

投稿類別：教育類

篇名：

提升語言學習效率之方法－以日文單字為主

作者：

朱敏華。私立樹德家商。高三11班

王 薇。私立樹德家商。高三11班

紀品吟。私立樹德家商。高三11班

指導老師：

鄭淑儀 老師

壹●前言

一、研究動機

學習任何事物，從有興趣的事物切入是一般認為最有效率的方法。我們身為日文科的學生，對日文有著高度的興趣，但是在學習的過程中遭遇到很多的困難，例如：單字、聽力、文法、閱讀等等，這些困難經常讓人覺得很沮喪，甚至影響學習的動力。在這當中我們覺得單字能力可說是學好日文最基本的，有了單字為基礎，才能看懂句子，進而閱讀文章或是提升聽解的能力。

如果現狀下的學習方式不夠完美，是否有其他方法可以改善？

因此，為了幫助在學習日語過程中遇到盲點的學習者，本文希望能以單字方面的學習方法作為基礎，找出單字背不起來的原因並修正學習方法，讓日文學習者可以更迅速、正確的找到適合自己的學習方法，而能有所收穫，並且有效的提高學習效率，以便達到事半功倍的效果。

二、研究目的

藉由這次的小論文研究，探討關於單字背不起來的原因，經由了解問題所在，同時修正學習方法，幫助學習困難者能用有效又正確的學習方法增強日文能力，進一步以簡單又有效的學習法來通過日文相關的檢定。希望於這次的探討中，解開我們的學習上的盲點，提升學習效率並有所獲得。

三、研究方法

本小組運用文獻研究法，蒐集、整理了多種學習方法，並且進行分類比較，希望透過這些結果，讓對日文有興趣的人，能更有效率的學習日文。

本小組到學校及市立圖書館查詢相關書籍及資料，並且蒐集各式各樣與學習相關書訊及免費網路的資源，從學習法的文字敘述中，選擇、整理、歸納、分析，從而找可信度及價值高的資料。

貳●正文

本小組針對學習日文過程中所遭遇到的困難，收集各種解決方法，詳細閱讀、紀錄之後，整理歸納出我們得到的結論，整理如下：

一、學習要有技巧

(一) 分段學習法

說明：學習時間分段後，可以增加最佳記憶時段（即有開頭效果和最新效果的時段），因此記憶力較佳的份量就跟著提高了。在心理學上，前者稱為「開頭效果」，後者則為「最新效果」。

例如：準備考試或啃書時常常會有這樣的經驗，剛開始和結束時的記憶最鮮明深刻。

(二) 醒目效果

說明：心理學家波恩·瑞司夫在研究超強記憶力的方式時，發現人類比較容易記住整件事情比較特別與其他事情不一樣的地方。因此，找出想記憶的內容跟其他內容有哪些地方不一樣，或是動手讓它跟其他內容不一樣可以幫助記憶。

例如：畫紅線，或是一大堆地名裡唯一的經濟專有名詞、唯一印得比較大的單字或唯一彩色印刷的單字等等，都比較容易殘留在記憶裡。

二、最有效 10 倍速超級學習法

我們從參考書籍中詳細閱讀、紀錄、並歸納出學習日與單字各式各樣與學習方法，從學習法的文字敘述中，找到可信度及價值高的資料，並且整理成表格，如表一，希望學習者能多方嘗試和學習，以便找到最適合自己的學習王道，並且往後能有效的運用在各個場合之上。如表一。

表一：『自這樣讀書最有效 10 倍速超效學習法』之重點整理

書名	這樣讀書最有效 10 倍速超效學習法			
	學習法	說明	例如	頁數

	輕鬆 記憶法	當我們的精神越放鬆，那我們的學習能力就會越強。當我們精神特別輕鬆的時候，大腦就會射出 a 波設線－入睡後二十分鐘時的狀態是最佳的學習時期，因為此時記憶力最強。	把單字或句子連同他們的譯文一起錄在空白錄音帶上。在入睡前或休息時聽，好同時看著你的詞彙手冊。直到你完全把「眼睛」、「耳朵」兩種感官結合在一起，這樣你才有可能把單詞強化地儲存在大腦中，存放在自己長期的記憶。	94
	別讓記憶停留在過去	先考慮我們在哪些方面需要進行強化記憶，然後針對這個部份去進行記憶，這並非和以往一樣－自幾覺得哪些知識有用時才去記，因為這樣做很被動。	我們每天都要接收到外界的許多資訊，但當我們一點準備都沒有的時候，「往往」會被轟擊得手足無措。如果我們一開始就能給自己設定一個計畫，縱使當中沒有我們求之不得的資訊，但起碼有備無患了!	101
	用筆記 記住你的課文	在閱讀時最好做個大綱，實際上，適當地做一些筆記，可依幫助我們更快的複習課文，或牢固地記住一些知識。	<u>找到課文的關鍵點</u> －將主要內容有效的放置在一起，對課文、文章，以及其他的課程進行摘要時，特別注意要從哪些次要的觀點中識別到最重要的觀點，從而幫助自己真正掌握主題。 <u>理清主題之間的關係</u> －可以使用羅馬數字和阿拉伯數字，以及與英文字母相結合的記述法，以顯示課文主題之間的關係	105
	巧記 筆記	這是一個與習慣發展和調整筆記格式有關聯的簡單技巧，就像是閱讀、聆聽、分類、關鍵字及記憶，讓你有最大的學習效果。長時間堅持下去，將會大大地提升我們的記憶淺力。	上課或整理重點的時候，如果沒有巧記筆記的話，不但會沒有印象，短期的記憶很容易的就會消失在腦海裡，所以巧記筆記對我們的學習是很有幫助的。	119

