

VẬN DỤNG KỸ THUẬT SHADOWING NHẪM NÂNG CAO KỸ NĂNG NGHE HIỂU CHO SINH VIÊN KHÔNG CHUYÊN: NGHIÊN CỨU THỰC NGHIỆM TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT VINH

Lê Thị Thuý

Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh

Tóm tắt: Nghiên cứu này khảo sát tác động của kỹ thuật Shadowing đối với khả năng nghe hiểu tiếng Anh của 250 sinh viên năm thứ nhất không chuyên tiếng Anh tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh. Mặc dù đã trải qua nhiều năm học tiếng Anh chính quy, những sinh viên này thường gặp rào cản về “nhận diện từ” và tình trạng “điếc ngôn ngữ” do thiếu môi trường thực hành thực tế. Nghiên cứu sử dụng thiết kế thực nghiệm với bài kiểm tra trước và sau tác động ở bốn lớp học theo tin chỉ, trong đó tích hợp hoạt động shadowing 15 phút trên lớp kết hợp với bài tập về nhà hằng tuần. Kết quả cho thấy nhóm thực nghiệm có sự cải thiện đáng kể, với điểm trung bình tăng từ 5,5 lên 7,4, qua đó thu hẹp khoảng cách từ trình độ A2 lên B1. Bên cạnh đó, dữ liệu định tính cũng cho thấy mức độ lo âu khi nghe giảm rõ rệt và sự tự tin của người học được nâng cao. Những phát hiện này cho thấy Shadowing là một công cụ sư phạm có hiệu quả cao trong việc tăng cường khả năng tri nhận ngữ âm và tự động hóa nhận thức trong hoạt động nghe hiểu ngôn ngữ thứ hai.

Từ khóa: Kỹ thuật Shadowing, nghe hiểu, nhận diện từ, sinh viên không chuyên tiếng Anh, Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh.

APPLYING THE SHADOWING TECHNIQUE TO IMPROVE LISTENING COMPREHENSION SKILLS FOR NON-ENGLISH MAJOR STUDENTS: AN EXPERIMENTAL STUDY AT VINH UNIVERSITY OF TECHNOLOGY EDUCATION

Abstract: This study investigates the impact of the Shadowing technique on the English listening comprehension of 250 non-English major freshmen at Vinh University of Technology Education. Despite years of formal education, these students frequently encounter “word recognition” barriers and “language deafness” due to a lack of practical environments. Employing an experimental design with pre-tests and post-tests across four credit-based classes, the research integrated a 15-minute in-class shadowing routine combined with weekly home assignments. The results revealed a significant improvement in the experimental group, with average scores rising from 5.5 to 7.4, effectively bridging the gap from A2 to B1 levels. Furthermore, qualitative data indicated a marked reduction in listening anxiety and a boost in learner confidence. These findings suggest that Shadowing is a highly effective pedagogical tool for enhancing phonetic perception and cognitive automation in L2 listening.

Keywords: Shadowing technique, Listening comprehension, Word recognition, Non-English majors, Vinh University of Technology Education.

Nhận bài: 23/04/2026

Phản biện: 24/05/2026

Duyệt đăng: 28/05/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh toàn cầu hóa và hội nhập quốc tế, năng lực tiếng Anh ngày càng trở thành kỹ năng thiết yếu đối với sinh viên đại học. Tuy nhiên, thực tế cho thấy nhiều sinh viên dù đã học tiếng Anh trong thời gian dài vẫn chưa đạt hiệu quả tương xứng, đặc biệt ở kỹ năng nghe hiểu. Tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh, phần lớn sinh viên năm thứ nhất đến từ nhiều vùng khác nhau và còn tồn tại khoảng trống đáng kể về khả năng nghe tiếng Anh. Nguyên nhân chủ yếu xuất phát từ việc thiếu định hướng phương pháp học tập khoa học, thói quen học để thi thiên về ngữ pháp và sự hạn chế của môi trường thực hành nghe – nói thực tế. Điều này khiến sinh viên gặp khó khăn trong nhận diện âm của từ, dễ rơi vào trạng thái “điếc ngôn ngữ” khi nghe tiếng Anh ở tốc độ tự nhiên, từ đó làm giảm sự tự tin trong học tập.

