn mất vài phút. Khi kết thúc, nghỉ một lúc và lặp lại quá trình. Cố gắng kể chuyện nhanh hơn trong những lần tiếp theo.

Mục đích của việc kể thật nhanh là nhằm bỏ qua suy nghĩ tư duy logic của não trái. Nói thật nhanh khiến bạn phải nói tự nhiên hơn và nói bằng trực giác nhiều hơn. Khi bạn luyện tập điều này hàng ngày, khả năng nói lưu loát của bạn sẽ khá lên. Bạn sẽ nói nhanh hơn mà không cần phải cố gắng quá nhiều. Khả năng sử dụng tiếng Anh của bạn cũng sẽ tốt hơn. Lúc này, bạn hãy sẵn sàng cho bước cuối cùng: Phát âm.

Bắt chước khả năng phát âm

Ở phần đầu của quyển sách, tôi đã mô tả đến kỹ thuật điện ảnh và hướng dẫn cho bạn phương pháp sử dụng kỹ thuật này để nâng cao khả năng phát âm. Bạn cũng có thể sử dụng kỹ năng tương tự với việc kể lại các mẫu truyện ngắn.

Trước hết, lặp lại các bước như phần trước đó. Hãy kể nhanh câu chuyện vài lần. Khi bạn có thể thực hiện điều này dễ dàng, cũng là lúc bạn có thể luyện phát âm.

Hãy bật một câu lấy từ câu chuyện, rồi tạm dừng đoạn băng lại. Khi bật câu đó, hãy nghe thật kỹ. Đặc biệt tập trung vào nhịp điệu và ngữ điệu. Hãy chú ý vào các đoạn nghỉ, các đoạn lên giọng, xuống giọng, chú ý vào giọng điệu to nhỏ của người nói,

Sau đó hãy nói lại câu tương tự và nói giống hệt với giọng người nói. Một lần nữa, hãy tưởng tượng bạn là một diễn viên đang cố gắng bắt chước người nói này. Hãy sử dụng tông giọng của họ, cảm xúc của họ, thậm chí là cả vẻ mặt và ngôn ngữ cơ thể mà bạn có thể tưởng tượng người đó sẽ làm. Hãy cố gắng trở thành con người này khi bạn nói.

Bật câu tiếp theo và dừng lại, lặp lại quá trình trên. Đi hết toàn bộ câu chuyện theo cách này. Hãy chắc chắn là nhại lại cả câu hỏi lẫn câu trả lời.

Tất nhiên, tốt nhất là nên chọn người nói mà bạn thích!

Vận dụng những phương pháp trong chương này, bạn sẽ nâng cao khả năng nói của bản thân lên trình độ gần bằng người bản xứ.

Chương **20**

**Tiếng Anh là ngôn ngữ
Thương mại quốc tế**

Cách đây vài năm, tôi có cần nhắc đến một vài đề xuất kinh doanh. Công ty của chúng tôi cần một chuyên viên đồ họa mới để thiết kế trang web, vì vậy, tôi đã đăng tải công việc lên diễn đàn những người làm tự do quốc tế. Chúng tôi nhận được hơn hai mươi phản hồi cho công việc được đăng tải. Mỗi đăng tải đều đưa ra đề nghị thầu cho dự án của chúng tôi.

Khi tôi xem xét các đề nghị, tôi đều chú ý đến quốc tịch của các chuyên viên đồ họa. Có công ty đến từ Argentina, có người lại mang quốc tịch Hungary. Có người đến từ Nhật Bản, Đức, Malaysia. Cũng có vài người đến từ Mỹ và Canada.

Khi tôi lướt nhìn qua, tôi đã bị ấn tượng bởi đây là ví dụ rõ ràng nhất của sự toàn cầu hóa. Tất cả những người này đều tham gia vào thị trường quốc tế trực tuyến. Và tôi cũng hiểu ra một điều hiển nhiên rằng: tất cả bọn họ đều sử dụng tiếng Anh. Mỗi bản hồ sơ thầu đều được viết bằng tiếng Anh. Vì vậy, những nghệ sĩ đồ họa này không chỉ cạnh tranh về khả năng thẩm mỹ của họ mà còn về khả năng thể hiện các thế mạnh của họ bằng tiếng Anh nữa.

Rõ ràng, chúng ta có thể thấy rằng tiếng Anh là ngôn ngữ Thương mại quốc tế. Điều này là do trường học ở mọi nơi trên thế giới đều có các lớp học tiếng Anh. Có khả năng về tiếng Anh là một lợi thế cạnh tranh cho bất kỳ ai sở hữu nó. Tiếng Anh mở ra cơ hội tiếp cận thế giới cho tất cả các công ty và các nghệ sĩ làm việc tự do. Không có khả năng tiếng Anh cũng đồng nghĩa với việc bạn đã đánh mất đi các cơ hội và đẩy bản thân vào thế bất lợi trong nền kinh tế toàn cầu hiện nay.

Đây đều là những sự thật hiển nhiên, hãy để họ chú ý đến bạn hoặc không. Có một sự thật đơn giản là tiếng Anh đang

ngày càng trở nên quan trọng trong nền kinh tế toàn cầu. Ngày càng có nhiều công việc, nhiều quốc gia cần đến khả năng nói tiếng Anh. Một số công ty, chẳng hạn như công ty Rakuten của Nhật, coi tiếng Anh là ngôn ngữ giao tiếp chính của mình.

Nhà sáng lập và CEO của Rakuten Hiroshi Mikitani đã đề ra chính sách chỉ sử dụng tiếng Anh cho trang web thương mại của công ty. Ông Mikitani nói "Một trong những điều kìm hãm các doanh nghiệp Nhật Bản cạnh tranh toàn cầu là rào cản về ngôn ngữ, điều này cản trở họ không thể nắm bắt được xu thế cạnh tranh nước ngoài". Ông cũng nhấn mạnh rằng việc thiếu khả năng tiếng Anh làm hạn chế các công ty Nhật Bản trong việc chiêu mộ các tài năng trên toàn thế giới và khó có thể giữ được các nhân viên không phải người Nhật.

Với chính sách mới, tất cả các nhân viên bắt buộc phải sử dụng tiếng Anh để giao tiếp trong công ty, từ các cuộc họp, thuyết trình, viết email, đưa ra các đề xuất và soạn thảo các văn bản khác. Công ty mong muốn nhân viên của mình luôn chủ động trong việc học tiếng Anh.

Trong khi đây là xu thế phát triển cho Nhật Bản, đồng thời rất nhiều công ty quốc tế cũng nâng cao các yêu cầu của họ với tiếng Anh. Rất nhiều công ty như Rakuten tiến hành thực hiện các chính sách chỉ sử dụng tiếng Anh. Bởi xu thế này ngày càng phát triển mạnh mẽ, vì vậy yêu cầu đối với tiếng Anh thương mại cũng phát triển theo.

Dần dần, chúng ta có thể nhận ra rằng, nền thương mại toàn cầu không thể không sử dụng tiếng Anh.

Vấn luôn là tiếng Anh

Tiếng Anh thương mại mở ra các cơ hội kinh tế. Chính vì vậy, hàng loạt các lớp học, các trường học, sách vở, tài liệu về tiếng Anh thương mại đã ra đời để đáp ứng nhu cầu ngày càng cao. Không có gì đáng ngạc nhiên, khi hầu hết những lớp học trung tâm này đều sử dụng phương pháp tiếp cận cũ để giảng dạy tiếng Anh thương mại, cũng giống hệt như cách họ dùng để giảng dạy tiếng Anh tổng quát.

