Nhưng có một kỹ thuật thực sự có thể giúp bạn thực hiện bước tiến lớn đầu tiên hướng tới sự trôi chảy.

Đây là điều mà hầu hết người học thường bỏ qua, nhưng đó lại là bí quyết để tiến bộ nhanh hơn bạn nghĩ.

Chương 2, Sức mạnh của việc lắng nghe tích cực.

Bây giờ chúng ta đã nói về việc xây dựng sự tự tin.

Hãy cùng tìm hiểu kỹ thuật quan trọng đầu tiên thực sự giúp bạn nói tốt hơn.

Lắng nghe tích cực.

Bạn có thể nghĩ rằng nói lưu loát chỉ là nói, nhưng sự thật mới là như vậy.

Bạn không thể nói tốt nếu bạn không lắng nghe tốt.

Nghe là nền tảng của sự lưu loát.

Hãy nghĩ về điều này.

Khi lắng nghe, bạn không chỉ nghe được lời nói.

Bạn đang học cách các câu văn trôi chảy, cách người bản ngữ kết nối các ý tưởng và cách phát âm một số từ nhất định.

Khi bạn thành thạo kỹ năng lắng nghe, bạn sẽ thấy việc nói trở nên dễ dàng và tự nhiên hơn.

Giống như việc bạn nạp vào não những công cụ phù hợp trước khi bắt đầu xây dựng.

Nhưng không phải bất kỳ cách lắng nghe nào cũng có tác dụng.

Bạn cần phải luyện tập lắng nghe tích cực.

Điều này có nghĩa là thực sự chú ý đến những gì bạn nghe.

Bạn không thể để những lời nói trôi qua một cách vô ích.

Bạn tập trung vào chúng, phân tích chúng và tiếp thu cách chúng được sử dụng.

Đây là một ví dụ.

Khi nghe podcast, câu chuyện hoặc thậm chí là cuộc trò chuyện, hãy chú ý đến cách người nói sắp xếp câu.

Họ đang sử dụng cụm từ ngắn hay câu dài?

Họ phát âm một số từ như thế nào?

Họ diễn đạt ý tưởng của mình như thế nào?

Lắng nghe tích cực có nghĩa là chú ý đến những chi tiết này và học hỏi từ chúng.

Một trong những cách tốt nhất để thực hành lắng nghe tích cực là thông qua việc theo dõi.

Bắt chước là kỹ thuật mà bạn lắng nghe người nói và ngay lập tức lặp lại những gì họ nói.

Giống như bạn là cái bóng của họ, cố gắng noi theo lời họ hết mức có thể.

Đây là cách hiệu quả để cải thiện cả khả năng nghe và nói của bạn cùng một lúc.

Sau đây là cách bạn có thể thực hành kỹ thuật bắt chước.

Một, chọn một podcast hoặc một câu chuyện.

Chọn một câu hỏi không quá dài hoặc quá khó.

Bạn có thể tìm thấy những câu chuyện và podcast tuyệt vời dành cho người mới bắt đầu trên kênh YouTube của tôi.

2 Hãy lắng nghe thật kỹ.

Bắt đầu bằng cách nghe một câu hoặc cụm từ ngắn.

Chú ý đến nhịp điệu, giọng điệu và cách phát âm của người nói.

Ba, tạm dừng và lặp lại.

Ngay khi người nói kết thúc một câu.

Tạm dừng âm thanh và lặp lại những gì họ nói, cố gắng bắt kịp tốc độ và ngữ điệu của họ 4.

Tiếp tục đi.

Lặp lại quá trình này trong vài phút mỗi ngày.

Bạn sẽ nhận thấy cách phát âm và khả năng nói trôi chảy của mình được cải thiện theo thời gian.

Việc bắt chước giúp bạn quen với việc nói mà không cần suy nghĩ quá nhiều.

Bạn không dịch trong đầu.

Bạn chỉ cần lặp lại những gì mình nghe và điều này sẽ giúp bạn nói trôi chảy một cách tự nhiên.

Nhưng hãy để tôi nói cho bạn biết một điều quan trọng.

Đừng lo lắng về việc phải hoàn hảo.