Trước thực trạng đó, kỹ thuật Shadowing được xem là một giải pháp sư phạm tiềm năng nhằm cải thiện khả năng nhận diện âm và tăng tính tự động hóa trong xử lý ngôn ngữ. Nghiên cứu hướng tới khảo sát thực trạng kỹ năng nghe hiểu của sinh viên năm thứ nhất, đồng thời thực nghiệm kỹ thuật Shadowing trong học phần Tiếng Anh cơ bản 1 để kiểm chứng hiệu quả và tìm hiểu phản hồi của sinh viên. Qua đó, nghiên cứu kỳ vọng đề xuất một hướng đổi mới phương pháp giảng dạy thiết thực, giúp sinh viên vượt qua rào cản nghe hiểu và tự tin hơn trong sử dụng tiếng Anh.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Kỹ thuật shadowing

Kỹ thuật Shadowing (nói bóng) được định nghĩa là một hoạt động thực hành ngôn ngữ chủ động, yêu cầu người học lắng nghe và tái tạo âm

thanh mẫu gần như tức thời (Marslen-Wilson, 1973). Tuy nhiên, các nghiên cứu hiện đại đã nhìn nhận Shadowing vượt ra ngoài một bài tập phát âm thuần túy. Hamada (2016) khẳng định đây là một “nhiệm vụ nhận thức tích cực” (active cognitive task) giúp tối ưu hóa quá trình nhận diện từ (word recognition). Bằng việc buộc não bộ phải xử lý âm thanh trong thời gian thực, Shadowing giúp chuyển dịch nguồn lực trí tuệ từ việc giải mã âm vị sang việc thấu cảm ý nghĩa văn cảnh.

Cơ sở khoa học cho sự chuyển dịch này nằm ở sự tương tác với bộ nhớ làm việc. Tamai (2005) đã chứng minh rằng Shadowing tác động trực tiếp đến việc củng cố “vòng lặp âm vị học” (phonological loop). Nhận định này cho thấy, khi các tín hiệu âm thanh được lưu giữ và xử lý hiệu quả hơn trong bộ nhớ ngắn hạn, não bộ sẽ có đủ “không gian” để tiến hành phân tích cú pháp và ngữ nghĩa một cách trọn vẹn, thay vì bị tắc nghẽn ở bước nhận diện âm thanh đầu vào.

2.2. Kỹ năng nghe hiểu và các rào cản trong thụ đắc ngôn ngữ thứ hai (L2)

Nghe hiểu là một tiến trình tâm lý ngôn ngữ phức tạp, kết hợp giữa xử lý từ dưới lên (bottom-up) và từ trên xuống (top-down). Đối với sinh viên tại Trường Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh – những người vốn thiếu môi trường thực hành và chưa có phương pháp tiếp cận đúng đắn – rào cản lớn nhất chính là sự đứt gãy trong tiến trình bottom-up.

Shao, Saito, & Tierney (2025) qua bài tổng quan hệ thống đã chỉ ra rằng, người học ở trình độ sơ cấp và trung cấp thường thất bại trong việc nghe hiểu do không làm chủ được các đặc điểm của ngôn ngữ nói tự nhiên (connected speech) như nối âm, nuốt âm và trọng âm câu. Shadowing đóng vai trò là “chiếc cầu nối” giúp người học thích nghi với những biến âm này, từ đó tạo nền tảng vững chắc cho việc hiểu sâu văn cảnh ở các bậc học cao hơn.

2.3. Các nghiên cứu thực nghiệm và khoảng trống nghiên cứu

Mặc dù hiệu quả của Shadowing đã được thừa nhận rộng rãi, việc áp dụng nó vào các bối cảnh cụ thể vẫn còn những khoảng trống cần được lấp đầy:

Tính tự động hóa và sự lặp lại: Goto (2024) nhấn mạnh rằng yếu tố lặp lại (repetition) là biến số quan trọng nhất để thúc đẩy tính tự động hóa. Tuy nhiên, nghiên cứu của Goto chủ yếu được thực hiện trong môi trường kiểm soát chặt chẽ, để lại câu hỏi về tính khả thi khi triển khai trên quy mô lớp tin chỉ đông sinh viên với sự kết hợp tự học tại nhà.