Tuy nhiên, tiếng Anh thương mại không phải là một loại tiếng Anh tách biệt. Có một sự thật đáng mừng là hầu hết tiếng Anh được sử dụng trong các tình huống kinh doanh thương mại cũng chính là tiếng Anh được sử dụng phổ biến hàng ngày. Trong kinh doanh, bạn cũng sẽ nhận thấy vốn từ vựng, các cụm thành ngữ và các cấu trúc ngữ pháp giống hệt.

Điểm bổ sung chính trong tiếng Anh thương mại chỉ đơn giản là vốn từ vựng liên quan đến các chủ điểm thương mại chuyên biệt. Vốn từ vựng này được phân ra làm hai nhóm chính: các thuật ngữ thương mại tổng quát và thuật ngữ chuyên ngành.

Các thuật ngữ thương mại tổng quát là những từ, cụm từ được dùng xuyên suốt trong giới kinh doanh. Chúng là những cụm từ phổ biến được sử dụng trong các cuộc họp, các đề xuất và các bài thuyết trình. Những cụm từ này rất dễ học, bạn có thể vận dụng phương pháp Effortless English™ để học một cách nhanh chóng.

Cách dễ dàng để học tiếng Anh thương mại

Việc học tiếng Anh thương mại chỉ đơn giản là việc chọn lọc các tài liệu thực tế liên quan đến các chủ điểm thương mại kinh doanh. Nói cách khác, bạn có thể sử dụng chính phương pháp Effortless English™ để học nhanh hơn.

Trước hết, bạn hãy tập trung vào nguồn tài liệu, tâm lý của bản thân. Bạn sẽ thay đổi những niềm tin còn hạn chế của mình. Hãy đặt bản thân mình vào trạng thái cảm xúc cao nhất. Sau đó sử dụng Quy tắc số 7. Hãy dành phần lớn thời gian để lắng nghe. Bạn sẽ học được kỹ hơn. Tránh sử dụng các sách ngữ pháp và sách giáo khoa. Nghe những mẫu truyện hoặc những câu chuyện ngắn – chọn những câu chuyện có chủ đề về kinh doanh thương mại với từ vựng về tiếng Anh thương mại.

Để tăng cường khả năng nghe, hãy chọn nghe các tài liệu tiếng Anh thương mại thực sự như podcast thương mại, các bản tin thương mại và các bản audio thương mại. Nếu có thể, hãy tận dụng cả phiên bản viết lẫn phiên bản âm thanh. Hãy tiến hành đồng thời cả đọc và nghe.

Thực hiện các bước tương tự như bạn đã làm với việc luyện tiếng Anh tổng quát, hãy chọn lựa tài liệu mà bạn có hứng thú. Nếu bạn là nhân viên bán hàng, hãy chọn những tài liệu liên quan đến bán hàng. Nếu lĩnh vực của bạn là về tài chính, hãy chú ý đến những bản audio hay sách vở liên quan đến lĩnh vực này.

Bạn không phải làm gì quá nhiều. Chỉ cần thực hiện theo chương trình Effortless English™, tận dụng các tài liệu kinh doanh thương mại mà bạn có.

Học các thuật ngữ chuyên ngành sau cùng

Một số lĩnh vực kinh doanh có vốn từ chuyên biệt rất lớn. Nhóm từ vựng chuyên biệt này được gọi là thuật ngữ chuyên ngành. Ví dụ, các kế toán viên phải học một số lượng lớn các thuật ngữ kế toán được sử dụng thường xuyên trong công việc thường ngày của họ. Những thuật ngữ này đặc biệt quan trọng với các kế toán viên.

Đến lúc cần thiết, các thuật ngữ chuyên ngành sẽ là phần tiếng Anh thương mại cuối cùng mà bạn nên học. Trước khi bắt tay vào việc học các thuật ngữ, bạn cần phải tập trung vào tiếng Anh thương mại tổng quát trước đã. Hãy luyện thành thạo các cụm từ thương mại được sử dụng phổ biến nhất bằng cách nghe và đọc các tài liệu nội dung thương mại. Chỉ khi nào rèn luyện xong những kỹ năng này, bạn mới nên để tâm đến thuật ngữ chuyên ngành.

Tất nhiên, cách học vốn từ thuật ngữ chuyên ngành giống hệt với cách bạn học tiếng Anh thương mại tổng quát. Khi đã sẵn sàng, chỉ có một sự thay đổi nhỏ đối với bạn đó là các tài liệu nghe và đọc. Hãy tập hợp các tài liệu có liên quan mật thiết đến lĩnh vực chuyên môn của bạn.

Nên nhớ, hãy chọn lọc những tài liệu thực sự hữu ích. Thay vì quá tập trung vào tiếng Anh, hãy tập trung nhiều hơn vào chuyên môn của bạn từ các nguồn tài liệu tiếng Anh. Trau dồi kiến thức và nâng cao kỹ năng bản thân bằng cách tận dụng những nguồn tài liệu này và cùng lúc đó bạn sẽ tự cải thiện khả năng tiếng Anh thương mại của bản thân.

Chương

21

**Làm thế nào để có những bài
thuyết trình tiếng Anh đầy tính
thuyết phục**

Tôi đang đứng ở cánh gà sân khấu, và chờ đợi thời khắc trình bày bài diễn thuyết đầu tiên trước khoảng ba mươi người. Tim tôi đập rất nhanh và hơi thở gấp gáp. Toàn bộ cơ thể tôi đều trong một trạng thái bồn chồn. Tôi nhìn xuống tay mình và thấy chúng đang run rẩy. Tôi cố kiểm soát bản thân mình, nhưng không được. Tôi tự hỏi bản thân “Sẽ có chuyện gì xảy ra nếu như mình quên hết sạch và đứng như trời trồng ở đấy?”

Đột nhiên, tôi nghe thấy tên mình được xướng lên, giới thiệu với các thính giả đang ngồi bên ngoài. Tôi bước lên sân khấu. Khán giả vỗ tay đón chào nhưng tôi không nghe thấy gì hết. Tôi ngước lên và nhìn họ một lượt. Tâm mắt của tôi thu hẹp lại và tầm nhìn xung quanh tối sầm lại.

Khi tôi bắt đầu nói, cổ họng của tôi như nghẹn lại. Giọng của tôi nghe rất lạ - rất chói tai và có vẻ yếu ớt. Tôi cố định tầm mắt của mình vào bức tường phía cuối căn phòng và nhanh chóng thực hiện bài diễn thuyết của mình. Mục tiêu duy nhất của tôi lúc đó là kết thúc bài diễn thuyết càng nhanh càng tốt và rời khỏi sân khấu. Mặc dù bài diễn thuyết chỉ kéo dài ba phút nhưng tôi có cảm giác như hàng tiếng vạy.

Khi tôi kết thúc bài diễn thuyết, tôi chạy nhanh khỏi sân khấu và ngồi xuống. Tay tôi run rẩy đến mức không thể kiểm soát nổi.

