

从心理学角度谈英语词汇学习方法^{*}

朱金碧¹, 邱晓骏²

(1. 重庆工学院 外国语学院, 重庆 400050; 2. 内江师范学院, 四川内江 641000)

摘 要: 针对中国学生英语词汇学习的现状, 通过对英语词汇学习识记的定义, 从心理学的角度对英语词汇学习和词汇教学的难点及对策进行阐述分析。

关键词: 记忆生理本质; 心理过程; 记忆信心; 英语词汇

中图分类号: G442

文献标识码: A

文章编号: 1671-0924(2005)02-0157-03

On Vocabulary Learning Strategy Vocabulary in Perspective of Psychology

ZHU Jin-bi¹, QIU Xiao-jun²

(1. School of Foreign Languages, Chongqing Institute of Technology, Chongqing 400050, China;

2. Neijiang Normal College, Neijiang 641000, china)

Abstract: Based on the present situation where students study and memorize English new words in China, this paper briefly expounds and analyses the problems and difficulties in English vocabulary learning and teaching from the angle of psychology through the definition of English vocabulary teaching and memorization.

Key Words: physiological nature of memory; course of psychology; confident memory; English Vocabulary

记忆英语词汇是英语学习中的一个重要环节。学生在此期间采用的学习方法往往会形成自己的学习习惯,并长期保持下去。如果记忆英语词汇的方法不正确,学生往往费了很大的力气,却事倍功半,学习效果甚差。英语词汇记忆便成了不少学生学习英语的“拦路虎”,甚至是产生两极分化的一种根源。学习的真谛在于掌握科学的学习方法,本文中从心理学角度对英语词汇记忆方法进行分析阐述,希望能为学习英语的人寻出一条捷径。

1 记忆生理本质的认识及探讨

记忆的生理本质尚处于不断认识及研究的过程中。从心理过程看,它包括识记、保持和复现³三个阶段。识记是识别和记住事物的特点及其内外联系^[1]。人通过眼、耳、口等感官把物理特性编码为言语的间接形式编码,从而建立暂时神经联系。在这一过程中,关键是识别事物的特点及该特点的

内外联系。因此,注意输入刺激,分析特点,建立联系便成了良好识记的重点。保持是将识记所留下的痕迹存留于大脑皮层上。因为识记从瞬间记忆开始到短时记忆止,共约一分钟。短时记忆须经及时加工复述,才能保持一分钟到若干年,从而形成长时记忆。长时记忆便是记忆的保持阶段,即储存信息。保持的关键是对短时记忆材料尽早进行结构调整,加深痕迹。再认或复现是记忆的高级阶段,既是提取信息的活动,也是延长保持及战胜遗忘的活动。在这一过程中,如果被记忆的材料(痕迹)已经消失,再认或复现就不可能继续。良好的再认或复现是记忆的关键。因此,提高记忆有赖于两个方面——高效的识记和长期的保持。

2 提高记忆英语词汇的效率首先要提高英语词汇识记的效率

根据记忆系统的结构模型(Collins and Quillian

^{*} 收稿日期:2004-05-26

作者简介:朱金碧(1954-),女,重庆人,副教授,主要从事大学英语教学与研究。

1969),影响记忆效果的关键因素是学习内容能否被高效率地纳入稳固的记忆结构。要想获得良好的识记效果,首先应从以下几方面着手。

2.1 激发学习兴趣,建立记忆信心。兴趣是学生学习的动力,信心则是能否识记英语词汇的前提。如果学生对记忆英语词汇产生兴趣,就会勇于记忆,对记忆的内容不会产生怀疑。对记忆有了信心则会有目的地去记忆,并能产生良好的记忆效果。激发学生记忆的兴趣,建立记忆的信心则成为提高记忆效果的首要任务。为了避免记忆英语词汇的枯燥,教师应充分利用生动形象的方法进行教学,激发学生记忆英语词汇的兴趣,并在学生脑海里留下深刻难忘的印象。例如:初一学生在还没有学习音标前,课文中便出现了 eraser(橡皮擦)这个多音节单词。如果让学生死记硬背,学生很难记牢。但是教师引导学生进行观察分析,化机械记忆为理解记忆,学生们就会惊喜地发现这个单词是 as 前后分别加上 er 构成;教 eye(眼睛)这个单词时,可以把词中的 y 比着人的“鼻梁”,而两个 e 则是鼻梁两侧的两只“眼睛”;look 就是用两只眼睛 oo“看”;level 这个单词两边对称,而且在同一“水平”上。在中国人民教育出版社与新加坡泛太平洋出版有限公司合编的小学英语二册中出现了 pineapple(菠萝)这个很长的单词。学生们在教师指导下通过观察分析,很快发现这个单词是由 pine 和 apple 两个部分构成。教师再因势利导告诉学生, pine 的意思是“松树”,因为“菠萝”的外表像个大松果, apple 是“苹果”,因为菠萝里边的果肉像苹果肉。学生们对这样的讲解表现出很高的兴趣。生词学得很轻松,也容易记牢,并增强了学生学习英语的兴趣和学好英语的信心。