Tâm lý và sự tự tin của người học: Trong khi các nghiên cứu quốc tế thường tập trung vào chỉ số định lượng, Nguyen & Pham (2020) khi nghiên cứu về sinh viên không chuyên tại Việt Nam đã nhận định rằng Shadowing giúp giảm thiểu đáng kể tâm lý lo âu và xây dựng sự tự tin. Đây là một khía cạnh cực kỳ quan trọng đối với sinh viên miền Trung Việt Nam, vốn thường mang tâm lý rụt rè khi đối mặt với nguồn học liệu bản ngữ.

Lộ trình chuyển đổi năng lực: Shao và các cộng sự (2025) cũng chỉ ra sự thiếu hụt các bằng chứng thực nghiệm về lộ trình giúp người học chuyển đổi từ trình độ cuối A2 lên đầu B1 – một giai đoạn bản lề trong khung năng lực ngoại ngữ mà sinh viên năm nhất cần vượt qua.

Dựa trên sự tổng hòa các nhận định của Tamai (2005) về bộ nhớ, Hamada (2016) về nhận diện từ và Goto (2024) về quy trình lặp lại, nghiên cứu này được thiết kế để giải quyết triệt để các hạn chế nêu trên.

Bằng cách triển khai trên 140 sinh viên với lộ trình kết hợp 15 phút tại lớp và 4 bài tập tự luyện tại nhà mỗi tuần, chúng tôi không chỉ kiểm chứng hiệu quả cải thiện điểm số (từ cuối A2 lên đầu B1) mà còn khảo sát sâu về thái độ của người học. Nghiên cứu kỳ vọng sẽ chứng minh rằng: Shadowing chính là công cụ “mở khóa” khả năng thính giác cho sinh viên Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh, biến những dải âm thanh xa lạ thành những thông điệp có nghĩa và xây dựng một kho lưu trữ âm thanh bền vững trong tư duy ngôn ngữ của các em.

Nhằm giải quyết các câu hỏi nghiên cứu và lấp đầy các khoảng trống lý thuyết đã được xác lập, nghiên cứu này vận dụng mô hình thực nghiệm sư phạm (Pedagogical Experiment) để đánh giá tác động định lượng và định tính của kỹ thuật Shadowing đối với năng lực nghe hiểu của sinh viên.

2.4. Thực nghiệm tại trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh

2.4.1. Đối tượng nghiên cứu và bối cảnh thực địa

Nghiên cứu được triển khai trên quy mô 250 sinh viên năm thứ nhất đang theo học học phần Tiếng Anh cơ bản 1 tại Trường Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh. Đây là nhóm đối tượng mang những đặc trưng tiêu biểu của người học ngoại ngữ tại khu vực miền Trung: đa số các em đến từ các vùng nông thôn, miền núi thuộc tỉnh Nghệ An, nơi điều kiện tiếp cận với môi trường giao tiếp bản ngữ còn nhiều hạn chế.

Dù đã trải qua lộ trình học tập ngoại ngữ kéo dài suốt các cấp học phổ thông, sinh viên vẫn đối mặt với những rào cản nhận thức nghiêm trọng. Sự thiếu hụt một phương pháp luận đúng đắn trong giai đoạn đầu đời dẫn đến hiện tượng mắc các lỗi phát âm và thói quen nghe dịch thầm. Đặc biệt, năng lực nhận diện âm (word recognition) yếu kém chính là “nút thắt” khiến các em không thể xử lý các dải âm thanh tốc độ tự nhiên. Việc chọn nhóm đối tượng này không chỉ mang tính đại diện mà còn nhằm mục tiêu nhân văn: tìm ra một công cụ hay kỹ thuật có thể hỗ trợ thính giác cho những người học vốn đã mất gốc hoặc mất niềm tin vào kỹ năng nghe.