Chỉ có một số ít các hoạt động tạo cảm giác đáng sợ như việc phát biểu trước công chúng. Phát biểu luôn được xếp hạng là một trong những trải nghiệm sống căng thẳng và đáng sợ nhất - hầu hết mọi người đều sợ hãi việc này. Trải nghiệm cân não này thậm chí còn trở nên khó khăn hơn khi ngôn ngữ mẹ đẻ của bạn không phải là tiếng Anh.

Khi cảm thấy sợ hãi, cơ thể bạn sẽ xuất hiện phản ứng tâm sinh lý. Mà các phản ứng về sinh lý thường rất khó kiểm soát. Khi sợ hãi, cơ thể bạn sẽ sản sinh ra một lượng adrenaline. Các tuyến thượng thận sẽ giải phóng adrenaline vào trong máu, đưa bạn vào tình trạng “chiến đấu hay là từ bỏ”.

Các phản ứng sinh lý tiết ra adrenaline khá là nhất quán và có thể dự đoán được, bao gồm đổ mồ hôi, tăng nhịp tim, thở nông và gấp, căng cơ, run rẩy, dạ dày nôn nao, tầm nhìn bị thu hẹp và mất khả năng kiểm soát cơ bắp.

Adrenaline cũng dẫn đến các thay đổi về tinh thần. Cảm giác về thời gian của bạn sẽ bị thay đổi theo. Hầu hết mọi người đều trải qua cảm giác thời gian bị “chững lại” trong khi một số khác lại có cảm giác thời gian “bị đẩy nhanh”. Điều tồi tệ nhất đối với các diễn giả đó là, adrenaline khiến cho các hoạt động ở vùng não trên bị chậm lại. Hoạt động của não chuyển sang trạng thái ngưng lại. Đây là lý do vì sao bạn có thể nói rất hay trước một người nhưng lại đặc biệt gặp khó khăn khi nói trước đám đông. Não bộ của bạn cũng hoạt động không đúng chức năng.

Rõ ràng là, thách thức lớn nhất với việc diễn thuyết trước đám đông chính là việc vượt qua được những phản ứng sợ hãi nói trên.

Tâm lý quyết định 80% thành công

Tôi có thể nghe thấy tiếng của đám đông ba nghìn người ở căn phòng bên cạnh. Tiếng nhạc rock âm vang khắp căn

phòng. Một tiếng vang đầy nội lực khi người tổ chức bắt đầu giới thiệu tôi.

Ở phía sau sân khấu, sự phấn khích của tôi dần hình thành. Tôi nhảy, la hét và mỉm cười. Tôi hét to với bản thân: “Mình đến đây để thể hiện sự đóng góp! Mình sẽ thể hiện hết mình ngày hôm nay để giúp những khán giả ngoài kia! Mình đã sẵn sàng để khuấy động! Mình làm được! Làm được! Làm được!”.

Tôi bước ra phía cửa và nhòm qua khe để xem xét khán giả. Tất cả đều đứng lên vỗ tay, và họ bắt đầu hô vang tên tôi: “A.J. Hoge! A.J. Hoge! A.J. Hoge!”. Năng lượng ngập tràn chạy dọc khắp cơ thể tôi. Tôi nhảy lên và chạy ra phía sân khấu. Khán giả tiếp tục la hét tên của tôi.

Khi tôi đứng đối diện với đám đông ba nghìn người, tôi không hề thấy sợ hãi. Tôi thờ sâu và hoàn toàn thoải mái. Thay vì cảm thấy sợ hãi, tôi lại cảm thấy có một bầu nhiệt huyết đang sục sôi trong cơ thể mình. Thay vì lo lắng, tôi lại cảm thấy cực kỳ háo hức.

Kinh nghiệm của tôi khi diễn thuyết trước đám đông đã hoàn toàn thay đổi. Giờ đây trước mỗi bài diễn thuyết quan trọng, tôi luôn cảm thấy tràn trề năng lượng – cảm giác tuyệt vời giữa sự tự tin, sự hào hứng và cả sự nhiệt huyết nữa.

Làm thế nào mà tôi có được sự thay đổi thần kỳ này? Tôi đã sử dụng vài kỹ năng đơn giản và tập luyện hàng trăm lần.

Tin vui là bạn cũng có thể thực hiện theo những gì mà tôi đã làm. Không cần biết bạn sợ diễn thuyết bằng tiếng Anh đến mức độ nào, chỉ cần luyện tập một kỹ năng đơn giản, bạn sẽ có thể tập cho bản thân cảm thấy mạnh mẽ và tự tin mỗi khi phải

diễn thuyết trước đám đông.

Cảm thấy mạnh mẽ và tự tin chiếm 80% thậm chí là hơn trong việc tạo nên thành công của việc diễn thuyết trước công chúng. Lúc đó, bạn sẽ biết phải phát biểu như thế nào, nói những gì. Một khi đã vượt qua được cảm giác sợ hãi diễn thuyết trước đám đông, thì việc diễn thuyết bằng tiếng Anh sẽ không còn là vấn đề với bạn nữa.

Rèn luyện sự tự tin

Sự tự tin không phải tự nhiên mà có. Để vượt qua được nỗi sợ diễn thuyết trước đám đông, bạn phải phát triển được khả năng làm chủ cảm xúc bản thân lên mức độ cao. Để làm được điều này đòi hỏi phải có sự luyện tập và rèn luyện. Những nhà diễn thuyết giỏi phải liên tục rèn luyện kỹ năng này.

Bạn sẽ sử dụng một kỹ năng cơ bản để đạt được mức độ làm chủ cảm xúc cần thiết khi diễn thuyết trước đám đông. Kỹ năng này được đưa ra để giúp bạn vượt qua phản ứng sợ hãi tự nhiên và thay thế nó bằng sự tự tin.

Để luyện thành công kỹ năng này, bạn cần phải luyện tập nhiều lần trước khi thực hiện bài phát biểu. Sẽ rất lý tưởng nếu bạn lặp đi lặp lại kỹ năng này hàng trăm lần trước khi lên sân khấu. Bạn hãy làm điều này trước mỗi và mọi bài diễn thuyết mà bạn trình bày.

Nỗi sợ hãi: Bạn không thể trấn áp nỗi sợ hãi mà chỉ có thể thay đổi

Phản ứng adrenaline rất mạnh mẽ. Một khi bị kích thích, người nói dường như không thể nào trấn áp được. Bạn không thể chống lại nó. Trên thực tế, bất kỳ nỗ lực trấn áp nỗi sợ nào cũng đều chỉ khiến cho tình hình trở nên tồi tệ hơn. Ví dụ, nếu tay bạn bị run trước khi bắt đầu bài phát biểu, gần như là không thể dừng điều này lại được. Điều tương tự cũng xảy ra khi nhịp tim nhanh hơn, thở gấp hơn, căng cơ, v.v... Một khi những phản ứng này xảy ra, sẽ không gì có thể dừng lại được. Lượng adrenaline lúc này đã ở trong máu của bạn và cơ thể sẽ nảy sinh phản ứng. Nếu bạn cố chống lại những phản ứng này, thì bạn sẽ càng trở nên thất vọng bởi bạn không thể thay đổi được chúng. Nỗi sợ của bạn sẽ nhân lên khi bạn nhận ra bản thân bị mất kiểm soát, và các triệu chứng trở nên trầm trọng hơn.