Khi bạn theo dõi, bạn sẽ mắc lỗi.

Có thể bạn sẽ bỏ sót một từ hoặc phát âm sai một từ nào đó.

Không sao đâu.

Mục tiêu không phải là sự hoàn hảo .

Mục tiêu là để có thể nói chuyện thoải mái mà không do dự.

Bạn càng luyện tập nhiều thì khả năng nói của bạn sẽ càng trôi chảy.

Một trong những học sinh của tôi, Sarah, thực sự ngại nói tiếng Anh.

Cô ấy sợ mắc lỗi nên hiếm khi nói chuyện.

Tôi giới thiệu cho cô ấy về phương pháp theo dõi và nó đã thay đổi mọi thứ đối với cô ấy.

Cô bắt đầu luyện tập bằng cách lặp lại những câu trong podcast.

Lúc đầu, cô ấy gặp khó khăn, nhưng sau vài tuần, cô nhận thấy câu chữ của mình trôi chảy hơn.

Việc bắt chước giúp cô ấy xây dựng sự tự tin và chẳng mấy chốc cô ấy có thể nói chuyện mà không còn sợ hãi nữa.

Dưới đây là một câu trích dẫn tuyệt vời của Steven Arvey hoàn toàn phù hợp ở đây.

Hầu hết mọi người không lắng nghe với mục đích để hiểu.

Họ lắng nghe với mục đích trả lời .

Lắng nghe tích cực dạy bạn cách thực sự hiểu, và khi bạn hiểu, việc nói sẽ trở nên dễ dàng hơn.

Nhưng đây mới là điều thú vị.

Lắng nghe tích cực và theo dõi chỉ là bước khởi đầu.

Có một kỹ thuật khác sẽ giúp bạn nói trôi chảy hơn nữa, đó là sự lặp lại.

Ở chương tiếp theo, tôi sẽ chỉ cho bạn cách lặp lại những gì bạn nghe có thể giúp bạn nói tiếng Anh tự nhiên như việc hít thở.

Chương 3, kỹ thuật lặp lại.

Chúng ta đã thảo luận về sức mạnh của việc lắng nghe và theo dõi tích cực.

Bây giờ chúng ta hãy chuyển sang một kỹ thuật nghe có vẻ đơn giản nhưng lại cực kỳ hiệu quả khi lặp lại.

Bạn có thể tự hỏi, tại sao việc lặp lại mọi thứ lại quan trọng đến vậy?

Câu trả lời là sự lặp lại chính là cách não bạn học cách nói trôi chảy mà không do dự.

Hãy nghĩ theo cách này.

Khi bạn lặp lại các từ và cụm từ, bạn đang rèn luyện não bộ ghi nhớ chúng nhanh hơn khi bạn lặp lại nhiều lần.

Những từ ngữ đó càng tự nhiên thì cuối cùng bạn sẽ có thể nói chúng mà không cần suy nghĩ.

Giống như khi bạn học đi xe đạp hoặc học thuộc lòng một bài hát.

Bạn đã làm đi làm lại nhiều lần cho đến khi nó trở thành bản năng.

Nói tiếng Anh cũng không có gì khác biệt.

Đây là điều thú vị.

Sự lưu loát không chỉ là biết nhiều từ.

Vấn đề là khả năng sử dụng những từ bạn biết một cách nhanh chóng và dễ dàng.

Sự lặp lại giúp bạn đạt đến trình độ mà không cần phải dừng lại và suy nghĩ về ngữ pháp hoặc từ vựng.

Bạn chỉ cần nói.

Hãy để tôi chia sẻ câu chuyện về một trong những học sinh của tôi, Paul.

Paul biết rất nhiều từ tiếng Anh, nhưng anh ấy thường ngập ngừng khi nói.

vì anh ấy phải suy nghĩ xem nên nói gì.

Tôi giới thiệu cho anh ấy về kỹ thuật lặp lại.

Mỗi ngày, Paul sẽ lấy năm cụm từ thông dụng trong tiếng Anh và lặp lại mỗi cụm từ năm lần.

Lúc đầu có vẻ nhàm chán, nhưng sau một tuần, Paul nhận thấy điều gì đó đáng kinh ngạc.