2.4.2. Thiết kế nghiên cứu và phân nhóm thực nghiệm

Nghiên cứu vận dụng thiết kế thực nghiệm chuẩn với sự tham gia của nhóm Đối chứng (Control Group) và nhóm Thực nghiệm (Experimental Group) để tạo ra sự so sánh đối chiếu đa chiều:

Nhóm đối chứng: Bao gồm sinh viên thuộc các lớp tín chỉ TACB1 (225)_06, TACB1 (225)_08 và TACB1 (225)_09. Nhóm này đóng vai trò là “mẫu nền”, được giảng dạy theo phương pháp truyền thống (Traditional Method). Quá trình giảng dạy tập trung vào việc giải mã văn bản, phân tích cấu trúc ngữ pháp và thực hiện các bài tập nghe hiểu theo quy trình ba bước truyền thống (Pre-While-Post listening) mà không có sự can thiệp của các kỹ thuật luyện âm chuyên sâu.

Nhóm thực nghiệm: Bao gồm sinh viên các lớp tín chỉ TACB1 (225)_06, TACB1 (225)_08 và TACB1 (225)_09. Nhóm này được thụ hưởng chương trình can thiệp bằng kỹ thuật Shadowing được thiết kế riêng biệt, lồng ghép xuyên suốt trong cấu trúc tiết học.

2.4.3. Quy trình tiến hành nghiên cứu

Quy trình thực nghiệm được thiết kế dựa trên sự kế thừa khung lý thuyết của Hamada (2016) và được điều chỉnh để phù hợp với nhịp độ học tập của sinh viên Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh.

2.4.3.1. Tích hợp trực tiếp trên lớp học

Trong mỗi tiết học kéo dài 50 phút, giảng viên dành riêng 15 phút “vàng” cho hoạt động shadowing vào đầu mỗi tiết học. Quy trình này không thực hiện một cách tùy hứng mà tuân thủ 04 bước nghiêm ngặt nhằm đảm bảo sự chuyển hóa từ nhận diện âm thanh sang thấu hiểu ngữ nghĩa:

Listening (Nghe hiểu chủ động): Sinh viên nghe toàn bộ đoạn mẫu để nắm bắt ý chính và bối cảnh giao tiếp.

Mumbling (Nói bóng thâm): Sinh viên lặp lại nhỏ trong miệng theo nhịp điệu của loa mà chưa cần quan tâm đến sự chính xác tuyệt đối của âm tiết, mục đích là để “làm nóng” bộ máy phát âm và làm quen với tốc độ.

Shadowing with Script (Nói bóng có văn bản): Sinh viên vừa nhìn kịch bản vừa lặp lại. Bước này giúp kết nối hình thái chữ viết với âm thanh thực tế, giải quyết triệt để vấn đề nhận diện từ.

Blind Shadowing (Nói bóng thuần túy): Đây là bước then chốt nhất. Sinh viên hoàn toàn không nhìn văn bản, chỉ dựa vào đôi tai để bắt chước chính xác ngữ điệu, trọng âm và các hiện tượng biến âm.

2.4.3.2. Rèn luyện ngoài giờ

Để phá vỡ giới hạn thời gian ít ỏi trên lớp, nghiên cứu thiết lập một lộ trình “tắm ngôn ngữ” tại nhà. Giảng viên đề xuất hệ thống bài tập shadowing định kỳ với tần suất 04 bài mỗi tuần. Sinh viên thực hiện ghi âm (audio/video) quá trình thực hành và gửi kết quả lên link google drive của lớp. Việc này không chỉ giúp xây dựng phản xạ tự động hóa (automaticity) mà còn cho phép giảng viên theo dõi sát sao lộ trình tiến bộ của từng cá nhân để có những điều chỉnh sự phạm kịp thời.

