

Part 1

聞き取りにくい 「生の自然な英語」を 最短コースで攻略する

英語を学習している人なら、洋画を見たり、ネイティブ同士の生の会話を聞いたとき、生の英語だからといちいち身構えて神経をすり減らすことなく、いつかはごく普通に、リラックスしながら聞き取れるようになりたい、と思うでしょう。

その願いを夢として終わらせない方法があります。それがここで紹介する英語の「音」を自分のものにする「音トレ」。

ここでは、日本人がなかなか「生の英語」を聞き取れない原因を明らかにし、どのようなやり方で克服できるか、効率的な方法を提案します。

日本人は本当にリスニングに弱い？ A では、いったいどんなリスニングに 弱いのか？

英語を学習している人なら、誰もが思っていることがあるだろう。「生の自然な英語」(natural and authentic English)を聞いたとき、英語だからといちいち身構えて神経をすり減らすことなく、いつかはごく普通に、リラックスしながら聞き取れるようになりたい、と。しかし、それも見果てぬ夢に終わってしまう人が、かなりの数にのぼっているようだ。英語を少しだけかじっただけの人はもちろん、実際にかなりの時間とお金をつぎ込んだ人であっても、ほとんどの場合、結果に変わりはないのである。

日本人向けに特別にケアされた教材や、日本で作られた語学番組なら何とかついていけるし理解もできる、という学習者はもちろんいることだろう。しかしどうやら、その「ついていけるレベル」と「生の自然な英語」との間には、何か目に見えない、乗り越えられないギャップがあるようである。そして、そのギャップが最も顕著に表れるのが、《リスニング力》であり《語彙力》である。ただ、後者の《語彙力》については、無理せずにきちんとステップアップを図る手立てがあるので、それなりに増強することができるし、実際にこのギャップを埋めた人たちも大勢いる。これは、筆者が直接・間接に見聞きしたことだ。

しかし、前者の《リスニング力》のギャップを埋めたという人の数は、後者に較べると圧倒的に少ない。筆者は短期集中型の企業研修をよく主催しているのだが、その最初のオリエンテーションの時間に、グローバル基準の対話力・会話力のレベルの目安を、各国の学習者とネイティブのインタビューーとの対話例を用いて紹介したりしている。

そして学習者は、事前に受けた総合的な診断テストのレベルやそこで指摘された問題箇所を把握したうえで、対応レベルのビデオを実際に見

ることで、自分の英語力がどれほどのものかを確認することになる。

世界各国の学習者のトータルなしゃべりを、受講生はビデオで直接見ることができる。こうして自分の現状との比較や達成目標のモデル化を図ってもらおう、というのが私たちの意図である。自分が数カ月後に到達すべき予測値 (projected level) のビデオを見せて、学習者に「何とか追いつきたい」、「何とか超えたい」という気持ちになってもらおうとするのである。

これらのビデオのグローバル基準では、当然のことながら、レベルが上がるほど学習者はかなり上手く、かなり滑らかにしゃべることができるし、英語の構文も長く (stretching) になってくる。すなわち、レベルが上にいけばいくほど、しゃべりの長さも相手との会話量のバランスも、自分でほどよく調整できるようになる。つまり、会話や対話の参加者として、そのマネジメントがだんだんと上手くなっていくわけである。

反対に、レベルが低い初級では、会話もただただしくて、たんに単語をつないだだけのような対話展開になっている。グローバル的に見てもかなりレベルが下で、そのうえ、しゃべる英語は単語といい表現といいかなり限定されているばかりか、発音もそれぞれのお国なまり丸出しなのである。日本人の受講生は、こうした事態に様に驚きを隠せない。

しかし、ネイティブのインタビューーは、学習者に合わせてしゃべるスピードをコントロールしてくれるかということ、そんなことはまったくおかまいなしだ。ごく普通のスピードで自然に話すのである。その発話や質問に対して、外国人の受験生は初心者レベルでもほぼ問題なく聞き取って、瞬時に何らかの反応をする。それに対して日本人の受験生はレベルが初級でなく中級であっても、とにかく、問題なく聞き取れるどころか、相手の言っていることを瞬時に把握するのに四苦八苦している。外国人受験者と日本人受験者の間には、こうした違いがありありと見受けられるのである。英語力のあるはずの学習者でも、相手のしゃべりが

普通のスピードになったとたん、すっかり固まってしまう。

これは、日本人受験生のスコアがヨーロッパどころかアジアやアフリカの受験生よりも、がくんと低いこととも無関係ではない。よく言われることだが、TOEFLなどのスコアに関して、同じように外国語として英語を学んでいるはずの各国と比較してみても、そうなのである。もちろん、これらのスコアは《リスニング力》だけを示しているわけではない。しかし、《文法力》や《読解力》などと較べると、どうも《リスニング力》や《対話力》などの音声面に関わる実践力が弱い点は明らかなようである。

なぜ「生の自然な英語」ということになる 英語の初級者はもちろんのこと、 中級者でも下手すると上級者と思われる 学習者でもスムーズに聞き取れないのか？

全国各地には数多くの会話学校や英語塾があり、ネイティブ講師を売りにしているところが少なくない。しかし現実には、そこでも「悪名高いお願い」がネイティブ講師たちに出回ることになる。一般の中学校や高校あるいは大学でもそうなのだが、「とにかく生徒や学生がわかるように、ゆっくりしゃべってほしい」という「お願い」である。受講生が聞き取れないと会話も何も成り立たないので、いやになってやめてしまうのを避けるために、このお触れが出回るのである。ただ、いったん、このゆっくり英語のワナにはまると、冒頭で述べたように、後々、そこから抜け出るのに大変な苦勞を伴うことになる。