Một khi phản ứng adrenaline bị bùng phát, bạn chỉ có một lựa chọn duy nhất – biến nguồn năng lượng đó thành điều gì đó tích cực hơn. Hãy nhớ tác dụng của adrenaline – nó khiến bạn “chiến đấu hay là từ bỏ”. Điều này có nghĩa là bạn có thể sử dụng phản ứng sợ hãi tương tự để tạo ra động lực và kích lệ tinh thần “chiến đấu” của bạn. Đây chính là cách mà tôi biến đổi nỗi sợ hãi của mình khi diễn thuyết trước đám đông.

Bằng cách tận dụng nguồn năng lượng này, thay vì chống lại nó, bạn đã biến bản thân mình trở thành một nhà diễn thuyết năng động và tự tin. Các phản ứng sinh lý đối với nỗi sợ và sự phấn khích gần như hoàn toàn giống nhau. Khi phấn khích, nhịp tim của bạn cũng tăng lên, thở nhanh hơn, các cơ cũng căng cứng lên theo. Khi bạn cực kỳ phấn khích, bạn sẽ

đổ mồ hôi và tay sẽ run rẩy không ngừng. Nói cách khác, cơ thể bạn sẽ có phản ứng tương tự như với nỗi sợ. Vậy điều gì làm nên sự khác biệt giữa nỗi sợ hãi cực độ và sự phấn khích cực độ?

Đó chính là những cảm xúc và suy nghĩ đi kèm với các phản ứng sinh lý nhằm xác định xem liệu bạn đang sợ hãi hay phấn khích. Bằng cách kết nối các trải nghiệm tích cực với các cảm giác sinh lý, bạn sẽ luyện được cho bản thân cảm thấy hào hứng và mạnh mẽ hơn là cảm thấy sợ hãi.

Làm thế nào để biến nỗi sợ hãi thành sức mạnh?

Một lần nữa chúng ta sẽ quay trở lại với kỹ năng duy trì sự tự tin cho não bộ trong việc diễn thuyết trước đám đông.

Bước đầu tiên chính là tái tạo cảm giác sinh lý của sự sợ hãi càng nhiều càng tốt. Bạn sẽ muốn nhịp tim đập nhanh hơn, nhịp thở tăng lên, các cơ bắp căng lên theo. Cách dễ nhất để làm được điều này là vận dụng các bài tập trạng thái cảm xúc đỉnh cao mà bạn đã được học ở phần đầu của cuốn sách.

Hãy bật nhạc thật to và thật sôi động. Khi nghe nhạc, bạn hãy nhảy và di chuyển cơ thể của mình. Từng chút một, hãy nhảy cao hơn và nhanh hơn. Hãy cười thật lớn. Thực hiện các động tác thật mạnh và hét to "Làm được! Làm được! Làm được!" Tiếp tục như thế cho đến khi tim bạn đập nhanh và bạn thở mạnh hơn.

Tắt nhạc và bắt đầu nói về chủ đề của bạn khi bạn vẫn còn đang thở dốc. Hãy nói những ý chính. Nếu bạn đã lập kế hoạch cho bài phát biểu của mình, hãy thuyết trình toàn bộ bài.

Khi nói, cơ thể của bạn cũng nên di chuyển. Đi từ chỗ này sang chỗ khác trong phòng. Sử dụng các động tác mạnh mỗi khi di chuyển và luôn mỉm cười.

Lúc đầu, bạn sẽ thấy rất khó để thực hiện điều đó bởi bạn sẽ bị hụt hơi. Tim bạn đập quá nhanh và rất khó để nghĩ đến bài diễn thuyết của mình. Không sao cả. Tiếp tục cười và cố gắng làm tốt nhất có thể. Khi hoàn thành, bật lại nhạc và lặp lại toàn bộ quá trình.

Lặp lại bài tập này ít nhất là bốn lần/ ngày. Mỗi ngày, cố gắng để tim đập nhanh hơn trước khi bạn luyện tập bài diễn thuyết.

Bài tập này giúp bạn đạt được một số thứ. Trước hết, bạn tạo được thói quen tích cực. Thông qua việc nghe thể loại nhạc bạn thích, nhảy nhót và vui vẻ, bạn đã tạo ra được những cảm xúc tích cực mạnh mẽ. Khi cảm thấy sáng khoái, hãy bắt đầu bài phát biểu của mình. Bằng việc lặp đi lặp lại, những cảm xúc tuyệt vời này sẽ được kết nối với việc diễn thuyết. Cuối cùng, chỉ cần nghĩ đến việc trình bày bài diễn thuyết cũng sẽ khiến bạn tự động cảm thấy phấn khích.

Bài tập này cũng giúp bạn tập làm quen với các dấu hiệu cơ bản của sự lo lắng như nhịp tim nhanh, thờ đốc, đổ mồ hôi, v.v... Hầu hết mọi người luyện tập diễn thuyết khi họ đang ở trong trạng thái điềm tĩnh. Bởi họ luôn muốn rèn luyện trạng thái cảm xúc trấn tĩnh, họ không được chuẩn bị sẵn sàng cho các cảm xúc xuất hiện trong những buổi diễn thuyết thực sự. Bằng cách tập luyện với nhịp tim đập nhanh và nhịp thở tăng cao, bạn sẽ tập cho tinh thần mình đón chờ các phản ứng này làm quen với chúng. Vào ngày diễn thuyết, bạn sẽ không có cảm giác sợ hãi những dấu hiệu này nữa bởi chúng quá bình

thường và quen thuộc với bạn. Thay vào đó, bạn có thể tìm cách tận dụng những sức mạnh thể chất này biến chúng thành các cảm xúc tích cực và các hành động mạnh mẽ.

Đây chính là điểm khác biệt giữa tập luyện với thực hành. Những người thực hành, chỉ đơn giản xem xét bài diễn thuyết của mình, còn những người tập luyện lại cố gắng hết sức để tái tạo các điều kiện về tâm sinh lý, những điều xảy ra trong những buổi diễn thuyết thực tế. Bằng luyện tập, bạn sẽ giúp cho bản thân luôn trong trạng thái sẵn sàng đón nhận mọi việc.

Tập luyện kỹ năng làm chủ cảm xúc mỗi ngày

Việc luyện tập trạng thái cảm xúc thăng hoa tốn rất nhiều thời gian. Chỉ làm vài lần sẽ hoàn toàn là không đủ. Tốt nhất là bạn nên luyện tập hàng trăm lần trước khi thực hiện một bài diễn thuyết. Chuẩn bị và rèn luyện là những gì bạn cần làm để trở thành một nhà diễn thuyết tài năng.

Bạn chỉ cần đơn giản tập luyện hàng ngày để cải thiện và làm chủ nỗi sợ khi diễn thuyết trước đám đông. Tuy rằng rất khó, nhưng điều này thực sự bổ ích. Việc làm chủ cảm xúc khi diễn thuyết trước đám đông sẽ mở ra cho bạn nhiều cơ hội mới. Khi bạn có thể nói chuyện với một khán giả, thì bạn cũng có thể nói với hàng chục, hàng trăm, thậm chí hàng nghìn người cùng một lúc. Mức độ ảnh hưởng của bạn sẽ dần lớn hơn. Khi tầm ảnh hưởng của bạn đã lớn hơn, thì sự nghiệp của bạn cũng sẽ phát triển theo.