Anh ấy có thể nói những câu đó một cách dễ dàng và không do dự.

Sự lặp lại đã tạo nên điều kỳ diệu .

Vậy bạn có thể sử dụng sự lặp lại như thế nào để cải thiện khả năng nói của mình?

Chúng ta hãy phân tích nó nhé.

Một cụm từ lặp lại thông dụng .

Bắt đầu bằng cách chọn những cụm từ bạn thường dùng, như bạn khỏe không?

Hoặc tên của bạn là gì?

Lặp lại những cụm từ này thành tiếng nhiều lần.

Điều này giúp não bạn quen với việc nói chúng một cách nhanh chóng.

Bạn có thể thực hiện điều này khi đang đi bộ, nấu ăn hoặc thậm chí là khi đứng trước gương.

Mục đích là làm cho những cụm từ này trở nên tự nhiên khi sử dụng kỹ thuật phản chiếu.

Kỹ thuật phản chiếu là một cách tuyệt vời để thực hành sự lặp lại.

Đứng trước gương và nói cùng một câu năm lần.

Hãy chú ý đến chuyển động của miệng bạn.

Tập trung vào cách phát âm của bạn.

Và hãy làm quen với việc nhìn thấy mình nói tiếng Anh.

Kỹ thuật này không chỉ cải thiện khả năng nói trôi chảy của bạn mà còn giúp bạn tự tin hơn vì nó giống như đang luyện tập với người khác.

3 lần bắt chước và lặp lại.

Bạn còn nhớ phần theo dõi trong Chương 2 không?

Bạn có thể kết hợp kỹ thuật tạo bóng với kỹ thuật lặp lại để tăng gấp đôi hiệu quả.

Khi bạn theo dõi một podcast hoặc câu chuyện, hãy lặp lại các câu càng giống với người nói ban đầu càng tốt.

Sau đó, sau khi bạn đã theo dõi một vài câu, hãy tự mình lặp lại những câu đó một lần nữa.

Đây chính là lúc sức mạnh của sự lặp lại thực sự tỏa sáng.

Nó biến những gì bạn nghe thành những gì bạn có thể dễ dàng nói ra.

Một câu trích dẫn của Aristotle đã giải thích điều này một cách hoàn hảo.

Chúng ta là những gì chúng ta thường xuyên làm.

Vậy thì sự xuất sắc không phải là một hành động mà là một thói quen.

Việc lặp lại các cụm từ, câu và từ sẽ biến việc nói tiếng Anh thành thói quen, và thói quen đó chính là yếu tố dẫn đến sự lưu loát.

4 Ghi âm giọng nói của bạn.

Một cách khác để thực hành lặp lại là ghi âm lại giọng nói của mình.

Chọn một đoạn trích ngắn từ podcast hoặc một câu chuyện.

Bạn có thể tìm thấy nhiều câu chuyện trên kênh YouTube của tôi.

Đọc to, ghi âm lại giọng nói của mình, sau đó nghe lại và lặp lại các câu một lần nữa.

Điều này không chỉ giúp nói trôi chảy hơn mà còn cho phép bạn biết được sự tiến bộ của mình theo thời gian.

Bạn sẽ thấy giọng nói của mình tự nhiên và trôi chảy hơn 5.

Những bước nhỏ, tiến bộ lớn.

Bạn không cần phải lặp lại những đoạn văn dài hoặc cụm từ khó.

Bắt đầu từ việc nhỏ.

Chọn những câu đơn giản như Tôi sẽ đi đến cửa hàng.

Tôi thích đọc sách hoặc bạn có thể giúp tôi không?

Và thực hành chúng hàng ngày.

Thực hành thường xuyên và đều đặn sẽ giúp bạn cải thiện đáng kể khả năng nói trôi chảy.

Một điều cần nhớ.

Sự lặp lại không có nghĩa là nhàm chán.

Đúng vậy, bạn đang lặp lại những cụm từ giống nhau, nhưng bạn có thể kết hợp chúng bằng cách sử dụng các ngữ cảnh khác nhau.