すなわち、わかりやすい、ゆっくり目の、日本人慣れしたネイティブの英語なら聞き取れる。だが、ある程度自然な、ネイティブ同士の会話のスピードではほとんど聞き取れないわけである。

主に国内向けに実施される英語の各種試験でも、こうしたスピードの調整は行われている。初級はごくゆっくり目のスピードであっても、中級や上級ともなれば、それらの級やスコアに見合ったスピード感を出し

てはいる。つまり、英語の各種試験の音声はコントロールされたスピード感なのである。こうした前提があるにもかかわらず、しかるべきスピードや内容をクリアできていれば、それなりの英語力（リスニング力）として認定されてしまうのだ。こうして、ある程度の高い級や高いスコアが取れているなら、一般的にそれらの人たちはある程度は英語力もある、と判定されることになる。

その点では、学習を継続させるインセンティブとしての役割を、一定程度は果たしているところもあるだろう。しかし逆に見ると、生の英語を攻略するステップとしては、どうもうまく機能していないような気がする。これは、以前から問題視されてきたことだ。高い級や高いスコアをクリアして合格しているのであれば、当然のことながら、それに見合った「生の自然な英語」（natural and authentic English）はごく普通にリラックスしながら聞き取れるはずだ。しかし、実はそうでない人たちがかなりいるのである。リラックスどころか数十回聞いても、どうしても聞き取れない箇所がゴロゴロ出てくるのだという。

このあたりになると、英語力に大いに期待する企業にとっては切実な問題になってくる。「好スコアは、たんなるこけおどしにすぎないのか？ それとも本当に聞き取れているから、好スコアになっているのか？」これをきちんと把握しないと、数千万、数億円単位の損失につながりかねないからである。その意味では単なる形式的なスコアや級ではなく、英語圏を含めたグローバルな環境に問題なく通用する実践的な英語力が、いままさに待ったなしで求められているというわけである。

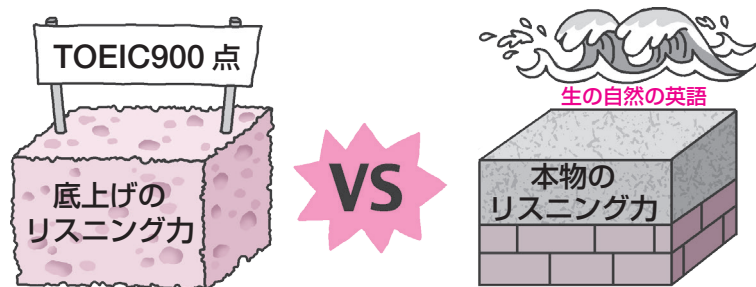
実践的なリスニング力の問題点は 「上げ底のリスニング力」と 「本当のリスニング力」のギャップにある

筆者が講演のときに、とりわけ詳しく説明や解説を行っていることが

ある。実践的な英語力のなかでもとりわけ切実に求められているのは、ほかならぬ**実践的なリスニング力**である。そこになにがしかの問題点があるとすれば、原因は「上げ底のリスニング力」と「本当のリスニング力」のギャップにある、ということだ。

問題の本質は、英語がそれなりにできるはずの人たちの盲点であり、泣きどころが、実は本書で取り上げている「生の自然な英語」(natural and authentic English) であるという事実である。自分の《リスニング力》のレベルを判定する際、ほとんどの人は、現行の多種多様なテストのレベルやスコアなどで表示したり、それに対応させた目安を用いたりすることが多いからだ。

しかし、現行の英語能力テストでは、国内外のもののほとんどが「生の自然な英語」そのものをその測定対象にはしていない。権威のあるどのような英語のテストでも、現行のものはあくまで受験者数との兼ね合いで、客観的 (objective) で実践的 (practical) なテストとして作られている。こうしたテストが制御され、「作られた」リスニング素材を用いている以上、必ずや対策や攻略が可能になってくる。テスト攻略法 (test-taking strategy) が上手ければ、必然的に「上げ底のリスニング力」に基づいた高スコアを獲得できる、という理屈である。



そのため、テスト対策のセミナーを運営する側から見ると、対策も立てやすく、実に組みしやすいことになってしまう。コントロールされているがゆえに、生の英語のように予期しない話題やハプニングの連続な

どということは、まず起こり得ないからである。

事実、最近では、地道で泥臭いリスニングのトレーニングなどをすっ飛ばした、手っ取り早い「上げ底のリスニング力」で高スコアを保証する、「裏技テクニック」なども出てくる始末である。とにかく短時間での成果を求める受験生にとってみれば、「上げ底であろうが何であろうが、高スコアさえ取ってしまえばそれでよい」という気持ちになってもおかしくはない。これがけっこうな人気を集めているという。

もちろん、実力はともかく一定のスコアが取れるならば、誰だってうれしくないはずはない。だから、さらに上を目指そうという学習意欲につながることも、また半面の真実である。