Chương

22

**Tiếng Anh giúp kết nối
bạn với thế giới**

Hãy nghĩ về lý do tại sao bạn học tiếng Anh. Rất có thể đây là ngôn ngữ giúp bạn giao tiếp và kết nối với những người khác. Giao tiếp bằng tiếng Anh chính là sự kết nối. Đó cũng chính là mục đích của việc giao tiếp bằng tiếng Anh - kết nối tất cả mọi người trên thế giới với nhau. Chúng tôi muốn kết nối cả về mặt cá nhân lẫn mặt tình cảm. Chúng tôi muốn kết nối với các đối tác kinh doanh, các khách hàng, các đồng nghiệp, và cả những người bạn mới nữa.

Tóm lại, chúng ta cần một cộng đồng sử dụng tiếng Anh. Sẽ cực kỳ hữu ích đối với người đọc nếu tham gia vào một cộng đồng cùng với những người học tiếng Anh khác để có cơ hội luyện tập và nâng cao vốn tiếng Anh của bản thân. Tuy nhiên, cộng đồng bạn tham gia như thế nào lại vô cùng quan trọng.

Nhóm đồng đẳng bạn tham gia có ảnh hưởng rất lớn đến thành công sau cùng của bạn. "Nhóm đồng đẳng" đơn giản là một nhóm người có liên kết với nhau. Bạn bè của bạn là một nhóm đồng đẳng. Gia đình bạn cũng là một nhóm đồng đẳng. Nếu bạn ghi danh vào một lớp học tiếng Anh tại trường, bạn cùng lớp với bạn sẽ tạo thành một nhóm đồng đẳng khác. Khi bạn tham gia vào một cộng đồng những người học tiếng Anh trực tuyến, họ cũng sẽ trở thành nhóm đồng đẳng của bạn.

Các nhóm đồng đẳng ảnh hưởng đến các thành viên bởi khi là một nhóm, họ sẽ chia sẻ và phát huy các hành vi và giá trị nhất định. Nhóm này sẽ giống như một thể thống nhất có những tiêu chuẩn nhất định và mọi thành viên trong nhóm đều phải hướng tới những tiêu chuẩn đó. Sự ảnh hưởng của nhóm có thể dẫn đến kết quả tích cực hoặc tiêu cực.

Nhóm đồng đẳng tiêu cực là nhóm có những tiêu chuẩn chung thấp. Các nhóm này thường có những đặc điểm chung

điển hình là gặp phải sự chỉ trích thường xuyên, quá tập trung vào các lỗi lầm, hay trách móc và thậm chí là cả những lời lẽ xúc phạm giữa các thành viên. Nhóm như thế này có xu hướng sẽ kéo các thành viên đi xuống, không khuyến khích và luôn ngăn cản các thành viên đi tới thành công. Đáng buồn là kiểu nhóm này đặc biệt phổ biến ở các trường học và các cộng đồng trực tuyến - hai môi trường học tiếng Anh phổ biến nhất.

Bạn cần có một nhóm mà có thể vực bạn lên. Bạn cần tham gia vào một nhóm luôn khích lệ bạn, luôn cho bạn những lời động viên tinh thần tích cực, điều này có thể khiến bạn vui vẻ và thoải mái. Bạn cần một nhóm sẽ luôn động viên bạn mỗi khi bạn gặp khó khăn và chia sẻ niềm vui mỗi khi bạn thành công.

Các nhóm đồng đẳng tạo ra hiệu ứng “xoắn ốc”, bất kể là theo chiều hướng tăng lên hay giảm xuống. Thông qua sự tương tác lẫn nhau, các tiêu chuẩn và giá trị của mình, cộng đồng nhóm đồng đẳng sẽ có ảnh hưởng ngày càng nhiều đối với bạn. Tham gia vào một nhóm đồng đẳng kém thậm chí sẽ hủy hoại sự tự tin của bạn, bất kể bạn mạnh mẽ như thế nào đi chăng nữa. Nhưng nếu tham gia vào một nhóm biết truyền cảm hứng cho bạn thì sẽ giúp bạn tiến bộ, phát triển và đạt được thành công rực rỡ, ngay cả khi bạn cảm thấy vô vọng nhất.

Hãy chọn lựa thật cẩn thận. Khi cân nhắc về việc tham gia một lớp học hay một cộng đồng tiếng Anh trực tuyến, hãy tìm hiểu về nó thật kỹ càng. Hãy chú ý về cách mà các thành viên tương tác với nhau. Khi một cá nhân trong nhóm thành công, người đó có được chia sẻ niềm vui không hay các thành viên khác lại ghen tị? Khi một cá nhân trong cộng đồng đó gặp

khó khăn, các thành viên khác có động viên khích lệ người đó không hay họ tỏ ra thờ ơ?

Trong khi đây dường như là một điều quá rõ ràng, thì rất nhiều học sinh quên đi mất nguyên nhân cuối cùng của việc học tiếng Anh. Trong các lớp học giao tiếp tiếng Anh truyền thống, rất dễ thấy học sinh quá tập trung vào các bài kiểm tra, sách giáo khoa, điểm số và “trình độ”. Một thời gian sau, bạn với tư cách là một học sinh sẽ bị lo lắng thái quá về những thước đo “giả” này mà quên đi mục đích chính của việc học.

Ở mức độ cao nhất, giao tiếp tiếng Anh chính là cách tạo dựng các mối quan hệ cộng đồng quốc tế và duy trì những mối liên hệ đặc biệt giữa người với người. Bạn muốn những người như thế nào tham gia vào cùng nhóm nói tiếng Anh với bạn?

Một trong những mục tiêu hiện tại của tôi là thông qua các buổi hội thảo, các khóa học và các nhóm trực tuyến để tạo ra những nhóm cộng đồng quốc tế vững mạnh. Tôi muốn giúp mọi người kết nối và giao tiếp với nhau theo những cách tích cực và có ý nghĩa – và giúp họ duy trì liên hệ với nhau. Một cách khác nữa bạn có thể thực hiện điều này là thông qua các diễn đàn thành viên và các câu lạc bộ giao tiếp của chúng tôi. Những diễn đàn và câu lạc bộ này được lập ra cho phép bạn tương tác, giao lưu và đặt câu hỏi với những sinh viên học tiếng Anh khác.

Tôi cũng muốn bạn phải luôn nhớ lý do ban đầu vì sao bạn học tiếng Anh. Bỏ qua điểm số, các bài kiểm tra và không cần lo lắng về những lỗi sai hay bạn nói như thế nào trong mắt người khác. Chỉ cần tập trung vào giao tiếp và cố gắng giao tiếp với những người tích cực. Đừng quên xung quanh bạn có rất nhiều người nhiệt huyết yêu thích tiếng Anh.

Bạn càng liên kết được với nhiều người yêu thích tiếng Anh, bạn càng trở nên hứng thú với nó. Sự nhiệt tình rất dễ lan tỏa! Hãy khôn ngoan khi chọn nhóm cho riêng mình.

Tâm quan trọng của cộng đồng

Khi học bất cứ thứ gì, đặc biệt là tiếng Anh, việc tạo lập được một cộng đồng – một nhóm những người học nhiệt tình là vô cùng quan trọng. Đây là lý do tại sao mọi người vẫn đi học tại trường, bất kể các phương pháp giảng dạy ở đó chán như thế nào. Mọi người muốn có một cộng đồng, muốn tham gia cùng với những người khác. Họ muốn có động lực thúc đẩy, có sự hỗ trợ và cần có sự truyền cảm hứng, những điều mà một cộng đồng tốt có thể mang lại cho họ.