2.2 重视英语词汇记忆的首次感知。感知是识记的起点。由于人的记忆有“先入为主”的特点,首次感知词汇的清晰,生动,准确,既能强化对识记材料的注意力,又能提高识记的准确性。根据图式理论(Rumelhart & Norman, 1985)^[2],视觉表象在记忆过程起重要作用。已有实验表明(Paivio 1986),分别使用表示同一概念的英语词汇和图作记忆材料,例如利用英语单词 making a model plane(制做模型飞机)和表示这一活动的图画进行回忆实验,学生们对后者的记忆率明显高于前者。这说明形象化的言语刺激比单纯的符号概念刺激在记忆中保持得更好。所以,在教学活动中,当课文里出现生词时,教师一边用英语向学生解释描述,一边寥寥几笔,用简笔画在黑板上生动地勾画出讲述的内容,这样的生词教学就能在学生的记忆中留下深刻的印象。在讲解要求学生重点记忆的词句时,都可用彩色粉笔或大写字母进行板书。比如,用彩色粉笔划出英语生词的词根,前缀,后缀及相同发音的字母组合。朗读时,也可有意用语调的变

化予以强调,使学生在首次感知中获得深刻印象。

2.3 使用视觉记忆、听觉记忆与动觉记忆进行英语词汇的识记。根据感觉器官在记忆中的作用,可把记忆分为视觉记忆、听觉记忆和动觉记忆^[3]。从学习英语的角度来看,动觉是指说、读、写的活动。除画家视觉记忆特别发达,音乐家听觉记忆特别强外,一般人的记忆都是混合记忆类型。因此在识记英语词汇时,教师要引导学生眼看、耳听、手写、嘴说、口读。因为利用多种记忆在同一时间共同参加识记活动,可强化识记的材料,使之很快地由瞬间记忆进入短时记忆。在学习一个英语生词时,既要看到它,再把它读出来,通过听觉监听自己的发音,还必须动手写一写,动脑想一想词义。这样通过多种感官把同一信息输入大脑,大脑皮层便可围绕识记材料建立多途径联系,使英语词汇的音、形、义各个方面的特征及其内在联系得以结成整体,使识记形成深深的痕迹,便于保持记忆,长期储存在大脑里。记忆的生理机制告诉我们,对各种感官的多种刺激,容易在大脑有关部位建立多方面的暂时神经联系,因而有助于记忆。根据这个道理,教师应引导学生运用各种类型的记忆来学习和掌握英语词汇。

2.4 在学习运用的言语活动中进行英语词汇的识记。词汇只是语言的建筑材料,它必须运用于言语活动中才能表达完整的思想。只有在具体的言语活动中学生才能找出词汇的多方面联系及其不同特点,从而增强掌握运用语言的能力。因此,要让学生在听、说、读、写的言语活动中去识记英语词汇,而不要孤立地识记。在词的使用中,由于生词与不同的词搭配并构成不同的句型,在人的意识中就形成词的使用的演进系列。把这个英语生词放进几个在逻辑上有一定联系的演进系列,就把英语单词的使用由平面的学习提高为立体的学习,学生对词汇的理解和记忆也就随之加深。在英语教学活动中,要尽可能多给学生提供独立言语活动的机会,让他们动口、动手、动脑;使他们在言语活动中识记英语词汇、短语和句子。英语词汇要让学生在听、说、读、写句子中去识记,消化和吸收,并在听、说、读、写句子中加深理解,学会使用。把英语词汇放在句子中记,放在各种短语搭配里练,在句子中学习英语词汇,这样就能起到让学生学后很快就能使用的效果。

3 词汇的复习是识记之后减少遗忘的关键

识记之后进入保持,保持不消退才能再认或再现^[4]。从高级神经活动学说来看,遗忘是过去形成的暂时神经联系的抑制和消退。从英语词汇学习的角度上讲,产生遗忘的主要原因是学生没有重视经常地巩固和复习已经学习过的单词。教学