Ví dụ, thực hành cùng một câu vào buổi sáng, sau đó thực hành lại vào buổi tối,

nhưng lần này hãy giả vờ như bạn đang ở trong một tình huống khác, có thể là đang nói chuyện với một người bạn hoặc gọi đồ ăn ở nhà hàng.

Có một lý do nữa khiến sự lặp lại có sức mạnh đến vậy.

Nó giúp bạn xây dựng sự tự tin.

Bạn càng lặp lại điều gì đó nhiều lần, bạn sẽ càng cảm thấy thoải mái hơn khi nói điều đó.

Và khi bạn cảm thấy thoải mái, bạn sẽ nói mà không sợ hãi.

Sự do dự biến mất và lời nói của bạn bắt đầu trôi chảy một cách tự nhiên.

Nhưng đây mới là phần thú vị.

Sự lặp lại chỉ là một phần của câu đố.

Ở chương tiếp theo, chúng ta sẽ nói về cách làm cho việc luyện tập trở nên thú vị.

Bạn sẽ học cách biến việc nói tiếng Anh thành điều bạn mong đợi mỗi ngày thay vì việc bạn cảm thấy phải làm việc chăm chỉ.

Chương 4, Làm cho việc thực hành trở nên thú vị.

Nói tiếng Anh không phải là điều gì đó quá khó khăn.

Trên thực tế, bạn càng cảm thấy vui vẻ khi luyện tập thì bạn sẽ tiến bộ càng nhanh.

Khi việc học trở nên thú vị, bạn sẽ tự nhiên muốn học thường xuyên hơn.

Chương này nói về việc biến việc luyện tập tiếng Anh của bạn thành điều mà bạn mong đợi mỗi ngày.

Hãy tưởng tượng điều này thay vì ép buộc bản thân ngồi xuống và học.

Bạn thực sự thích nói tiếng Anh.

Vấn đề không phải là học các quy tắc ngữ pháp hay ghi nhớ từ vựng.

Điều quan trọng là cảm thấy vui vẻ và hứng thú khi sử dụng những gì bạn đã học.

Nhưng làm sao để việc luyện tập trở nên thú vị?

Hãy cùng khám phá một số kỹ thuật sẽ giúp cải thiện khả năng nói của bạn.

Vào một hoạt động mà bạn yêu thích.

Một bước nhập vai để bước vào cuộc trò chuyện thực sự.

Một trong những cách tốt nhất để làm cho việc nói tiếng Anh trở nên thú vị là thông qua trò chơi nhập vai.

Đây là nơi bạn diễn lại những tình huống khác nhau như thể bạn thực sự đang ở đó .

Bạn có thể giả vờ đang gọi cà phê ở quán cà phê, đang đi phỏng vấn xin việc.

Gặp gỡ bạn mới tại một bữa tiệc.

Bằng cách nhập vai, bạn sẽ thực hành các cuộc trò chuyện thực tế theo cách thoải mái, thú vị và ít áp lực.

Sau đây là cách bạn có thể bắt đầu.

Một, chọn một tình huống.

Hãy nghĩ đến một tình huống phổ biến mà bạn có thể cần nói tiếng Anh, chẳng hạn như hỏi đường hoặc gọi đồ ăn.

Thứ hai, tạo ra một cuộc đối thoại.

Viết ra một vài câu mà bạn có thể cần phải nói trong tình huống đó.

Thứ ba, hãy hành động.

Làm điều này một mình hoặc cùng với một người bạn.

Hãy tưởng tượng bạn đang ở địa điểm thực tế đó và sử dụng những câu đã chuẩn bị.

Điều tuyệt vời của trò chơi nhập vai là nó giúp bạn thoải mái với những cụm từ và tình huống hàng ngày.

Thêm vào đó, cảm giác giống như vậy hơn.

Diễn xuất thay vì học tập, nên thú vị hơn nhiều.

Một trong những học sinh của tôi, Anna, từng cảm thấy chán khi phải tự luyện tiếng Anh.

Tôi giới thiệu cho cô ấy về trò chơi nhập vai và đột nhiên các buổi thực hành của cô ấy trở nên thú vị hơn.