2.4.4. Công cụ thu thập và hệ thống đo lường dữ liệu

Để đảm bảo tính khách quan và độ tin cậy (reliability), nghiên cứu sử dụng hệ thống công cụ đo lường kép:

Hệ thống bài kiểm tra năng lực (Tests): Giảng viên thiết kế bộ đề kiểm tra nghe hiểu dựa trên chuẩn đầu ra của học phần. Bài Pre-test (trình độ cuối A2) giúp xác định điểm xuất phát và sự tương đồng về năng lực giữa hai nhóm trước thực nghiệm. Bài Post-test (trình độ đầu B1) được thực hiện sau 7 tuần can thiệp nhằm đo lường sự vượt ngưỡng của sinh viên. Sự dịch chuyển từ trình độ A2 lên B1 là minh chứng rõ nhất cho hiệu quả của kỹ thuật trong việc giúp sinh viên chinh phục các cấp độ khó hơn.

Công cụ khảo sát thái độ (Affective Measures): Một bảng hỏi định hướng (Questionnaire) sử dụng thang đo Likert và các buổi phỏng vấn nhóm (Focus group interview) được thực hiện. Công cụ này nhằm loại bỏ các yếu tố phi ngôn ngữ như: mức độ lo âu (anxiety) khi nghe, sự tự tin và sự thay đổi trong động lực học tập của sinh viên sau khi trải nghiệm shadowing.

2.4.5. Quy trình xử lý và phân tích dữ liệu

Toàn bộ dữ liệu thu thập được từ các bài kiểm tra và phiếu khảo sát sẽ được tổng hợp, xử lý thủ

công và trình bày dưới dạng bảng biểu so sánh để đảm bảo tính trực quan và minh bạch. Quy trình phân tích cụ thể như sau:

Tổng hợp điểm số: Sau khi kết thúc hai bài kiểm tra Pre-test và Post-test, điểm số của 250 sinh viên từ 5 lớp tín chỉ TACB1 (225)_06, TACB1 (225)_07, TACB1 (225)_08, TACB1 (225)_09 và TACB1 (225)_17 sẽ được thống kê chi tiết. Giảng viên tiến hành phân loại điểm theo các mức (Giỏi, khá, trung bình, yếu) để có cái nhìn tổng quát về sự phân hóa trình độ.

Tính toán điểm trung bình chung (GPA): Điểm trung bình chung của từng nhóm (Nhóm đối chứng và Nhóm thực nghiệm) sẽ được tính toán thủ công sau mỗi bài kiểm tra. Việc so sánh chỉ số điểm trung bình giữa bài Pre-test (đầu vào A2) và Post-test (đầu ra B1) giúp định lượng mức độ tiến bộ của sinh viên.

Lập bảng so sánh đối chiếu: Nghiên cứu sẽ xây dựng các bảng số liệu để đối chiếu kết quả giữa nhóm học theo phương pháp truyền thống và nhóm áp dụng kỹ thuật Shadowing. Qua các bảng này, sự chênh lệch về điểm số và tỉ lệ sinh viên đạt ngưỡng trình độ B1 sẽ được làm nổi bật, từ đó minh chứng cho tính hiệu quả thực tế của can thiệp.

Phân tích định tính: Các ý kiến phản hồi từ khảo sát thái độ sẽ được giảng viên tổng hợp, phân loại theo các nhóm chủ đề (như: mức độ yêu thích, sự tự tin, khó khăn khi thực hiện). Những dữ liệu này sẽ được dùng để giải thích cho các con số trong bảng điểm, giúp làm rõ tại sao kỹ thuật Shadowing lại giúp sinh viên cải thiện kỹ năng nghe.

Bằng cách tập trung vào việc so sánh dữ liệu thực tế thông qua hệ thống bảng biểu, nghiên cứu sẽ đưa ra những kết luận xác thực và khách quan nhất về giá trị mà kỹ thuật Shadowing mang lại cho sinh viên năm nhất tại Trường Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh

2.5. Kết quả nghiên cứu

Sau 7 tuần triển khai thực nghiệm, dữ liệu từ các bài kiểm tra Pre-test và Post-test của 250 sinh viên tại 5 lớp tín chỉ đã được tổng hợp thủ công. Kết quả cho thấy một sự dịch chuyển rõ rệt về năng lực nghe hiểu giữa nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm.

2.5.1. So sánh kết quả bài kiểm tra đầu vào (Pre-test)

Tại thời điểm bắt đầu học kỳ, bài kiểm tra Pre-test (trình độ cuối A2) được thực hiện để đánh giá năng lực xuất phát điểm của sinh viên. Kết quả

cho thấy phổ điểm của cả hai nhóm có sự tương đồng rất lớn.