しかし、やっかいな問題は解決されないまま残されている。高いスコアや高い級を持っている多くの人たちが、本人の口から「リスニングにはまだ、とても自信が持てない」ということばを発したりするからだ。彼らは、英語の《リスニング力》がある程度備わっている、というそれなりの自信を持って「生の自然な英語」に挑戦しようとするのだが、ほとんど歯が立たない、といった事例が続出しているからである。つまり、いざ本番で「本当のリスニング力」のなさに愕然とするわけである。

では、どうして、このようなことになってしまうのであろうか？

＜D＞ 「上げ底のリスニング力」と「本当のリスニング力」の違いはどこにあるのか？

各種の英語の教材や英語テストのリスニングに、なにやら問題があることは確かなようだ。そうしたコントロールされた聞き取りやすい英語と、「生の自然な英語」(natural and authentic English) との違いは、いったいどこにあるのだろうか？ 前者の場合、英語としてゆっくり、

クリアに発音するということをどうしても重視してしまう。そのため録音する際に、ネイティブのナレーターであっても、慣れている人でないとなかなか上手いこないし、ときとして、かなり不自然な英語で話してしまうことになるのである。

普通のネイティブの人たちの日常会話での気楽なしゃべりは、1 分間におよそ 240 ～ 300 語くらいである。しかし、教科書などの録音された英語では、ゆっくりとクリアなもので分速 100 ～ 130 語ほどになる。これだけゆっくりだと、1 語ごとに発音するような感じになるので、確かにリスニングにそれほど慣れていない耳でも何とか理解できるだろう。

たとえば、次の英文をこうしたやり方で読めば、ネイティブによるものでもたいていの人は問題なく聞き取れる。

◀ Would / you / like / some / water?

しかし、このような発話は現実にはほとんど起こり得ないばかりか、逆に大きな問題を引き起こす。1 語ずつゆっくりはっきり読むこのやり方は、日本語のモーラ（mora = 拍）方式そのものだし、こうして日本語の発音にすっかり似てしまっているのである。これが災いすると、中学や高校での一斉読みで問題となる、お経読みのようなになるだろう。

カタカナで誇張して書いてみると、それは次のような読み方である。

◀ ウッドゥー ユー ライクー サム ウォーター

この読み方の特徴は、モーラを伴って日本語のように母音を伸ばすことである。そして、最初の Would you をことさらに大きな声で言って、次第に小さい声になるという、もうひとつの特徴も伴っている。

ところが「生の自然な英語」になると、この日本語的な読み方とは、まるっきり 180 度変わったものになってしまうのである。英語は元来、モーラとは対照的な、典型的な強勢（stress）主体の言語である。日本語的な読み方とは違って、一語ずつを意識しないで普通にしゃべるようにすればするほど、この強勢がいくつかのフレーズをひとまとめにして、一定の間隔でリズムとなって聞こえてくるようになるはずだ。

そうすると、左ページのカタカナは、下のようにガラッと変わったものとして聞こえることになる。これが、秒速数分の 1 のスピードでリズムカルに流れてくるわけである。

◀ デュ ライサム ウォーラ

日本語のモーラのように、伸ばし気味でゆっくりというわけにはいかない。文は、一瞬に過ぎ去っていく。文字に引きずられたお経読みの真逆と言ってもいいだろう。聞きにくくなるのは、たんにスピードの違いだけの問題ではないことがよくわかる。「生の自然な英語」には、特有のリズムやイントネーションが必ずついて回る。もし、無理にコントロールすることで不自然なスピードにしてしまうと、自然な英語らしいリズムやイントネーションがなくなってしまう。加えて、まとまったフレーズ（チャンク）単位で素早く発音される際に特有の音の変化なども、ほとんど見られなくなってしまうことになる。そう、ダブル、トリプルで「生の自然な英語」とのギャップが生まれてしまうのだ。

／ どうすればそのギャップを効率よく
E 埋められるのか？——
／ まずはこの準備態勢作りを！

では、そのギャップを実際に感じており、そのギャップを何とか効率よく埋めたいと思っている人たちは、一体どうすればいいのだろうか？

英語のレベルの如何を問わず、このように《リスニング力》の養成がうまくいかないケースを調べてみると、広く見られる特徴を次のふたつにしばることができるだろう。

- ① 英語の音がきちんとつかめていない（識別力不足）
- ② 発音がうまくできていない（調音力＝発音力不足）

リスニング不振の原因として、《語彙力》が足りない、あるいは《文法力》や《構文力》がない、といった問題がよく指摘されているが、それらはあくまでもリスニングの際の内容理解についての問題である。もちろん広い意味では、それに対する具体的なストラテジーや対策も大切ではあろう。だがその前に、まず英語の音に対する弱さ、さらには、それを自分が発音する際の弱さに注目する必要があるだろう。

音や発音というとき、まずは「発音が上手い」「発音が下手」という問題として理解しないほうがいい。最初の段階から「英語をきちんと、それなりにしっかりと、大きな声で発声していない」という由々しき事実があるからである。往々にして、「発音」というよりも、たんなる「発声」の問題ということになってしまう。

日本語ならばそばそと話していても、会話の参加者同士、お互いに暗黙の了解もあるので、コミュニケーションはある程度成り立つものである。しかし、こと英語になると、大きな声でハキハキとリズムカルに発声しないと、なかなか伝わりにくい。英語（の会話・対話）に対する自信につなげるためにも、まずはしっかりと発声こそが肝要である。