Cô ấy tưởng tượng mình đang đi du lịch, gọi đồ ăn và gặp gỡ những người mới, trong khi thực hành tiếng Anh.

Theo thời gian, kỹ năng nói của cô ấy được cải thiện đến mức cô ấy thậm chí không nhận ra mình đang học.

Thứ hai, hãy nói về điều bạn yêu thích.

Một cách khác để làm cho việc luyện tập trở nên thú vị là nói về niềm đam mê của bạn.

Hãy nghĩ về điều gì đó mà bạn yêu thích, có thể là sở thích, môn thể thao, bộ phim yêu thích hoặc một cuốn sách.

Khi bạn nói về những điều bạn quan tâm.

Những từ ngữ sẽ xuất hiện dễ dàng hơn và bạn sẽ có động lực hơn để nói.

Ví dụ, nếu bạn thích nấu ăn, hãy thử nói về công thức nấu ăn yêu thích của bạn bằng tiếng Anh.

Mô tả cách làm món ăn yêu thích của bạn hoặc giả vờ như bạn đang dạy ai đó cách nấu ăn.

Điều quan trọng là chọn một chủ đề khiến bạn hứng thú để bạn cảm thấy tập trung hơn khi luyện tập.

Dưới đây là một câu trích dẫn tuyệt vời của Albert Einstein.

Sáng tạo là trí thông minh vui vẻ.

Khi bạn luyện nói về những điều mình yêu thích, bạn đang sử dụng khả năng sáng tạo của mình và điều đó làm cho quá trình này trở nên thú vị và hiệu quả hơn.

3 Chơi trò chơi nói.

Ai nói rằng học ngôn ngữ không thể là một trò chơi?

Có rất nhiều trò chơi nói mà bạn có thể chơi một mình hoặc cùng với bạn khác.

Những trò chơi này thách thức bạn phải suy nghĩ và nói bằng tiếng Anh, nhưng theo cách vui vẻ và nhẹ nhàng.

Thực hành với podcast và câu chuyện.

Một cách khác để duy trì sự thú vị khi luyện tập là sử dụng podcast và câu chuyện.

Nghe truyện và podcast không chỉ cải thiện kỹ năng nghe của bạn mà còn cung cấp cho bạn tài liệu tuyệt vời để thảo luận.

Sau khi nghe, hãy thử tóm tắt câu chuyện theo lời của riêng bạn hoặc thảo luận với bạn bè.

Bạn có thể tìm thấy nhiều câu chuyện và podcast tuyệt vời trên kênh YouTube của tôi, được thiết kế để giúp những người học như bạn cải thiện tiếng Anh.

Chọn một chủ đề mà bạn quan tâm, lắng nghe câu chuyện và sau đó luyện nói về chủ đề đó.

Bằng cách này, bạn sẽ học được từ nội dung hấp dẫn trong khi vẫn rèn luyện được kỹ năng nói.

Một trong những học sinh của tôi, Tom, đã phải vật lộn để duy trì động lực luyện nói, nhưng một khi em bắt đầu nghe podcast về các chủ đề yêu thích của mình.

Giống như công nghệ và du lịch, ông thấy rằng việc nói về chúng diễn ra một cách tự nhiên.

Ông sẽ nghe một tập phim, sau đó thực hành giải thích lại cho chính mình hoặc người khác, khiến cho việc thực hành của ông vừa hiệu quả vừa thú vị.

Thay đổi môi trường của bạn.

Đôi khi thay đổi môi trường có thể khiến việc luyện tập trở nên thú vị hơn.

Thay vì ngồi vào bàn, hãy thử luyện tập ở nhiều nơi khác nhau.

Hãy đi dạo và mô tả những gì bạn nhìn thấy bằng tiếng Anh.

Ngồi trong quán cà phê và tưởng tượng bạn đang trò chuyện với nhân viên pha chế.

Ý tưởng là đưa hoạt động thực hành của bạn vào thế giới thực.

Bằng cách thay đổi nơi thực hành, bạn sẽ giữ được sự mới mẻ và thú vị.

Cộng thêm việc thực hành trong môi trường thực tế.

Giúp bạn thoải mái khi nói tiếng Anh trong các tình huống hàng ngày.