Đây chính là lý do vì sao trang web của chúng tôi được gọi là Effortless English Club™ (EffortlessEnglishClub.com). Effortless English™ còn tuyệt vời hơn cả một khóa học – đây là một cộng đồng với những học viên nhiệt tình và tích cực. Trên thực tế, chúng tôi rất quan tâm đến tính cách và thái độ thành viên trong cộng đồng của chúng tôi. Chúng tôi chỉ chấp nhận những người học tiếng Anh có động lực, những người thực sự nhiệt huyết và năng nổ.

Chúng tôi giám sát câu lạc bộ của mình khá chặt chẽ, và chúng tôi không chấp nhận thái độ tiêu cực, xúc phạm hay cách cư xử trẻ con thường thấy trên các cộng đồng mạng. Ví dụ, trong hầu hết các diễn đàn trên mạng, bạn sẽ phát hiện ra một số lượng lớn những lời xúc phạm và cãi vã. Chúng tôi không cho phép điều đó xảy ra. Những thành viên như thế sẽ

nhanh chóng và dứt khoát bị loại trừ khỏi câu lạc bộ và không bao giờ được phép tái gia nhập nữa.

Thực sự đó là một quy định rất nghiêm khắc nhưng cần thiết. Rất khó để tạo ra được một câu lạc bộ học tiếng Anh trực tuyến quốc tế tuyệt vời. Và nói thật là tôi không quan tâm đến việc chấp nhận và khoan dung với người khác. Mục tiêu của tôi là tạo ra được một câu lạc bộ học tiếng Anh quốc tế chỉ dành riêng cho những người học có thái độ tích cực. Tôi cần có những thành viên nhiệt tình nhất, năng động nhất, thân thiện nhất trên thế giới, và thực tế, đó chính xác là những gì tôi đang có.

Các thành viên trong Effortless English Club™ thực sự rất tuyệt vời. Không thể tưởng tượng nổi mức độ nhiệt tình và thân thiện của họ. Các thành viên mới luôn rất vui mừng khi tìm ra được một câu lạc bộ thú vị như vậy. Chúng tôi có rất nhiều các thành viên “lão luyện” sẽ giúp trả lời các câu hỏi của bạn, đưa ra lời khuyên, khích lệ bạn khi bạn cảm thấy chán nản và truyền cảm hứng cho bạn để bạn tiến tới thành công.

Chúng tôi đã khiến cho cộng đồng của chúng tôi trở nên mạnh hơn khi quảng bá trên Chương trình VIP mới của chúng tôi. Đối với chúng tôi, VIP chính là Tâm nhìn, Nguồn cảm hứng, và Sự kiên trì. Đây là nơi mà các thành viên gặp gỡ và có thể nhận được những bài giảng mới từ tôi mỗi tháng. Tất cả các bài học đều có video, âm thanh và văn bản, vì vậy bạn có thể dễ dàng hiểu mọi thứ. Nhưng quan trọng hơn, các bài học sẽ tập trung vào ba chủ đề chính: Các chiến lược học nâng cao, Tâm lý thành công và Khả năng lãnh đạo tích cực.

Chương trình Thành viên VIP tập trung không chỉ vào

tiếng Anh mà còn tập trung vào việc học và sự thành công nữa. Đây là nơi mà hầu hết những sinh viên tận tâm của chúng tôi (1% đứng top đầu) gặp gỡ và trao đổi học hỏi lẫn nhau – một câu lạc bộ và một cộng đồng vững mạnh của những người giỏi nhất trong số những người giỏi nhất. Họ là những người giỏi nhất không chỉ bởi khả năng tiếng Anh của bản thân, mà còn vì thái độ tích cực, sự kiên trì và sự nỗ lực hết mình với việc học.

Chương

23

**Nguyên tắc và Sứ mệnh của
Effortless English**

Cộng đồng Effortless English™ được lập cùng với mục đích, nguyên tắc, sứ mệnh và các giá trị của chúng tôi. Tất nhiên, mục đích chính của chúng tôi là giúp các bạn nói tiếng Anh một cách trôi chảy và chính xác. Tuy nhiên, chúng tôi cũng xin chia sẻ nguyên tắc, sứ mệnh và các giá trị sâu sắc hơn.

Sau đây là các nguyên tắc, sứ mệnh và giá trị góp phần tạo nên cộng đồng vững mạnh và đầy nhiệt huyết của chúng tôi, với các thành viên đến từ tất cả mọi lứa tuổi không phân biệt tuổi tác, giới tính, chủng tộc. Nguyên tắc của Effortless English™ rất đơn giản, bao gồm ba quy tắc ứng xử chính. Tất cả các thành viên khi tham gia đều đồng ý thực hiện theo những quy tắc sau.



Nguyên tắc của Effortless English™ là:

1. Làm tốt nhất trong khả năng có thể
2. Làm điều đúng
3. Cho người khác thấy sự quan tâm

Làm tốt nhất trong khả năng có thể có nghĩa là chúng tôi sẽ cố gắng hết mình để nâng cao, cải thiện bản thân nhưng chúng tôi cũng biết không có gì là hoàn hảo. Chúng tôi không quan tâm đến sự hoàn hảo. Chúng tôi cũng không thất vọng về các lỗi lầm. Chúng tôi luôn tập trung vào sự tiến bộ thay vì “câu trả lời đúng”.

Làm điều đúng có nghĩa là chúng tôi không nói dối,

không buồn chuyện hay xúc phạm các thành viên khác. Chúng tôi đối xử với nhau như những người bạn thực sự và như những thành viên trong gia đình. Chúng tôi tuân theo “Quy tắc Vàng” để có cách ứng xử lịch thiệp và đúng mực trong cộng đồng của mình.

Cho người khác thấy sự quan tâm có nghĩa là chúng tôi cố gắng tránh thái độ tiêu cực. Hơn nữa, chúng tôi luôn chủ động khích lệ và hỗ trợ các thành viên khác. Khi một thành viên cảm thấy chán nản, thất vọng, chúng tôi khích lệ họ. Khi một thành viên thành công, chúng tôi chúc mừng, cổ vũ và khen ngợi họ thật chân thành. Chúng tôi luôn tìm cách giúp đỡ lẫn nhau.

Bên cạnh việc giúp các bạn thành thạo kỹ năng giao tiếp tiếng Anh, cộng đồng chúng tôi cũng chia sẻ sứ mệnh cao cả hơn. Sứ mệnh đó là:

Khám phá ra những cơ hội mới để phát triển

Mang lại sự tự tin, sức sống và niềm vui cho tất cả mọi người trên thế giới.

Mạnh dạn đi đến những nơi mà chúng tôi chưa từng đến trước đó.