日本人の大人の英語学習者をたくさん観察してみると、全体的にどうしても声が小さく、何を言っているのかわからないような人が少なくない。自分の下手な発音が恥ずかしいという理由からなのか、あるいは英語をしゃべることに自信がないせいからなのか、そうなのである。そし

て、このことが実は、《リスニング力》の改善と大いに関わっている。何としてもこのような事態は避けて、まずは、自分の発音の上手い・下手には関係なく、相手にはっきり聞こえるように、英語を口から出そう、目の前の相手に伝えよう。こうした基礎的な努力が、きわめて大事である。

英語に本格的にアプローチしようと思うのなら、コミュニケーションを行う際のこのような態度と姿勢とが、スピーキングだけでなくリスニングの際にもとても重要であることを、まずは肝に銘じてほしい。そして、それが伝われば、発音や英語がそれほど上手でなくても、相手は一生懸命「こちらの言うことを聞こう」、「言いたい内容を理解しよう」としてくれるはずなのである。

そう、声によって、コミュニケーションの基本形ができあがる。自信を持った、はっきりした態度のほうが、英語そのものができるできないといったことより、相手に好印象を与えるものである。これが、コミュニケーションのラポール（相互の信頼関係）作りになる。このことを肝に銘じてほしいものだ。とにかく、英語の出来・不出来を脇において、声と態度で気持ちを率直に伝えるようにする。「あなたとコミュニケーションが取りたい」、「あなたに教えてほしいことがある」、「あなたとコミュニケーションをしながら、この場を過ごしたい」。このような意図は、身体全体から伝わっていくものだ。その自然な態度を相手に伝えることが、何をおいても大事である。

しかし、英語に自信がない人の現実は違っている。何となく声が小さいだけでなく、その態度もおどおどとして、相手と目も合わせないで話すことがしばしばある。これではとても、効果的なコミュニケーションの場を作ることはできないだろう。落ち着いて相手の目を見ながら、しっかりとしゃべるようにすることを意識して心がけてほしい。それだけでも、コミュニケーションがととても取りやすくなるものである。発音が悪いのにいたずらに格好をつけたり、早口でしゃべってごまかそうとした

りする人も多いが、相手は聞き取りに苦労するばかりである。無理にペラペラとやらないで、ゆっくり目に、明確に発音するようにすることが大事である。そうすれば、相手もそのペースに合わせてくれるので、リスニングも調整できるようになってくるだろう。

そして、大人になって英語の学習がいったん途切れてしまったあとに、英語の再挑戦を行うときでも、とにかく「音から始めて、音にこだわる」ことである。では、「音にこだわる」にはどうすればいいのだろうか？

ただ聞いているだけではダメである。自らもその音（近似値の音で大丈夫）を出せるように、自分の口、あご、身体を積極的に動かして——いわば身体全体を楽器として——、できるだけ正しい音を出せるように、生の音に近づけていけるようにすることである。

そして、こうした趣旨に基づいて成り立っているのが、ほかならぬ本書である。

＜F＞「生の自然な英語」はただ聞いているだけでは攻略しにくいものか？

周りからそれなりに英語ができと思われていて、英語能力テストのスコアもほぼ上級レベル、という人がいた。そうした人が私たち「英総研」の研修で、最初の診断テストのリスニングやディクテーションを受けたことがあった。そのとき、見るも無残に撃沈！ という結果になることが少なくなかった。彼らも、こうして事の重大性に気づき始める。「これはまずい」と思って、研修のスタート時点だけでなく、途中で何度も挑戦してはみるものの、撃沈に次ぐ撃沈なのである。道半ばで諦めかけた人も少なからずいた。

研修の受講生は日常の業務をやりつつも、何とか本物の英語力を身に

つけたいと思っている人たちがほとんどである。だから、彼らも必死になって《リスニング力》の増強を図ろうとする。しかし、なかなかうまくいかない人が多いのである。もちろん、担当トレーナーはある段階で、彼らがその「ギャップ」を埋めて「生の自然な英語」(natural and authentic English) をうまく聞き取れるように、トレーニングをする。そのギャップがようやく埋まると、彼らは「ああ、英語が聞き取れるというのは、こういうことだったんだ！」と改めてリスニングの真髄を理解するとともに、聞き取れることの喜びを身体全体で感じ取れるようになるのである。

なかなか《リスニング力》が伸びない研修受講生に、そして一般の英語学習者にも、「リスニング力をつけるのに、どのような方策を取っていますか？」と聞いてみたことがあった。すると、圧倒的に多くの人は「英語をできるだけ多く聞くようにしている」と答える。また、「極力、英語を流すようにしている」、「英語の音のシャワーを浴びるようにしている」と答える人もかなりいる。電車のなかでも車のなかでも、通勤・通学の途中で、またドライブをしながら、英語を流すという涙ぐましい努力を重ねている人が、かなりの数にのぼっている。

そのような努力にもかかわらず、「結果はどうですか？」と聞くと、あまり芳しい答えが返ってこない。ディクテーションにしても、研修生で慣れないうちは、繰り返して聞く回数が50回、100回はざらである。それ以上聞いても、それでも「どうしても聞き取れないところがある」という。こうなると、一種の「^{ぎょう}行」である。

しかし、《リスニング力》の養成に当たってまず大事なのは、「ただ何となく聞いているだけではダメだ」ということである。ディクテーションの場合になると、リスニング以上に正確に聞き取れるかどうかが問われてくる。