6. Ăn mừng sự tiến bộ của bạn.

Đừng quên ăn mừng chiến thắng của bạn, dù là nhỏ.

Bạn có nói tiếng Anh liên tục trong 5 phút không?

Bạn có nhập vai thành công vào một cuộc trò chuyện không?

Hãy ăn mừng điều đó.

Nhận ra sự tiến bộ của bản thân là một cách tuyệt vời để duy trì động lực và tiếp tục luyện tập.

Một câu nói nổi tiếng của BF Skinner nói rằng một người cảm thấy được trân trọng sẽ luôn làm nhiều hơn những gì được mong đợi.

cũng áp dụng cho chính bạn .

Bạn càng trân trọng sự tiến bộ của bản thân thì bạn càng có động lực để tiếp tục cải thiện.

Bây giờ có thể bạn đang nghĩ.

Nghe thì có vẻ tuyệt vời, nhưng nếu tôi gặp phải trở ngại thì sao?

Nếu tôi cảm thấy bế tắc thì sao?

Đừng lo lắng, điều đó hoàn toàn bình thường.

Trong chương tiếp theo, chúng ta sẽ nói về cách vượt qua những rào cản khi nói và cách tiếp tục tiến về phía trước ngay cả khi cảm thấy khó khăn.

Chương 5, Vượt qua rào cản khi nói.

Cho đến nay, bạn đã học được cách làm cho việc luyện tiếng Anh trở nên thú vị thông qua trò chơi nhập vai, trò chơi nói và podcast.

Nhưng điều gì sẽ xảy ra khi bạn cảm thấy bế tắc, khi bạn không thể diễn đạt được ý mình và sợ mắc lỗi?

Những trở ngại khi nói này là bình thường và mọi người học đều gặp phải.

Điều quan trọng là phải hiểu cách vượt qua chúng.

Chúng ta hãy bắt đầu bằng cách nhận ra một điều.

Mắc lỗi là một phần của quá trình học tập.

Một trong những lý do lớn nhất khiến mọi người cảm thấy bị ngăn cản là sợ nói điều gì đó sai.

Nhưng đây là một bí mật.

Ngay cả người bản ngữ cũng mắc lỗi.

Điều quan trọng là bạn phải tiếp tục nói.

Bạn càng nói nhiều, bạn sẽ càng tự tin hơn và dễ dàng vượt qua những rào cản đó hơn.

Người ta vượt qua nỗi sợ mắc lỗi.

Hãy tưởng tượng bạn đang trò chuyện và đột nhiên quên một từ hoặc nói điều gì đó sai.

Bạn làm nghề gì?

Hầu hết mọi người đều cứng người hoặc ngừng nói hoàn toàn.

Nhưng đây là những gì bạn nên làm thay vì thế.

Cứ nói tiếp đi.

Đừng lo lắng về việc phải nói đúng từng từ.

Chỉ cần tập trung vào việc truyền đạt thông điệp của bạn.

Hãy mô tả từ này theo một cách khác.

Nếu bạn không nhớ một từ nào đó, hãy giải thích bằng những từ khác.

Tiếp tục cuộc trò chuyện .

Điều quan trọng là phải tiếp tục.

Hãy để tôi kể cho bạn nghe về một trong những học sinh của tôi, Daniel.

Anh ấy quá lo lắng về việc mắc lỗi đến mức anh ấy sẽ bị cứng người mỗi khi cố gắng nói tiếng Anh.

Tôi đã nói với anh ấy rằng sai lầm không phải là thất bại, đó là cơ hội để học hỏi.

Chúng tôi giúp bé xây dựng sự tự tin bằng cách thực hành các cuộc trò chuyện đơn giản và tôi khuyến khích bé tiếp tục nói.

Ngay cả khi không chắc chắn về những từ ngữ phù hợp theo thời gian, Daniel nhận ra rằng càng nói nhiều, sự tự tin của anh càng tăng lên và những lỗi sai đó càng ít làm anh bận tâm.

Có một câu nói nổi tiếng của Henry Ford rằng thất bại chỉ đơn giản là cơ hội để bắt đầu lại, lần này sẽ thông minh hơn mỗi khi bạn mắc lỗi.

