

Аведова Рената Петровна

СТРАТЕГИИ ЗАПОМИНАНИЯ НОВЫХ ЛЕКСИЧЕСКИХ ЕДИНИЦ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА С ПОЗИЦИИ НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ

В статье рассматриваются стратегии запоминания и закрепления новых лексических единиц при изучении иностранного языка. Обосновывается необходимость создания определенных стартовых условий, таких как концентрация, фокусирование внимания внутрь себя и пр. Показана важность создания положительного эмоционального фона, включения всех каналов восприятия, исключения внутреннего диалога.

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/2/2016/2-1/54.html

Источник

Филологические науки. Вопросы теории и практики

Тамбов: Грамота, 2016. № 2(56): в 2-х ч. Ч. 1. С. 181-183. ISSN 1997-2911.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/2.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/2/2016/2-1/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net

Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: phil@gramota.net

13.00.00 ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 81.13

В статье рассматриваются стратегии запоминания и закрепления новых лексических единиц при изучении иностранного языка. Обосновывается необходимость создания определенных стартовых условий, таких как концентрация, фокусирование внимания внутрь себя и пр. Показана важность создания положительного эмоционального фона, включения всех каналов восприятия, исключения внутреннего диалога.

Ключевые слова и фразы: нейролингвистическое программирование; триггеры; феномены и эффекты восприятия; каналы восприятия информации; дистракторы; эмоциональный фон.

Аведова Рената Петровна, к. филол. н.
Южный федеральный университет
AvedovaRP@yandex.ru

СТРАТЕГИИ ЗАПОМИНАНИЯ НОВЫХ ЛЕКСИЧЕСКИХ ЕДИНИЦ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА С ПОЗИЦИИ НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ

Обучение нередко рассматривается как процесс передачи новых знаний индивиду. Усвоение знаний происходит за счет обработки полученной информации. Изучением способов успешной передачи, анализа и усвоения новых знаний занимается теория нейролингвистического программирования (далее – НЛП). Такого рода программирование – это комплексный процесс, который включает развитие понимания мыслительных и познавательных процессов, управляющих поведением индивида, стратегического мышления, поведенческой компетентности и гибкости и позволяет выработать эффективные стратегии успешности. Успешность стратегий определяется целым набором факторов. Прежде всего, при построении стратегий необходимо учитывать модели функционирования памяти и мышления: какие триггеры, внешние стимулы, наиболее результативно запускают мыслительный процесс, какие субмодальности, мельчайшие составляющие человеческого опыта, встроены в подсознание, как они влияют на различия в познавательных состояниях и какие пути успешного поддержания нужных состояний для продуктивного усвоения информации или запуска новой стратегии могут быть предложены.

Важно понимать, как человек организует собственную модель мира, на основе которой строит поведение, какой тип мотивации наиболее часто задействует в процессе обучения (позитивная/негативная мотивация), какова его Я-концепция, т.е. как понимание собственного личностного своеобразия связано с возможностью самореализации, какие инструменты, позволяющие изменить иерархию ценностей и структуру убеждений, он использует для достижения гармонии с самим собой и окружающим миром.

Необходимо учитывать феномены и эффекты восприятия: какой канал восприятия информации (визуальный, аудиальный, кинестетический и т.д.) является наиболее эффективным и чаще используется индивидом, что запускает мыслительный процесс – положительные или отрицательные эмоции, какие ограничивающие убеждения могут возникнуть в познавательном процессе и как изменить внутреннее восприятие подобных ограничивающих убеждений и запустить триггеры, которые выведут индивида из состояния пробуксовки [2, с. 150].

Учет вышеперечисленных факторов позволяет построить эффективные стратегии обучения иностранным языкам, сокращая дистанцию между точкой начала и этапом достижения желаемого результата.

В данной статье мы предлагаем рассмотреть некоторые стратегии запоминания новых лексических единиц, разработанные с учетом техник НЛП, позволяющих сформировать у обучаемого внутренние микро-стратегии и создать определенные комплексные поведенческие паттерны, которые помогут ему ускорить познавательный процесс и улучшить результативность.

В изучении любого иностранного языка очень важно умение пополнять лексический запас, делая новую лексику не просто пассивным запасом слов, но сохраняя ее в долговременной памяти человеческого «биокомпьютера», мозга. Целью стратегии является эффективное запоминание новых слов с последующим легким извлечением их из памяти в ситуации непосредственного общения. Данная стратегия нацелена на формирование у обучаемого такого внутреннего восприятия, которое обеспечит свободное общение, ощущение легкости и непринужденности, уверенности в себе. Желаемыми результатами использования моделируемого навыка являются преобразование информации в наиболее удобную для обучаемого форму, экономия сил и времени, кратчайший путь в реализации поставленных задач, максимальное использование внутренних ресурсов [3, с. 100].