もちろん、リスニングをする機会が多いか少ないかという、学習するにあたっての環境がとても重要（とりわけ、子どもの場合は、これが決定的といってもよいくらい重要）である。英語がたえず耳に入ってきて、目にも触れてくるような豊かな環境、自分も必要に応じてそれに反応せざるを得ないような恵まれた環境であれば、話は変わってくる。もっとも日本国内では、こうしたリスニングの時間を十分に確保することは、あまり現実的ではない。そうしたなか、英語を聞き流すのではなく、一定の場所や期間を確保して、集中トレーニングをするほうがいっそう効果的である、ということが実証的にわかってきた。思い切った集中トレーニングによって、より密度の高い環境を作り上げることが可能となる。その意味では、量よりも質ということになる。

リスニングをしているときの 余裕があるかどうかポイント

さてそこで、「質の保証」の実例をお目にかけよう。

企業研修生はたいてい、最も最初の基礎訓練である英語の「音慣れ」という土台作りから始めることになる。それが終わると、次に実際の英語を数多く聞く「耳慣れトレーニング」の段階に進むのだが、特別なケアと集中的な発音矯正トレーニングをしないと、なかなかスムーズにクリアできないことが多い。要するに、ただ数多く聞いているだけでは、なかなかリスニングをものにすることができない。自分の口を使って自ら発声と発音を並行させること、音自体の質を高めることが必要なのである。この方式でしっかりと直接・間接的に集中トレーニングを受ければ、たいていの場合は次の段階に進むことができる。

この基礎と基本が固まったうえで、「実践的なリスニング力」のトレーニングをしっかりと行う。そうすれば、日常の一般的な会話をはじめ、ビジネス会話などある程度フォーマルでルーティンの要素の高いものは、早い段階で何とかこなせるようになる。そう、TOEIC などに多く

出てくる会話などは、この基礎レベルに属している。ノイズもなければダブリもない以上、難しくも何ともないものがほとんどである。ただし、このあたりのリスニング材料でうっかり安心してしまうと、先ほどから述べている「上げ底リスニング力」になってしまう恐れがあるので、くれぐれも注意する必要がある。

現実の受講生たちを見ていると、この質にこだわった《リスニング力》のレベルには、たいてい1～2カ月程度で到達する。しかし、やっかいなのはここからである。現実の待ったなしのカジュアルトークや手加減のないディスカッションになると、スピーキングもさることながら、その前提のリスニングのところが、なかなか実践に対応できるようになっていない。ほぼ全員がそのことに気づいてくる。

メモを取ったりすること、そのメモを要約して反論を準備したりすること、あるいは、メモをもとに相手を批判したりすることが、聞き取りをしながらできなくてはいけない。

受講生を見ていて一番の問題は、リスニングをしているときの余裕のなさ、である。冒頭で述べたように、「英語だからといちいち身構えて神経をすり減らすことなく、……ごく普通に、リラックスしながら聞き取れる」のが本当の実践《リスニング力》なのである。しかし、一般的にもそうだろうが、受講生の多くは、最初の頃はとにかく余裕というものがいっさい見られない。聞いているだけで、なにしろ精いっぱいなのである。とてもじゃないが、必要なメモをとったり、自分の言いたいことをまとめながら批判したりする、などということは夢のまた夢になってしまう。

余裕を持って聞けるようにすることと デュアルタスク方式が成功の鍵！

要は、リスニングだけではなく、発音や発声という作業も並行させ

ながら《リスニング力》の養成をすることだ。これが、これからのよい方法になると考えている。私たちはそれを、**デュアルタスク (dual task)** 的な攻略と名づけている。

考えてみると、リスニングという作業を含めた会話や対話は、私たちの日常生活の最も基本的な活動のひとつである。そこで、おどおどして自信がなく、質問をされないかぎり自分から進んで話すことをせず、引き気味な態度に終始している人に対して、相手はどんな思いを抱くだろうか？ 英語圏の人ばかりでなく、私たち日本人でさえも、それ以上積極的に会話を続けようとは思わないだろう。

大切なことは、英語がそれほど得意でないながらも、自分なりに何とかコミュニケーションを取ろう、と頑張っている姿勢を見せることである。そして、そのときには声が、その人の表情とともに大きな鍵となるのである。その発声も発音もかなり大き目に、しっかりとすることだ。自分のことや自分が育った文化について、少しでもそのストーリーを相手に聞いてもらおう、理解してもらおうとする積極的な気持ちが重要となる。それを心がけたうえでのコミュニケーションならば、相手も自然と「意思を疎通させたい」という気持ちを抱くものである。この点に気づいてもらい、それを重視した**デュアルタスク方式**のリスニング力養成ということを、ぜひとも考えてほしい。

では、それを実際に実践に移そうとしたら、具体的にはどのようなアプローチをすればよいのだろうか？

まず、ひとつ目の「余裕を持って聞けるようにする」ためのアプローチである。要は、自分の《リスニング力》の目標を思い切って2段階くらい高いレベルに設定してみる、ということだ。これは、いったいどういうことになるのだろうか？ よく耳にする昔の「英語達人」の話である。映画館で同じ映画を何度も見ていたときのこと。最初はまったくといっていいほど聞き取れなかったのに、結果的には、場面に合わせて