Bạn đang học cách nói tốt hơn vào lần tới để sử dụng khả năng tự nói chuyện để đột phá.

Khi bạn không có ai để luyện tập cùng, tự nói chuyện có thể là công cụ tốt nhất giúp bạn vượt qua rào cản khi nói.

Kỹ thuật này đơn giản nhưng hiệu quả.

Tất cả những gì bạn phải làm là nói chuyện với chính mình bằng tiếng Anh thành tiếng như thể bạn đang trò chuyện.

Bạn có thể thực hiện điều này trong khi làm các công việc hàng ngày như nấu ăn, đi bộ , chuẩn bị đi ngủ.

Sau đây là cách tự nói chuyện diễn ra.

Hãy mô tả một ngày của bạn.

Nói về những gì bạn đã làm hôm nay, nơi bạn đã đến hoặc những gì bạn dự định làm vào ngày mai.

Hãy tự hỏi bản thân những câu hỏi.

Ví dụ, tôi muốn ăn gì vào bữa tối?

Sau đó trả lời bằng tiếng Anh.

Thực hành tình huống.

Hãy tưởng tượng bạn đang ở một nhà hàng hoặc gặp một người mới và thực hành những gì bạn sẽ nói.

Một trong những học sinh của tôi, Sophie, cảm thấy bế tắc vì không có bạn cùng nói chuyện.

Tôi giới thiệu cho cô ấy phương pháp tự nói chuyện và cô ấy bắt đầu luyện tiếng Anh mỗi ngày trong khi thực hiện thói quen buổi sáng.

Theo thời gian, Sophie nhận thấy mình ngày càng tự tin hơn và nói tiếng Anh cũng trở nên tự nhiên hơn.

Thứ ba, sử dụng hiệu ứng tạo bóng để đẩy mạnh.

Chúng ta đã nói về việc tạo bóng trong các chương trước,

nhưng đây là một kỹ thuật hiệu quả đến mức đáng được nhắc đến ở đây.

Khi bạn cảm thấy bế tắc, việc theo dõi có thể giúp bạn tiếp tục tiến về phía trước.

Bằng cách nghe podcast hoặc câu chuyện và lặp lại những gì người nói nói,

bạn đang thực hành các mẫu hội thoại thực tế mà không có áp lực phải nghĩ ra câu của riêng mình.

Bắt đầu bằng những câu ngắn, đơn giản và tăng dần lên những cuộc trò chuyện dài hơn.

Việc bắt chước giúp bạn tăng khả năng nói trôi chảy vì bạn đang thực hành.

Vừa nghe vừa nói cùng một lúc.

Ngoài ra, nó còn giúp bạn vượt qua rào cản khi nói bằng cách cung cấp cho bạn những từ và cụm từ bạn cần để tiếp tục nói.

Hãy nhớ rằng bạn có thể tìm thấy rất nhiều câu chuyện và podcast để theo dõi trên kênh YouTube của tôi.

Những bài tập này rất tốt để luyện tập vì chúng được thiết kế dành cho người mới bắt đầu.

Và sẽ giúp bạn nâng cao khả năng nói trôi chảy từng bước một.

4 Đóng vai trong những tình huống khó khăn.

Một cách tuyệt vời khác để vượt qua rào cản khi nói là nhập vai vào những cuộc trò chuyện khó khăn.

Hãy nghĩ về những tình huống khiến bạn cảm thấy lo lắng nhất.

Có lẽ nó đang chỉ đường.

Đang có một cuộc phỏng vấn xin việc.

Nói về một chủ đề phức tạp.

Thực hành những tình huống này bằng cách nhập vai cho đến khi chúng trở nên dễ dàng hơn.

Ví dụ, nếu bạn lo lắng khi thuyết trình bằng tiếng Anh, hãy luyện tập thuyết trình bằng cách nói to với chính mình.

Hoặc nếu bạn lo lắng về việc trò chuyện với người bản ngữ, hãy nhập vai vào tình huống đó trong đầu.

Bạn càng luyện tập những tình huống khó khăn này nhiều thì bạn sẽ càng cảm thấy tự tin hơn khi chúng xảy ra trong cuộc sống thực.