Для успешной реализации моделируемого навыка необходимы определенные стартовые условия: концентрация и фокус внимания внутрь себя, что позволяет исключить фоновые дистракторы и направить всю мыслительную энергию на достижение цели; хорошая визуальная и аудиальная память, что во многом облегчит запоминание всех оболочек изучаемого слова: правописания, произношения и закреплённого за ними значения; способность обобщать всю полученную информацию о слове: обучаемый должен уметь мысленно разделять слово на слоги и, вслушиваясь в каждую часть, одновременно видеть слово целиком; поддерживающие убеждения, осознание, что «я знаю намного больше, чем я думаю», что позволяет сохранить внутреннюю мотивацию к изучению лексики.

Первоначальным шагом к реализации моделируемого навыка является формирование положительного эмоционального фона. Эмоции являются весьма сильным триггером для запуска познавательного процесса. Для создания в подсознании положительного эмоционального фона предлагаем следующую микростратегию. Необходимо представить, что знакомые слова вызывают приятное чувство, например, уверенности, легкости, расслабленности. Это создает определенный мотивирующий якорь, который закрепляется в субъективном опыте обучаемого. Необходимо представить незнакомое слово и запомнить чувство дискомфорта, которое возникает при столкновении с непонятной лексической единицей. Это, в свою очередь, создает контрастирующие модели и является триггером, стимулирующим желание избавиться от состояния дискомфорта.

Следующая микростратегия, предлагаемая нами для реализации моделируемого навыка, направлена на запоминание визуального и аудиального образов слова и их соотнесение со смысловой составляющей. Данная микростратегия требует обращения к тексту: обучаемому предлагается взять текст на иностранном языке и приступить к чтению. При обнаружении незнакомого слова должен возникнуть дискомфорт, который послужит сигналом обратиться к словарю. В словаре обучаемый читает транскрипцию слова и повторяет его вслух, что позволяет задействовать два канала восприятия информации: визуальный и аудиальный. Далее слово мысленно делится на слоги, в памяти запускается поиск сходных визуальных и аудиальных образов, возникающие картинки и звучание уже известных слов сравниваются с новым. С помощью внутреннего диалога обучаемый определяет, насколько найденные в памяти образы и звуки схожи с новым словом. Далее из ассоциативных картинок и звуков создается новая конструкция и звучание, пока подсознание индивида не перестанет отвергать новое слово как инородное и не пройдет ощущение дискомфорта. На этом этапе должно прийти понимание смысла слова.

Следующей ступенью в реализации моделируемого навыка является совмещение двух предыдущих микростратегий, а именно: фиксация визуального, аудиального, смыслового образов слова с положительным эмоциональным фоном. Для того чтобы проверить правильность понимания, обучаемый сверяется со словарем. При положительном результате биокомпьютер фиксирует чувство удовлетворения и гордости. В случае ошибки создается новый образ слова, повторно анализируется его звучание и визуальное воплощение. Если не удастся добиться желаемого результата, создается несколько вариантов размещения образа нового слова среди знакомых посредством проецирования целого сюжета взаимосвязанных образов и ассоциаций.

После введения новых лексических единиц на трех уровнях (аудиальном, визуальном, смысловом) и совмещения всех оболочек слова с положительным эмоциональным фоном необходимо закрепление, встраивание новых образов в подсознательное человеческое мозга. Для успешной реализации данной микростратегии необходимо учитывать, что наше мышление эффективно оперирует всем, что имеет внутренний сенсорный аналог: образ, звук и эмоции. Поэтому для достижения конечного результата запоминания трех компонентов, закреплённых за словом, важно задействовать все упомянутые выше составляющие и построить микростратегию, предполагающую одновременно создание внутреннего образа слова, развитие слышания внутренней мелодики и интонирования, а также закрепление его визуального воплощения. Мы предлагаем использовать упражнения, связанные с внешней и внутренней сенсорикой. Например, для запоминания лексических единиц, обозначающих направления движения, можно предложить следующие парные упражнения. Обучаемый закрывает глаза. Это способствует развитию внутреннего сенсорного восприятия. Партнер произносит команды, направляя его влево, вправо, повернуться, вверх, вниз. Обучаемый должен правильно выполнить команду. При каждом верном выполнении команды партнер дотрагивается до плеча и дает следующую команду. Задачу можно усложнить, спрятав в помещении какой-либо предмет и поставив целью его поиск. Подобные упражнения задействуют все внутренние системы восприятия и закрепляют эффект позитивными эмоциями.

Еще одним эффективным упражнением в рамках рассматриваемой микростратегии являются парные игры с мячом, которые задействуют все три системы сенсорного восприятия (визуальную, акустическую, кинестетическую). Суть подобных игр сводится к тому, что один участник называет слово и кидает мяч, другой его ловит, вспоминает созданный им семантический образ и говорит его значение. Затем обучаемые меняются ролями. Постепенно темп игры ускоряется, что очень важно для эффективного усвоения лексики и быстрого использования слов в разговорной практике. Подобные упражнения полезны при изучении группы новых слов в рамках одной смысловой темы. Положительный результат применяемой стратегии создается за счет закрепления новых лексических единиц в долговременной памяти человеческого мозга благодаря активизации всех трех каналов восприятия информации.