俳優と同時にせりふをスラスラ言えるまでにになった、という。その意味では、これは質もさることながら、量や数の勝負とも言えるだろう。

私たちの研修生の場合はどうだろうか？ 当初は質にフォーカスして基礎固めを行っていくのだが、次にいよいよ量のインプットをプラスするのである。こうすることで、大きなステップアップが図れるのである。その結果、映画が自然と、字幕なしでも聞き取れるようになった、という人が実際に数多く出てきた。

ここでのポイントは、リスニングといってもチマチマとしたドリルなどによる養成でなく、思い切って自分には高すぎるくらいのレベルに挑戦してみる、ということである。もちろん、やる気のある、絶対にめげない、途中で諦めないタイプの学習者にとって、いまではとても有効なやり方であると確信している。

2段階、3段階アップしたレベルの英語が聞き取れるようになれば、会話でも対話でも、英語を使うときに「かなりの余裕」が出てくるものだ。こうして、自分の会話力や対話力も見見る伸びていく。逆に、どんなに英会話を練習したとしても、リスニングが弱いままだと、本当の意味での会話力は思ったように伸びていかないことになる。

ただし、注意すべき点がふたつある。

ひとつめは、関心があるもの、好きなものを素材とすることである。とにかく、レベルが高いものに挑戦するわけだから、現実問題として、映画でもドラマでも、あるいは洋楽の歌詞であっても、リスニング対象となる材料は関心のあるものや好きなものであることが絶対条件である。やりだしても途中でギブアップする一番の失敗原因は、「おもしろくない」、「つまらない」、「シラケる」ことである。だから、さほど興味を持てない内容の英語で《リスニング力》をつけよう、という態度が一番まずい。ほとんど失敗するといっても間違いはない。

ふたつ目は、レベルの高いものに挑戦するといっても限度がある、ということだ。よほど意志の強い者でない限り、めちゃくちゃに高い（自然な）レベルのものにアタックするのは止めたほうがいい。

この点で注意しなくてはならないのが、アメリカ映画やケーブルなどで放送されているアメリカの連続ドラマである。映画で英語を勉強する、と言えば格好よく聞こえるが、うまく利用できて、かつ実効性を上げている学習者は意外と少ない。理由は単純である。英語は自然で、単語や表現などもそれほど難しくはない。だが、何せ自然なスピードで話されるうえに、俳優のしゃべりの個性や特徴が加わってくる。さらには、画面のなかで起こる事件のさまざまなノイズなども重なって、聞き取るのはなかなか大変なのである。

自分のリスニング力を高め、 効果的に機能させるためには どんな「アプローチ」をとるか？

映画などいろいろな生の映像データや音声データは、ひと昔前には考えられないほどの数量が、インターネットをはじめとする各メディアを通して入手できるようになった。その意味では、以前とは比較にならないくらい、英語の学習や《リスニング力》の養成はやりやすくなったはずである。しかし現実には、それらを用いて高い英語力を身につけるのに成功したような話をあまり聞かない。なぜなのだろうか？

理由はいくつか考えられるが、ここでは大ざっぱにふたつだけ挙げておく。ひとつは「偏ったアプローチ」の弊害ということ、そして、もうひとつは「量よりも品質」の問題ということである。まずは、「偏ったアプローチ」ということについて触れておこう。

1. ボトムアップ方式の方法の長所と短所

現在、スタンダードなリスニングへのアプローチとしては、大きく分

けてふたつの方策がある。

ひとつは、オーソドックスに、下から上へのステップアップを図っていくアプローチ、すなわち「ボトムアップ方式」である。英語のリスニングができるようになるためには、当然のことながら、基本となる英語の音の体系をキチンとつかまなければいけない。まずは、最も基本レベルの音（厳密には音素と呼ばれる）に慣れる必要がある。

練習には、それらの音が含まれる代表的な単語が使われることが多い。そして、それに慣れてきたら、次に似た音の識別（ミニマルペアと呼ばれる最小の特定音のみで対立した単語で、たとえば、[r] と [l] では right と light のペア比較など）の練習に移って、識別力をさらに高めていくわけである。

そして、次にフレーズや文を用いた音の識別練習やら、イントネーションやリズムなどの練習なども補足して、極力、現実の英語のリスニングに対応できるようにしようというものである。

しかし、このアプローチの問題点は、扱うべきテーマや内容がきわめて多い、ということである。いまでも、スタンダードなリスニング教材にはこのアプローチが少なからず使われており、かなり、じっくりと時間をかけてやりたい人には合っているところもあるにはある。しかし、とにかく積み重ね学習なので、やたらと時間がかかってしまい、途中で飽きてしまったり、続かなくなってしまったりするところが難点である。

2. トップダウン方式の方法の長所と短所

それに対して、「ボトムアップ方式」の難点を避けて、より実践的なものにしようとするのが、「トップダウン方式」である。「ボトムアップ方式」のように、個別音を出発点として、いちいち下のレベルからやっているようでは、時間がかかってしまい、肝心なところになかなか辿り

着かない。もっとてっとり早く、言っている英語の内容がどういうことなのか、わかることがまずは必要だというわけである。こうした現実的な対応策として、「トップダウン方式」がよく使われている。

特に、英検や TOEIC テストあるいは TOEFL 試験などのリスニング対策講座などでは、ほとんどこちらのアプローチが優位を占めている。「聞いて、まずは大ざっぱに全体の意味を捉えろ！」「細かいところは無視して、素早くキーワードを掴め！」などというストラテジックな表現がもし解説書に書いてあるならば、ほとんどこちらの「トップダウン方式」のリスニング指導や学習だと考えていい。

