

# 英語ディクテーションのやり方

2019年4月19日 安倍富士男

次の文章は、私（安倍）が約20年前に効果的なリスニング訓練法を探している時に会った本の文章からの引用です。

山田 光顕 2000年 「英語 確実に身につく技術—私はこうして実力をつけた」 (KAWADE 夢新書)  
、著者は独学で英検1級を取った男性銀行員です。著者は自分の発見した方法を「精聴法」と呼んでいます。精聴法は、私たちが採用する「ディクテーション」と同じです。

-----引用開始-----

精聴法とは、文字に頼らず「音」のみを頼りに英語を理解するために、最も効果があがる訓練方法です。

最初からテキストを見てしまうと、誤った発音の先入観に邪魔されて素直に英語の音をインプットできなくなる。しかし、ディクテーションを行えば自分が聴いて理解した通りの文章が紙に再現されているので、それを正解と比べあわせることで、自分の聴き取りのどこがどのようにまちがっていたのか、手に取るように判明する。

間違ったところを集中的に聴き直して誤った先入観を正しい発音の認識に置き換えていく。そして、正しい答案を作成するために繰り返し英語を聴く過程で、英語の個々の発音、強弱、抑揚などを自然と覚えていくことになる。

## 精聴法（ディクテーション）のやり方

### 1 音声教材を用意する。

教材の条件:これはネイティブスピーカーの自然な口調の音声が入っていて、その原稿(=トランスクリプト)も付属しているものを選ぶ。自分の興味対象や難易度に応じて選ばばよい。

### 2 テキストを見ないで、その教材を繰り返し聴いて内容把握に努める。

分量はあまり長くせず最初は1分~2分程度がよい。何回でも時には何十回でも聴いて話者が何を言っているのか聴き取るようにする。

### 3 もうこれ以上わからないという段階まで繰り返し聴き、音声の1語1句を書き取っていく。

書きながら教材を何度も聴き直してかまわない。しかしまだ原稿を見てはいけぬ。要約ではなく、一語一句話されている言葉を最大もらさず書き取っていく。

書き取るにあたっては「文章として整合性はあるか」「文法的な矛盾はないか」など注意する。もし書き取った文書の意味が支離滅裂だったり、文法的な矛盾を含んでいる場合には、聞き間違えている可能性が高い。

さらに大文字小文字の区別、句読点、疑問符、引用符などは適切か、と言った点にも注意する。ああでもない、こうでもないと思ひながら答案を作成する。「わからなければすぐ解答を見る」と言った態度では効果は期待できない。

この訓練では正解を模索しながら、何回でも何十回でも課題テープを聴き直すことが一番大事な作業。「悩むプロセス」が上達には不可欠。何十回でも聴き直しても、どうしてもわからないところが出てくる。その部分はブランク(空白)にしておく。

この訓練をする人の中には、文章の整合性も文法的な規則もまったく無視して、なんとなく発音が似ている単語を羅列するだけの、まるで誤変換だらけのワープロのようなものを作る人がある。「聞こえた通りに書いた」と言うのだが、単に聞こえた通りではなく文の要旨、整合性などに細心の注意を払わなければならない。そのような注意を普段から払っていると、聴き取りの力を鍛えるだけでなく自分で英語を話したり、書いたりする発信サイドの力を伸ばすことができる。

### 4 ある程度、答案が作成できた段階で初めてテキストを開ける。

たいていの人は全然聴き取れていないことに愕然とする。だれでも最初はそう。知らない単語が聴き取れないならまだしも、中学生レベルの簡単な単語まで聴き取れない！しかし、これが貴重な体験となる。

これによってあなたは「どこが聴き取れて、どこが聴き取れないか」がわかったことになる。これがあなたにとつ

て何より貴重な情報となる。聴き取れなかった部分があなたの弱点ということ。そこを中心にテープを聴き直す。そして自分が持っていた発音イメージとネイティブの実際の発音がどう違ったか、比べる。これが一番大切なこと。

この訓練の目的は、どれだけ聴き取れたか、ではなくて「どこが聴き取れなかったか」を把握することにある。答案の出来不出来に一喜一憂する必要はまったくない。間違いが多くともこれから聴き取れるように自分の耳を鍛えていけばよいだけの話だから。

## 5 この訓練を続けること

この訓練を続けることが大事。アメリカに行かずとも会話学校に通わずとも、この訓練を続けていけばネイティブスピーカーの発音が聴き取れるようになっていく。海外経験のない私（著者）が英検一級のリスニングテストを難なくこなせて、TOEICで900点取れるだけのリスニング力がついたのは、この訓練の賜物に他ならない。

-----引用終了-----

- ★安倍以外に、このディクテーション法を進めている人(実際に会って話を聞いたので、嘘じゃありません)
- ・安河内哲也先生(予備界のNo.1 英語講師 予備校界で最も著作の多い人。)
- ・竹岡先生 (京都洛南高校英語講師。東大合格漫画ドラゴン桜に出てくる英語教師のモデルと言われている先生)



山田先生の本



安倍富士男と安河内先生