实践证明,同遗忘作斗争的主要措施是多次地重复。因此,在识记之后要采用多种方法来加深大脑皮层的痕迹,提高保持记忆的效果。

3.1 利用联想,帮助保持。联想是新旧知识建立联系的产物。新旧知识的联系越多,保持越长久。在英语词汇至少可以建立以下联系:一是发音与拼写规律的联系。按照发音的规律把新旧词汇进行归类,使新旧词汇建立发音或拼写上的联系。如教生词 *tear*,便可联系已学过的 *ear*、*pear*、*bear*、*fear*、*year*、*hear* 等;教 *pound* 这个生词时,可以联系已学过的 *sound*、*round*、*ground*、*playground* 等。在教学活动中把发音规则和拼写规律的知识和技能、技巧加在一起,就如同一把解决读音和拼写问题的双刃尖刀,使大量繁重而又繁琐的问题迎刃而解。从而达到节约时间,提高效率的目的。二是近义词的联系。学习生词时,要回忆联想已学过的近义词。如学习 *right* 时,联想 *correct*、*true*、*real*、*actual*、*genuine*、*accurate*; 学习 *shine* 时,联想 *gleam*、*beam*、*glisten*、*glitter*、*glimmer*、*sparkle*、*flash* 等。三是反义词的联系。利用反义词进行对立联想,即利用识记对象之间的对立性,去提高保持的效果。如: *war* 和 *peace*, *flatter* 和 *insult*, *fear* 和 *boldness*, *entire* 和 *partial* 等。通过近义词、反义词的复习,不仅可以活跃学生的思维,而且可以使学生由被动变为主动的识记生词,加深记忆。四是构词法的联系。英语单词虽然数量浩如烟海,难学难记,但其本身却有内在规律可寻。单词是由词素(词根、词缀)构成,而词素的数量有限。利用英语构词法建立记忆联系,可以加深对生词结构的观察理解,从而加强保持、增量的效果。如: *airport* = *air* + *port*; *telephone* = *tele* + *phone*; *headache* = *head* + *ache*。又如词根 *memor* (记忆力,记住); *memor* + *y* (名词后缀,表示情况,状态,行为) 记忆,记忆力,回忆; *memor* + *ize* (动词后缀,使...) 记住,熟记; *memor* + *able* (可...的) 难忘的,值得纪念的; *memor* + *ial* (形容词后缀,....的) 记忆的,纪念的; *im* + *memor* + *ial* (表否定的前缀) 无法记忆的,太古老的,远古的; *memor* + *andum* (名词后缀,表示“物”) 备忘录; *com* + *memor* (加强意义); *memor* + *ate* (动词后缀,表“做....事”) *commemorate* 纪念; *memor* + *ion* (名词后缀,表“事物”) *commemoration* 纪念,纪念会,纪念物; *commemor* + *ative* (表“有....性质的”) 纪念性的;等等。这样认识一个词根便可认识一群单词,运用构词规则加以分解,使长词化短词,生词变熟词,让学生把已掌握的拼写知识,构词规律运用到新词,长词,难词的拼写中去,达到事半功倍的效果。

3.2 系统归类,增进保持。英语单词的识记必须根据其本身的语言特性,文化背景进行归类,以增

强保持的效果。

1) 特殊文化背景。如: *Indian* (印度人;印第安人), *Washington* (人名,城名,州名), *china* (瓷器), *China* (中国), *American* (美洲的;美国的), *black* (黑色,黑人) 等。

2) 一般文化背景。如: *brass* (铜,铜管乐队,现金), *box* (盒子,专席,包厢,拳击), *chain* (项链,枷锁,电路), *climate* (气候,风气), *crazy* (疯狂的,荒唐的,着迷的), *drill* (打孔,训练,穿过,击穿) 等。

3) 英汉相通文化背景。如: *fish* (鱼,渔), *foreign* (外国的,外行的), *lock* (锁,锁牢), *head* (头,领导), *foot* (人脚,山脚) 等。

3.3 及时复习,持之以恒。心理学中著名的“艾宾赫斯曲线”研究证明,遗忘是先快后慢。英语生词在遗忘前进行巩固复习是有效记忆生词必不可少的重要环节。复习单词时应遵照以下原则进行:1) 复习的目的是防止遗忘和恢复遗忘的单词。复习工作不能等到遗忘产生后才开始,而应在忘掉之前及时进行。2) 记忆是一个逐渐的漫长的过程,因此对学过的生词进行复习必须要有一个长期的安排。每隔一个时期就要进行一次复习。3) 复习不是单纯地重复过去所学过的生词,而是要在原有的基础上扩大、加深和提高。复习生词要与提高实际运用英语的能力结合进行。

3.4 加强阅读,提高运用英语的能力。阅读是继复习之后,提高运用所学过英语词汇能力的有效措施。识记生词后通过阅读,不仅可以加大阅读量,也可增加词汇的重现率,从而达到降低遗忘的目的。同时根据上下文的情节联想词汇,既记住词义又掌握用法。有人曾道:“字,乃静态;句,却是动态。字要用在句子里,才有完整的生命。句可以说是字的生态环境.....”通过语景联想,将枯燥的“死”的单词变成“活”的单词,我们方可摆脱硬记、苦记的困境。词汇记忆不再成为我们英语学习中的心理负担了。

参考文献:

- [1] Alan Baddeley. *Working Memory* [M]. Oxford: Oxford University Press, 1986.
- [2] Zimmer H.D. The memory trace of Semantic or motor processing [M]. In Klix: F & Hagendorf, H. (eds).
- [3] 布恩·埃克斯兰德. 心理学原理和应用 (中译本) [M]. 上海: 知识出版社, 1985.
- [4] 戴忠恒. 心理教育与测量 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 1988.

(责任编辑 张佑法)