法语中如何突破听力瓶颈期，迅速提高听力能力？

对于中国法语学习者，法语学习里听力难度可以说甚至大于口语，并且在达到 B1-B2 等级时容易卡到瓶颈期。为什么听力对于中国学习者难度大？怎么稳扎稳打在平时学习，迅速提高法语听力水平？（但仍注意，这里的“迅速”是修辞，听力的复杂性使它难以三两天见效。）

I. 为什么听力会显得难度大，不容易听懂 （附应对方案）

1. 词汇量积累的领域不够广泛

听力卡瓶颈，感到吃力的第一个原因就是我们平时积累的词汇量和涉足领域有限。我们听一个听力材料时，通常不知道里面的人会说什么，即使有主题、标题，但毕竟人说话嘛，用词还是有点随机的。

我们平时如果只是按部就班地学习课本词汇，按主题记忆，其实覆盖面有限。所以听力里我们会由于根本没见过、没听过某个词，而无法理解某句话，这种情况一多，听力材料下来就云里雾里。

在词汇量方面，还不得不提一下状语这些内容的积累，比如时间状语、地点状语、方式状语、原因状语等等，比如：“上星期、去年、两星期前、下星期（时间状语）；在德国、在市中心、在图书馆后面（地点状语）；以显著的方式、快速地、绝对地、严格地（方式状语）；鉴于这种复杂的局面、由于我不在、多亏了他的帮助（原因状语）”... 这些我列举出的中文，是不是脑子里能立刻想到法语？如果不能，就请扫雷式地大量积累语料。

应对方案： 想要快速突破这种局面，如果我说“去多背单词”，会显得太传统了。其实我们可以做的，在这里首先就是**大大增加涉足的词汇量**。除了我们上课大量学习的词汇外，我推荐，并且也是我自己曾经用过的教材，**《最好用 15000 法语单词随身背》**，它设计非常多的主题词汇，覆盖面大，而且每小节有一些例句供我们读。注意，一定是要开口多读。另外，《法语渐进词汇》系列 (Le vocabulaire progressif)也是非常好的词

汇教材。其他语法相关、口语相关的材料也很不错，关键就是，拿时间去**开口朗读**+记忆。

在词汇量方面，当然还有同族词汇之间的衍生，联想能力，这里是我们上课一直在做的事情，也涉及语法方面，我这里就不多再赘述。

2. 法语的动词结构和固定结构积累不足

这个问题和上面的词汇量问题类似，但是它又不是纯粹的单词不够。我们可以分析到，听力里高效捕捉信息的能力，很大程度上来自我们对动词结构的掌握数量。动词结构掌握得好，很多句子他一张嘴你信息基本就处理完了，就剩个后面的状语了，状语是外沿性的信息。动词结构比如说，permettre à qqn. de faire qqch., commencer par faire qqch., aider à qqn. à faire qqch. 这些。

那对于固定结构，是类似的道理，这些东西比动词少一些，但意思上很多得硬记。比如说 tandis que, tant que, au cas où 等等。这些内容也是需要时间去积累的，在大量阅读句子的过程中熟练起来。但是我认为，我们中国学习者并不怕这些，因为我们高考过，我们可以大量背，可以下苦功夫。

应对方案：合理安排时间，多多记忆！我会发送给你一份固定搭配的相关材料，是之前一位同学分享给我的，我浏览后感到非常喜欢。这里面总结了很多常用动词的用法，以及固定搭配的结构，这份高密度材料消化完，结构方面问题就不大了，而且会对法语动词有很多新的认识。

3. 法语语音系统能力的问题：音字对应能力以及泛听法语积少成多的时间

首先第一点是经典的“音字对应能力”（la correspondance phonie-graphie），我在各个平台重复过很多次。什么意思呢，就是法语听力里，我们有时候听到一个词，不知道是啥，不是因为我们不认识，要是写出来给你看肯定就认识了。这里的问题是，我们有时候把法语单词的音和它的字母对不起来。究其原因，一方面，是因为我们对这个词不够熟悉，另一方面，就是我上面说的“音字对应能力”，它被归类在法语语音系统

里。考察学生这方面基础好不好，我一般随便拿一段文字让他读就知道了，如果有读错、读不顺，很遗憾，咱们回炉再造，过一遍语音系统吧。

应对方案 1：针对这个问题，我提出的方案是，平时我们无论学什么资料，学语法，复习，学单词等等，都要张嘴去读，而且读的要很溜，就好像你是个法国人，这句话是从你自己嘴里能说出来的一样，速度还很快。这其实就是无限次在重复训练我们的音字对应能力。我们作为中国人，对这套系统本身不是那么熟悉，所以要不断去读加强语感，好比我们再重新在法国长大一次。

其次，我还提议可以课下偶尔进行一些长听力听写训练，在大脑飞速运转中解码法语声音(déchiffrage)，并迅速将其写下来，这就是训练法语听力的王牌动作。如果你不知道听写什么，从哪里听写，可以随时找我，我来给你经验。

应对方案 2：另外，我在这部分标题还提到了“泛听”，这里的意思是，我们平时坐地铁/公交这些时候，可以戴上耳机，打开 FranceInfo 或者 Radio France 里的广播或者感兴趣的播客频道，听法国人在那叽里咕噜讲东西。他们讲的东西你不一定要认真地去全听懂，不然车到站了都不知道，而是大体上知道在讲什么，试图听懂一些词，凑个热闹。这种泛听去磨耳朵，久而久之就能建立起对法语听力的熟悉，以后放听力不会发怵，也知道法国人表达的一些习惯和特征。

很多同学说自己听力不好，但其实我每次发出灵魂几连问，就发现他们也没花多少时间和精力去练。语言的提高，是要花些时间，上上心的，更别说这个复杂的听力能力了。如果我们不缺少刻苦，朝着正确的方向努力，我相信每个人都能学得很好！