5.

Hãy luôn tích cực và kiên trì.

Cuối cùng, để vượt qua rào cản khi nói đòi hỏi phải có tư duy tích cực.

Thật dễ để cảm thấy thất vọng khi mọi việc không diễn ra hoàn hảo, nhưng hãy nhớ điều này.

Sự tiến bộ quan trọng hơn sự hoàn hảo.

Mỗi lần bạn nói, bạn sẽ tiến bộ hơn, ngay cả khi bạn không cảm thấy như vậy.

Hãy ăn mừng những chiến thắng nhỏ, như hoàn thành một cuộc trò chuyện thành công hay học được một cụm từ mới.

Sau đây là một câu trích dẫn của Walt Disney tóm tắt lại một cách hoàn hảo.

Sự khác biệt giữa thắng và thua thường là không bỏ cuộc.

Nếu bạn tiếp tục luyện tập, ngay cả khi cảm thấy khó khăn, bạn sẽ vượt qua được những rào cản khi nói và trở thành người nói trôi chảy và tự tin hơn.

6. Thực hành trong các tình huống thực tế.

Một cách cuối cùng để vượt qua rào cản khi nói là luyện nói trong các tình huống thực tế.

Đến những nơi bạn có thể sử dụng quán cà phê tiếng Anh, chợ, sàn giao dịch ngôn ngữ trực tuyến.

Bạn càng luyện tập nhiều trong bối cảnh thực tế thì bạn càng dễ vượt qua nỗi sợ hãi và sự do dự.

Một trong những cách tốt nhất để thực hành trong cuộc sống thực là nói chuyện với người bản ngữ.

Nhưng nếu bạn không biết người bản ngữ nào thì sao?

Đừng lo lắng, có rất nhiều nền tảng trực tuyến nơi bạn có thể kết nối với những người muốn luyện tiếng Anh.

Và hãy nhớ rằng, trẻ em cũng đang học, vì vậy không cần phải cảm thấy xấu hổ khi mắc lỗi.

Vượt qua rào cản khi nói không có nghĩa là không bao giờ mắc lỗi.

Vấn đề là phải tiếp tục tiến lên, ngay cả khi cảm thấy khó khăn.

Với các kỹ thuật như tự nói chuyện, quan sát, nhập vai và giữ thái độ tích cực, bạn có thể vượt qua những khoảnh khắc do dự và bắt đầu nói chuyện tự tin hơn.

Chương 6 Tìm bạn đồng hành nói chuyện Bây giờ bạn đã học được cách vượt qua rào cản khi nói chuyện bằng các kỹ thuật như tự nói chuyện, bắt chước và nhập vai.

Nhưng nếu bạn muốn nâng cao khả năng nói lưu loát của mình hơn nữa thì sao?

Một trong những cách tốt nhất để thực hiện điều này là luyện tập với bạn học, tìm một người để nói tiếng Anh cùng.

Dù trực tuyến hay trực tiếp, đều có thể tạo ra sự khác biệt lớn trong quá trình tiến triển của bạn.

Nhưng bạn có thể nghĩ, nếu xung quanh tôi không có ai nói tiếng Anh thì sao?

Phần kết luận.

Xin chào tất cả mọi người.

Cảm ơn bạn đã tham gia cùng tôi hôm nay.

Tôi hy vọng câu chuyện này sẽ mang lại chút hứng thú cho hành trình học tiếng Anh của bạn.

Nếu bạn thích hoặc thấy bài viết hữu ích, hãy cho chúng tôi một lượt thích nhé.

Chia sẻ với bạn bè.

Đăng ký để nhận thêm nhiều nội dung thú vị và bổ ích.

Sự ủng hộ và phản hồi của bạn là nguồn cảm hứng để tôi sáng tạo ra những câu chuyện hay hơn nữa cho bạn.

Hãy theo dõi nhé.

Sẽ sớm có thêm nhiều câu chuyện thú vị hơn để giúp việc học tiếng Anh trở nên dễ dàng và thú vị hơn.

Hãy tiếp tục luyện tập và có một ngày tuyệt vời nhé.