	正確看待	利用生活中常見的事物或情景，深入淺出引導自己掌握有關學習、聆聽、筆記、思考，以及應用他們的方法、技巧與訣竅，並進行互動測驗，讓學習更快速更有效。	在我們生活週遭中，學習有很多種方法，而我們應該秉持著，多方嘗試練習的心態去學習，這樣才能有效提高效率並找到適合自己的方法。	119
	三個層次	第一層就是利用「諧音的方式記」	用母語或熟悉的語言，這就是我們常講的：「用知己連結知彼」。	143
		第二層「諧音+拆字」	以諧音為基礎，加上日文拆字。	
第三層「完全用拆字」		當然這層次要對日文有一定的功力，以至於在用你的「已知來連結未知」的時候，你可以記憶的詞彙就非常的豐富了。		

三、讀書不要用蠻力

不管學習或做任何事情，都不能只靠蠻力，而是要用對方法和頭腦，嘗試看看我們的學習法吧！也許會讓你節省許多時間，如表二。

表二：『讀書不要用蠻力』之重點整理

書名	讀書不要用蠻力		
學習法	說明	例如	頁數
一天五分鐘「黃金複習時間」	這短短的五分鐘反芻時間卻是「非常重要的記憶保持工作」。	不曉得讀者們有沒有這樣的經驗，唸書時在認為是重點的地方貼上標籤，闔上書前再看一次有貼標籤的地方，或是頁面折起來的部份，這些內容會記得更牢、更久。	106

四、塑造天才腦的學習必勝寶典

在背單字或記事情時，擁有豐富的聯想力，會幫助你記憶時輕鬆許多喔！試試看吧，如表三。

表三：『塑造天才腦的學習必勝寶典』之重點整理

書名	塑造天才腦的學習必勝寶典		
學習法	說明	例如	頁數
戲劇性情境記憶法	總而言之，想把什麼事件記起來的時候，可以把這件事想成一個故事，並且在看完這個故事之後，針對內容抒發自己的感想，總之越是投入自己的情感記憶就會越深刻！而且這樣的方法就是我所說的「情境記憶法」。	不知道大家有沒有發現，每當我們看完電影，對於電影中那幾幕讓我們特別感動、害怕或開懷大笑的情節印象都會格外深刻，相反的對於鋪陳的片段印象就不是那麼強烈了。這其實是出自我們「扁桃體」的作用，為了激發學習的動力，我們可以試著將這種特性運用到學習上，這就是「情境記憶法」的基本理。	82-84

五、學習也有技巧

表四：摘錄『學習也有技巧』

書名	學習也有技巧		
學習法	說明	例如	頁數
編故事	編故事是指把多個單字寫成有意義的文章或故事。	教育心理學家葛蘭索就說過，「故事是最佳的記憶輔助工具」。記憶多個沒關連性單字的實驗中，「發現編故事」或「單字視覺化」可以加強記憶效果。	113

參●結論

我們認為嘗試不同的方法會帶給我們很多的經驗，而且誰也不能說它們對我

們以後的學習沒有幫助。不過不要太奢望一下子就能掌握到你所想要的任何東西，因為我們必須從多方面著手，才能找到最佳的學習途徑！如果你平日已經腳踏實地學習了，但能不能奪得佳績，那就請照著這些方案來行動吧！當然，我們也會在這裡期待著你們的成功！總之，不要沒有規劃就放棄，尤其在考前規劃，更是必不可少，提供十點技巧，如表五。

表五：快樂學習

1.	明確目的	6	方法適當
2.	心平氣靜	7.	激發興趣
3.	頭腦清醒	8.	心情愉快
4.	樹立信心	9.	有意重複
5.	觀察不可少	10.	學會遺忘

摘錄自『這樣讀書最有效 10 倍速超效學習法』

肆●引註資料

1. 吉田隆嘉(著)，朱立文(譯)(2011)。 **塑造天才腦的學習必勝寶典**。台北。商周出版
2. 莊司雅彥(著)(2009)。 **讀書不要用蠻力**。台北。商周出版
3. 丹尼斯.喬登 (Denise Jordan) (編)，王寶玲(總監)(2005)。 **這樣讀書最有效 10 倍速超效學習法－初版**。台北。風信子文化
4. 二木紘三(著)，李于青(譯)(2003)。 **學習也有技巧**。台北。博誌