ちょっと聞いただけなら、「トップダウン方式」のほうが実践的でよさそうな感じがする。しかし、本格的で「生で自然な英語」(natural and authentic English) に対応できる《リスニング力》の養成ということを考えたときには、必ずしもそうとばかりは言えない。こちらのアプローチの最大の問題点は、リスニング作業がどうしても粗くなってしまう傾向がある、ということである。

個別音の練習やミニマルペア練習などのしっかりした積み重ねの上に成り立っていないので、大ざっぱには聞き取れても、細かいところではかなりいい加減だったりする。こうして、不安定な《リスニング力》のまま、本人は力がついているとうっかり思いこんでしまう可能性がある。しかし、これでは大変危険な自信と言わざるを得ない。

自分のリスニング力を高め、 効果的に機能させるためには 「量よりも品質」が重要！

とりわけ、この方式で TOEIC などの高い点を取った人には、意外とこの危険な自信に陥っている人が少なくない。これが危険なのはなぜな

のだろう？ 繰り返しになるが、「トップダウン方式」はとにかく、その主眼が大ざっぱに内容をつかむところにある、という点である。つまり、概要さえ捉えることができればいいわけだから、どうしても、名詞や動詞などははっきりと発音され、キーワード化しやすいものだけを聞き取りの対象にしてしまう傾向が強い。

しかも、TOEIC のように、その内容がほぼ限定されている場合には、すこし問題慣れしてくれば、「あっ、あのタイプだな」と即座に見当がついてしまう。あまり聞き取れなくても、ある程度まで、問題タイプや質問の狙い目・ポイントを特定化できてしまう。実際、筆者もかつて TOEIC の講座指導を頼まれたときに、このような傾向を緻密に分析したデータを用いて、ピンポイントなトレーニングを行ったことがある。そして、なんと 400 点台の受講生を 2 カ月で 700 点レベルまであっさりと伸ばして、驚かれたことがあった。

では、700 点や 800 点台のスコアを取った受講生は、現実の「生の自然な英語」(natural and authentic English) そのものに、それ相応に対応できるのだろうか？ 実際はそうはならないし、それは最初から違うものとして、扱ったほうがよい。その意味で待ったなしの「生の自然な英語」に対応するには、それに応じたトレーニングが別途必要であることになる。受講生には、よくそう言い聞かせていたものである。現実のリスニングでは、TOEIC などにはまったく出題されないリスニング材料はいくらでもある。実際、それらはさまざまなジャンルにわたっているので、大ざっぱな内容どころかキーワードすらも聞き取れないことが往々にしてあるのである。いったい何が問題で、そうになってしまうのだろうか？

広い意味では《語彙力》をはじめ、《表現力》や《構文力》などの有無も大きなポイントである。だが実は、最大のポイントは先ほどの「トップダウン方式」とは正反対で、内容がどうのこうのということではまったくない。そもそも「音自体がちゃんと聞き取れているのか？」ということが重要でないのである。実際に英語が流れたときに、いったい何と言っ

たのかを、音として瞬時に識別できているのかどうか、これこそが問題である。

よしんば、単語や表現あるいは内容を知らなくても、言われたことを自分で近似値音として再生できるのか？ カタカナでもいいから、それをある程度正確に表した、当たらずといえども遠からずのものが書けるのか？ これが大きなポイントとなる。このような材料こそが「生の自然な英語」攻略の切り札となるわけである。

その代表は、ネイティブが日常生活で交わす雑談や世間話などである。あるときはラウンジで、またあるときは夕食時に、あれこれと話されるものだ。これらは、自然な英語学習のための質の高い材料ということになるだろう。

考えてみれば、自然にしゃべった英語を問題なく聞き取れるようになるというのは、きわめて愉快的なことである。かつて、奥平光さんという英語の達人が書かれていたエピソードがある。

もうかなり前の話だが、アメリカ人の若者が数名、初来日したその日に都内で電車に乗っていたところ、ある駅で晴れ着をまとった妙齢の女性が乗り込んできたという。話好きのアメリカ人のことだから、さっそく仲間内の英語で品定めを始めた。「彼女は何者かね？」、「年齢はいくつだろう？」、「独身なのかな、結婚しているのかな？」、「独身なら絶対にプロポーズするね」とある駅で降りる準備を始めたその女性が、アメリカ人たちに向かってこう言った。それは流暢な英語だった。

Guys, I really enjoyed your “stag” story. See you around.

みなさんの「おもしろい」お話を、あれこれ楽しませてもらいましたわ。ありがとう。

一同が啞然としたのは言うまでもない。恐る恐る彼女の素性を訊ねると、“Oh, I just returned from the University of California.” と答えた

とのこと。彼女は留学していたので、一同のかなりカカジュアルでスラングなどが入り混じっていた英語も、難なく聞き取れたのだろう。着物姿で凛としている彼女が、英語などわかるはずがない。ましてや、下世話な英語などは。——言いたい放題のアメリカ人たちはみな、文字どおり、穴にも入りたい気持ちだったにちがいない。