Khám phá ra những cơ hội mới để phát triển có nghĩa là chúng tôi luôn tìm tòi những phương pháp mới để học hỏi và nâng cao khả năng bản thân. Chúng tôi sẽ tận tâm với việc học suốt đời. Khi đã tiến bộ, chúng tôi sẽ chia sẻ thành công của mình với người khác. Chúng tôi giúp những người khác cảm thấy mạnh mẽ hơn, tràn đầy sức sống hơn và vui vẻ hơn. Chúng tôi có thể thực hiện điều này tại Effortless English Club™. Chúng tôi thực hiện điều này trong gia đình chúng

tôi. Chúng tôi làm điều này ở bất cứ nơi nào chúng tôi có thể. Cuối cùng, chúng tôi cố gắng sống hết mình với tâm lý thật thoải mái. Chúng tôi luôn sẵn sàng thử sức những điều mới mẻ, xem xét các ý tưởng mới, và đi đến những miền đất mới. Chúng tôi luôn duy trì tinh thần lạc quan, thích phiêu lưu đối với cuộc sống.

Sứ mệnh này có mối liên hệ với các giá trị cộng đồng của chúng tôi. Các giá trị đó là:

1. Tận tâm với sứ mệnh

Với tư cách là thành viên của cộng đồng Effortless English™, tất cả chúng tôi chia sẻ sứ mệnh với nhau. Sứ mệnh là thứ khiến chúng tôi phải thực hiện cùng nhau như một đội, như một gia đình quốc tế.

2. Sự nhiệt huyết

Sự nhiệt huyết là yếu tố thiết yếu dẫn đến thành công trong mọi lĩnh vực của đời sống. Lòng nhiệt huyết sẽ tạo ra trạng thái cảm xúc cao nhất và giúp chúng tôi có năng lượng để học tập. Chúng tôi biết chọn lọc có ý thức để phát triển lòng nhiệt huyết của bản thân trong học tập và cuộc sống.

3. Luôn nỗ lực không ngừng

Như sứ mệnh của chúng tôi đã đề ra, chúng tôi sẽ luôn nỗ lực không ngừng. Chúng tôi biết rằng thành công lớn có được là kết quả của những nỗ lực nhỏ bé nhưng không ngừng nghỉ. Chúng tôi cũng nhận ra rằng việc học làm cho cuộc sống trở nên thú vị và vui thích hơn và chúng tôi sẽ tiếp tục sự nghiệp học tập chừng nào mà chúng tôi vẫn còn sống.

4. Đóng góp

Sự thành công của mỗi cá nhân đều rất quan trọng và vì vậy thành công đó nên được chia sẻ. Khi chúng tôi đã tiến bộ, chúng tôi cũng sẽ giúp cả những người khác. Chúng tôi cảm thấy vui mừng vì những thành công của những người khác trong cộng đồng của chúng tôi. Chúng tôi sẽ nỗ lực hết mình để giúp người khác theo mọi cách mà chúng tôi có thể thực hiện.

5. Tự tin vào bản thân

Các thành viên của Effortless English Club™ đều là những người học độc lập và chủ động. Chúng tôi không chờ đợi giáo viên, trường học hay các chuyên gia nói chúng tôi phải làm gì. Chúng tôi không đợi người khác giải quyết vấn đề của chúng tôi. Chúng tôi sẽ tự chịu trách nhiệm về cuộc sống và mọi trách nhiệm của bản thân. Chúng tôi là những người học chủ động.

6. Sự kiên trì

Bạn sẽ không thể đạt được thành công nếu không có sự kiên trì. Khi nhận thấy điều gì quan trọng với bản thân, chúng tôi sẽ không từ bỏ. Bất chấp những khó khăn, thách thức, bất chấp những thất bại trước mắt, chúng tôi vẫn tiếp tục cố gắng. Chúng tôi luôn tiếp tục tiến lên phía trước cho đến khi đạt được mục tiêu của mình.

7. Khả năng lãnh đạo tích cực

Mọi thành viên trong Effortless English Club™ đều là một nhà lãnh đạo bởi mỗi cá nhân có thể khuyến khích và

truyền cảm hứng cho người khác. Trong cộng đồng chúng tôi, chúng tôi có những tấm gương để noi theo. Chúng tôi không cần phải nói với người khác cần phải làm gì. Thay vì đó, chúng tôi cố gắng để trở thành những hình mẫu lý tưởng để người khác học tập. Chúng tôi nỗ lực làm việc để cho mọi người thấy điều đó. Và khi trở thành những người lãnh đạo, chúng tôi muốn những người khác cũng phải mạnh mẽ hơn, thành công hơn và tự tin hơn.

Tôi có một niềm tin rằng tất cả các trường học đều nên có nguyên tắc, sứ mệnh và giá trị của riêng mình. Rất nhiều những vấn đề trong giáo dục sẽ được giải quyết nếu giáo viên, những nhà quản lý và học sinh được hướng đến những quy tắc đó.

Một trong những vấn đề nan giải nhất trong trường học là bản thân các giáo viên không nhận ra được là họ phải làm nhiều điều hơn thay vì chỉ là giảng bài và kỷ luật các học sinh của mình. Người giáo viên giỏi thực thụ sẽ không chỉ là những người truyền dạy kiến thức, mà họ còn là những người dẫn dắt, hướng dẫn, những người truyền cảm hứng cho học sinh của mình hướng đến thành công.

Hãy thử nghĩ về vị huấn luyện viên thể thao mà bạn yêu thích – người mà dẫn dắt giúp cho đội của mình thành công. Những người này không chỉ đơn thuần truyền dạy những kỹ năng thể thao, mà những huấn luyện viên tuyệt vời này còn dẫn dắt và truyền cảm hứng cho đội của mình. Họ là những chuyên gia trong lĩnh vực tâm lý học thực tiễn. Họ biết cách tạo hứng khởi và động lực cho các vận động viên của mình. Họ khiến cho đội của mình mạnh mẽ hơn, tự tin hơn và thành công hơn.

Đây là lý do tại sao tôi hay tự gọi mình là “huấn luyện viên” tiếng Anh hơn là giáo viên tiếng Anh. Từ “huấn luyện viên” nhắc nhở tôi nhiều hơn. Nó nhắc tôi tập trung vào việc tạo hứng khởi, dẫn dắt và truyền cảm hứng cho các thành viên trong đội của mình. Là một huấn luyện viên, tôi phải làm nhiều thứ hơn là việc dạy tiếng Anh, tôi giúp các bạn tin vào bản thân. Tôi thuyết phục các bạn có niềm tin rằng các bạn có thể thành công với tiếng Anh và sự thực là các bạn sẽ làm được. .

Tôi hy vọng cuốn sách này sẽ có tác dụng đúng như vậy. Tôi mong các bạn hãy tự tin hơn, mong rằng các bạn hãy tin là bản thân có thể và chắc chắn sẽ thành công trong việc giao tiếp tiếng Anh. Quá khứ không giống tương lai. Bất kể trước đây, bạn có gặp khó khăn như thế nào khi học tiếng Anh, tất cả giờ đã qua. Hãy để những khó khăn đó lùi vào dĩ vãng. Hôm nay là một ngày mới và giờ đây, bạn đã có một phương pháp học hoàn toàn mới.

Hôm nay là của bạn. Giờ bạn đang tiến trên con đường học giao tiếp tiếng Anh của Effortless English™.

Hãy tận hưởng điều đó!

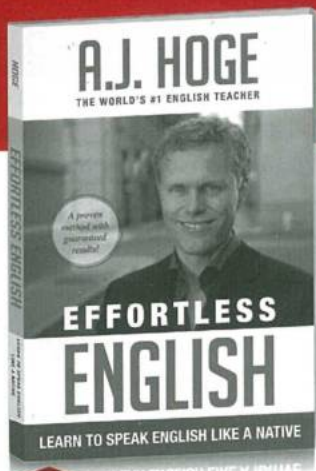
TẢI SÁCH NÓI



Đây là một dịch vụ cung cấp cho người học tiếng Anh, và tôi đã thu âm phiên bản audio của cuốn sách này.