После того как обучающиеся накопили первоначальный минимальный лексический запас, можно переходить к более сложной микростратегии внутреннего проговаривания. Реализация данной микростратегии может осуществляться различными способами. Одной из форм воплощения является чтение на основе внутреннего проговаривания, которое строится следующим образом: обучающиеся читают текст, мысленно проговаривая слова на иностранном языке; постепенно темп чтения ускоряется и должен достичь скорости, свойственной родному языку.

Следующей формой реализации рассматриваемой микростратегии может быть просмотр фильмов. Во время демонстрации фильма обучающимся предлагается проговаривать диалоги героев вслух, повторяя их за актерами. При каждом повторении темп произношения увеличивается. Затем обучающиеся переходят к внутреннему повторению диалогов. В данных упражнениях важно избегать мысленного проговаривания на родном языке. На первом этапе обучения иностранному языку родной внутренний диалог вмешивается в процесс встраивания иностранного внутреннего диалога: обучающийся слышит слово на иностранном языке, вспоминает образ предмета, мелодику и элементы интонации, связанные с ними эмоции и чувства, ситуацию в целом, проговаривает слово или фразу, однако делает это не на иностранном языке, а на родном, и только на последнем этапе привлекает изучаемый язык и проговаривает слово на нем. Наличие двух внутренних диалогов в значительной степени замедляет процесс усвоения новых лексических единиц, т.к. слишком сильно переключает внимание говорящего вовнутрь и препятствует вспоминанию реального сенсорного опыта, связанного с запоминанием иностранных слов (образов, акустического оформления, связанного с ним движения, смыслового контекста) [1, с. 35].

Закрепление изученной лексики может осуществляться посредством микростратегии поиска знакомых слов, которая важна как для разговорной практики, так и для восприятия видеофильмов, аудиофайлов. Успешная микростратегия поиска знакомых слов содержит следующие шаги: обучающийся слышит иностранную лексику и сразу переходит к ее сенсорному значению, смыслу; либо обучаемый слышит иностранную речь, сразу проговаривает только хорошо знакомые слова и переходит к их сенсорному значению, смыслу. В данной микростратегии внимание обучающегося должно быть сосредоточено только на знакомых языковых формах. Незнакомые лексические единицы должны опускаться и не буксировать процесс восприятия информации. Если данное условие не будет соблюдено, микростратегия не будет эффективной. Часто можно наблюдать, как обучающиеся допускают следующую ошибку: во время просмотра фильма, восприятия речи носителя языка и т.д. обучающиеся выделяют те слова, значения которых помнят лишь приблизительно. В результате, акцентируя внимание на словах, которые точно не помнят (звучание знакомо, но сенсорной информации нет), они упускают большую часть информации. При такой внутренней стратегии фокусировки внимания происходит потеря внешней информации, отставание в понимании сюжета и контекстуальной ситуации.

Итак, мы рассмотрели несколько микростратегий, разработанных с позиции нейролингвистического программирования, которые могут быть весьма эффективно использованы для реализации стратегии запоминания и закрепления новых лексических единиц. Можно сделать заключение, что для достижения положительного результата в рамках данной стратегии необходимы определенные стартовые условия: концентрация, фокусирование внимания внутрь себя, развитая визуальная и аудиальная память, положительный эмоциональный фон, включение всех каналов восприятия, исключение внутреннего диалога и проговаривания на родном языке. Учет перечисленных компонентов стратегии обеспечивает результативное моделирование навыка в минимальные сроки, закрепление лексических единиц в долговременной памяти и их выведение в активный словарный запас, что свидетельствует об эффективности техник нейролингвистического программирования в рамках данной стратегии.

Список литературы

1. **Андерсон Д.** *Думай, пытайся, развивайся* / пер. с англ.; общ. ред. и пер. А. Л. Шлионского, Л. М. Шлионского, Н. В. Никифоровой. СПб.: Азбука, 1996. 92 с.
2. **Бэйтсон Г.** *Экология разума: Избранные статьи по антропологии, психиатрии и эпистемологии* / пер. с англ. Д. Я. Федотова, М. П. Папуша. М.: Смысл, 2000. 476 с.
3. **Дилтс Р.** *Стратегии гениев: в 3-х т.* / пер. с англ. М.: Класс, 1998. Т. 2. 195 с.

STRATEGIES OF MEMORIZING NEW LEXICAL UNITS WHILE LEARNING A FOREIGN LANGUAGE FROM THE POSITION OF NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING

Avedova Renata Petrovna, Ph. D. in Philology
Southern Federal University
AvedovaRP@yandex.ru

The article examines the strategies of memorizing and consolidating new lexical units while learning a foreign language. The necessity of the creation of certain starting conditions, such as concentration, focusing attention inside oneself, etc., is substantiated. The significance of the creation of positive emotional background, the inclusion of all the channels of perception, the exclusion of inner dialogue is shown.

Key words and phrases: neuro-linguistic programming; triggers; phenomena and effects of perception; channels of information perception; distracters; emotional background.