＜ K ＞ 高品質のリスニング材料で デュアルタスク方式の実践を 日常化にする

英語には、同じネイティブの発話でも、仲間内での雑談のように気楽に話すものから、事前にある程度下準備をして話すようなフォーマルなものまで、いろいろな種類がある。さらに加えて、個人差もある。そのバラつきは、我々の想像を超えるほどである。そして、このような「生の自然な英語」(natural and authentic English)こそが、本物志向の実践《リスニング力》の養成には欠かせない高品質の英語音声材料となるのである。生の英語ゆえのノイズやダブリ、聞きにくさやバリエーションはもちろんある。

しかし、この「デュアルタスク方式」の実践の基本は、とにかく、まずは**英語音を的確に捉えて聞き取ること**、つまり、**日本語にはない未知の音を、文字を通さずに「音」として捉えて、それを直接そのまま再現できるようにすること**である。この作業がとても大事である。

本物の《リスニング力》を本当に身につけたいと思うのなら、**英語の「音」を耳で聞いて、直接その「音」をまねる**のである。自分の口の形を鏡などでチェックしながら、そうするとよい。非常に原始的で単純だけれども、最も効果的で、最も重要なトレーニングである。

そして、これをしっかりと繰り返す。そのまま口を開けて呼気（吐く息）を出せばストレートな音で母音になる。閉じた口を思い切って開けたり、口を閉じ気味のままぐもった音や摩擦でバイブレーションをともなった音を出すなどして、自分の身体全体で英語の音の出し方を理解する。このようなトレーニングを続けていけば、音を聞けば自動的に再現できる力が身につくようになる。

自分の身体全体で英語の音の出し方を理解し、ある音を聞いたとき、それを自動的に再現できるようになること。そうした実践的な力を身につけることが、この方法の課題である。

そして、その音のモデルとなる高品質の音声素材が、本書に数多く収録した対話や会話である。あるいは完全に生とは言えないまでも、映画でのやりとりもある。慣れるまでは欲張らずに、本書にあるような「短いクリッピング」で、部分部分をうまく利用するのがよい。「短いクリッピング」とは、セリフなどのやりとりの一部を切り出したものである。もちろん、その場合でも極力、音優先で文字は見ないように心がける勇氣が必要である。たとえば、次の簡単な対話を聞いてみよう。

A: Can I take a look?

B: Sure.

これはあるドラマの1シーンでの、短いやりとりの再現である。この対話にかかった時間は、なんと0.4秒だった。となると、聞いた音もこの綴りからは想像もつかないような、瞬間的なものとなることは、想像に難くない。

研修の受講生15名（中級レベル）にこれを聞かせて、一発でわかる人はなんとゼロだった。30回くらい聞かせてようやくわかった者も、そのうちたった4名に過ぎなかった。それほどまでに、スピードに合わせて、リズムカルに音が大きく変わってしまうのである。部分的に音が消えたり、脱落したりしてしまうことさえある。

これらのクリッピングに徹底的にこだわり、どうしてもわからないところは、その基準音を再度しっかりと、発音・発声を含めてトレーニングしなければならぬ。そんなふうに音が変化してしまうのはなぜなのか？ こうした現象を理解し、口慣らし練習を行うことだ。実際のシーンの0.4秒とまでは行かなくても、その時間の近似値まで、この対話を行ってみるのである。その手順を簡単にまとめると以下のようになる。

「デュアルタスク」方式手順のまとめ

トレーニングの流れは、以下のとおりである。

- 1 聞く。
- 2 説明を受ける（本書では、それが解説となる）。
- 3 また聞く。
- 4 発音する。
- 5 聞こえてくる音声と同時に発音して、音としての近似値と時間の近似値を高める。
- 6 時々発話される感情なども含めて、発声・発音を心がけるようにする（「なりきりトレーニング」と呼ばれる）。

このような自己トレーニングを、時間をかけて積み重ねていく。そうすることによって、日本語を話すときと英語を話すときで、声質も異なるようになってくる学習者も少なくない。英語を英語らしく発音すること、音の滑らかさやリズムなどを真似ること。こうしたことに焦点を当てて自分のトレーニングを続けていくと、次第に英語らしく聞こえる声の出し方を身につけることができるからである。これも「生の自然な英語」（natural and authentic English）に近づく洗礼のひとつである。

そして、そこでも聞こえたとおりに再生する自己トレーニングを徹底的に行うようにするとよい。「生の自然な英語」の声の出し方から息つぎまで真似て、自分でも「近似値で」再生できるように心がける。機会があれば友人などに頼んで、どの程度真似ができているのか、客観的に判断してもらう機会を作ることも重要である。

本書の後半では、生の英語を使っのスピーティング（音声を聞いてそのまま正確に繰り返す練習）だけでなく、シャドーイング（音声を聞きながら影絵踏みのように少しずつ遅れぎみに口で言いながらついていく練習）やオーバーラッピング（音声を流してテキストなどをその音と同時に読む練習）などの手法にも言及した。極力、文字に頼らないで、とにかく数多く音声を真似る練習に入してほしい。

そこでは声が力を発揮する。音の強弱、音のリズム、音の正確さ、間の取り方。そればかりでなく、「一人芝居」（なりきりトレーニング）形式で場数をこなしてみるとよい。自分が実際にその場にいたならどんな感情を抱くのか、を想像するのである。

とにかく、本物の「リスニング力」をものにしようと思ったなら、まずは英語の音に対してプラスのイメージを持つようにすることだ。英語の音の響きを、まずは音楽を楽しむように好きになることである。意外なことだが、どうやらこのあたりから、本格的な「生の自然な英語」への攻略は始まりそうである。