Bạn có thể nhận được bản audio tại trang web:

EffortlessEnglish.com



Bạn có thể sử dụng bản âm thanh và bản viết của cuốn sách theo từng chương. Học thật kỹ bằng cách nghe và đọc lần đầu tiên từng chương cùng một lúc. Thực hiện điều này trong vài ngày. Sau đó, đặt phiên bản viết sang một bên và chỉ cần lắng nghe phiên bản audio trong vài ngày. Khi bạn đã thành thạo chương đó, lặp lại quá trình với chương tiếp theo.

CÁC KHÓA HỌC CỦA EFFORTLESS ENGLISH™

Bạn có thể đẩy nhanh mức độ tiến bộ và nâng cao kết quả tiếng Anh bằng cách tham gia cùng với A.J vào một trong những khóa học của Effortless English™. Hãy tham gia đào tạo để trở thành một người nói tiếng Anh trôi chảy và tự tin.

Mỗi khóa học đều được thiết kế để có thể sử dụng các phương pháp đã đề cập đến trong cuốn sách này. Khi bạn đăng ký một khóa học bất kỳ của Effortless English™, bạn sẽ có cơ hội cải thiện khả năng nói tiếng Anh của mình thông qua việc sử dụng các bài học bằng âm thanh và hình ảnh do chính A.J giảng dạy.

Đây là cách dễ dàng nhất để tận dụng chương trình Effortless English™ nhằm đạt được thành công nhanh nhất có thể.



Hãy đăng ký tham gia một trong những khóa học của A.J ngay hôm nay:

EffortlessEnglishClub.com.

AJ HOGE

PHÁT BIỂU VÀ ĐÀO TẠO

AJ sẽ trang bị cho các học viên thông qua việc sử dụng thành thạo tiếng Anh như là một bước đệm để họ có cơ hội được phát triển mạnh mẽ trong nền kinh tế toàn cầu.

AJ cũng đã thực hiện việc tư vấn cho các công ty quốc tế trên 4 châu lục, thuyết giảng tại các buổi hội thảo của các doanh nghiệp và tại những địa điểm công cộng ở Mỹ, châu Á, Tây Âu và Nam Mỹ.

AJ sẽ nói những chủ đề liên quan đến tiếng Anh, việc giảng dạy và đào tạo, thuyết trình trước đám đông, cơ hội phát triển sự nghiệp và marketing trực tuyến. Ông cũng sẽ điều chỉnh các bài phát biểu của mình để phù hợp với nhu cầu của từng tổ chức.



Truy cập ajhoge.com để tìm hiểu thêm về các bài thuyết giảng, đào tạo và tư vấn của AJ.

THAM GIA HỌC CÁC KHÓA TIẾNG ANH THỰC THỤ

Học tiếng Anh thực thụ, bao gồm các câu thành ngữ, các từ lóng và tiếng Anh thông thường với nhóm các chuyên gia Học Tiếng Anh Thực thụ, gồm: A.J., Kristin Dodds, và Joe Weiss.

Những khóa học này sẽ đưa ra các cuộc hội thoại tự nhiên, dạy cho bạn ngôn ngữ mà người bản địa sử dụng thường ngày.

Truy cập:

<http://LearnRealEnglish.com>

để biết thêm thông tin về các khóa học Học Tiếng Anh Thực thụ

CÁC KHÓA HỌC TIẾNG ANH THƯƠNG MẠI

A.J. và cha mình George Hoge sẽ giúp bạn phát triển sự nghiệp kinh doanh quốc tế của bạn. Hãy làm chủ ngôn ngữ quốc tế chuyên ngành kinh doanh với các khóa học tiếng Anh Thương mại của chúng tôi.

Truy cập:

<http://BusinessEnglishConversations.com>

để biết thêm thông tin về các khóa học Tiếng Anh thương mại.

Đôi nét về tác giả



A.J. Hoge là nhà sáng lập, giám đốc của Effortless English LLC và là người đồng sáng lập của Học Tiếng Anh thực thụ và Đàm thoại tiếng Anh Thương mại. Ông được biết đến với mệnh danh là “giáo viên tiếng Anh bậc nhất thế giới” và rất nổi tiếng với vai trò là người dẫn chương trình của Effortless English Show, với hơn 41.000.000 lượt tải về trên toàn thế giới. Ông có bằng thạc sỹ về chứng chỉ TESOL và giảng dạy tiếng Anh từ năm 1996. A.J. thuyết giảng tại các buổi hội thảo trên toàn thế giới với các chủ đề về tiếng Anh, thuyết trình trước đám đông, các phương pháp đào tạo hiệu quả, cơ hội phát triển nghề nghiệp và marketing trực tuyến.

Liên hệ với AJ thông qua:

AJHoge.com

twitter.com/ajhoge

youtube.com/ajihoge

plus.google.com/+effortlessenglishclub

facebook.com/effortlessenglish

Tải các bản audio của Effortless English tại

EffortlessEnglish.com

Các buổi phát biểu, hội thảo và sự kiện trực tiếp có thể đặt trước tại

events@EffortlessEnglishClub.com

Các yêu cầu về phương tiện truyền thông

events@EffortlessEnglishClub.com

NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
16 Hàng Chuối - Hai Bà Trưng - Hà Nội
Điện thoại: Biên tập - Chế bản: (04) 39714896
Hành chính: (04) 39714899 ; Tổng Biên tập: (04) 39715011
Fax: (04) 39714899

LEARN TO SPEAK ENGLISH LIKE A NATIVE
Luyện nói tiếng Anh như người bản ngữ

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Giám đốc - Tổng Biên tập: TS. PHẠM THỊ TRÂM

Biên tập : Thu Huyền - Lê Huế

Sửa bản in : Huyền Nguyễn

Chế bản : Mạnh Hà

Vẽ bìa : Trọng Kiên

MCBooks

Liên kết xuất bản Công ty CP sách MCbooks

Trụ sở chính:

Địa chỉ: 26/245 Mai Dịch, Cầu Giấy, Hà Nội

Tel: (84-4) 37.921.466

Website: <http://www.mcbooks.vn>

Email : contact@mcbooks.vn

KNOWLEDGE SHARING

Mã số: 2L- 577 ĐH2014

In 10.000 cuốn khổ 14,5x20,5cm tại Công ty Cổ phần in Sao Việt.

Số xuất bản: 1796-2014/CXB/12-288 ĐHQGHN, ngày 03/9/2014.

Quyết định xuất bản số: 581LK/XH/QĐ-NXBĐHQGHN.

In xong và nộp lưu chiểu năm 2014

“Phương pháp này hiệu quả, bạn chỉ cần thư giãn và tận hưởng. Bạn chỉ cần kiên nhẫn. Nghe, trả lời, và một ngày nọ, não của bạn sẽ vượt chướng ngại vật. Chúng ta bắt đầu suy nghĩ bằng tiếng Anh mà không cần phải dịch.”

Keith Williams - Nhân viên vật lý trị liệu cho Lead OT (social services) tại Luân Đôn

<https://www.facebook.com/profile.php?id=614361090&fref=ts>