Số liệu minh chứng rằng sinh viên năm nhất tại Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh có nền tảng nghe hiểu ban đầu khá thấp và tương đối đồng đều. Tỷ lệ sinh viên xếp loại trung bình và yếu chiếm đa số (trên 70%), phản ánh đúng thực trạng khó khăn trong việc nhận diện âm mà nghiên cứu đã đặt ra.

2.5.2. So sánh kết quả bài kiểm tra đầu ra (Post-test)

Sau quá trình can thiệp bằng kỹ thuật Shadowing, bài kiểm tra Post-test (trình độ đầu B1) đã ghi nhận sự bứt phá đáng kể của nhóm thực nghiệm so với nhóm đối chứng. Kết quả cho thấy điểm trung bình chung của nhóm thực nghiệm đã tăng từ 5.5 lên 7.4, trong khi nhóm đối chứng chỉ tăng nhẹ từ 5.4 lên 5.9. Đặc biệt, tỷ lệ sinh viên đạt loại Khá và Giỏi ở nhóm thực nghiệm chiếm đến 67%, gấp hơn hai lần so với nhóm đối chứng. Điều này khẳng định kỹ thuật Shadowing đã giúp sinh viên vượt ngưỡng năng lực từ A2 lên B1 một cách hiệu quả.

2.5.3. So sánh kết quả khảo sát trước và sau thực nghiệm

Song song với hai bài kiểm tra pre-test và post-test, chúng tôi tiến hành khảo sát trên nhóm thực nghiệm (bao gồm 125 sinh viên thực nghiệm) bằng bảng hỏi. Bảng hỏi gồm 15 câu hỏi được thiết kế theo thang đo Likert 5 mức độ, nhằm mục đích điều tra thái độ của sinh viên trong nhóm thực nghiệm về tính ứng dụng của kỹ thuật shadowing trong việc rèn luyện kỹ năng nghe hiểu tiếng anh của sinh viên năm nhất Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh.

Đầu tiên, trước khi đi vào thực nghiệm, nhóm tác giả đã tiến hành khảo sát mức 1. Các câu hỏi khảo sát chủ yếu tập trung xoay quanh tình hình học kỹ năng nghe, khó khăn và trở ngại của sinh viên khi học kỹ năng nghe tiếng anh. Có đến 76% sinh viên tích vào nội dung: “Tôi cảm thấy lo lắng và căng thẳng mỗi khi thực hiện bài kiểm tra nghe”. Gần 85% sinh viên cho rằng các hiện tượng nói âm, nuốt âm là rào cản lớn nhất khiến họ không hiểu bài. Phần lớn họ thấy rằng các phương pháp luyện nghe hiện tại của họ khá khô khan và khó tiếp thu. Và họ vẫn chưa tìm được cách luyện nghe nào thực sự hiệu quả với bản thân.

Sau khi tiến hành nghiên cứu thực nghiệm 7 tuần, nhóm tác giả tiếp tục khảo sát sinh viên lần 2 để tìm hiểu thái độ, tâm tư, nguyện vọng của sinh viên sau khi được tiếp cận với kỹ thuật shadowing. Hầu hết sinh viên đồng ý với quan điểm: “Kỹ

thuật Shadowing giúp tôi làm quen tốt hơn với các hiện tượng nổi âm.”. “Tôi có khả năng nhận diện từ vựng nhanh hơn sau khi luyện tập nói theo kỹ thuật shadowing”. Hơn 50% sinh viên cho rằng họ cảm thấy nhạy bén hơn với trọng âm và nhịp điệu của người bản ngữ sau thời gian tiếp cận với kỹ thuật shadowing.

III. KẾT LUẬN

Mặc dù trong khoảng thời gian chưa nhiều, nghiên cứu thực nghiệm được triển khai tại Trường Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh đã cung cấp những bằng chứng khoa học thực tiễn, cho phép khẳng định vai trò then chốt của kỹ thuật shadowing trong việc tái cấu trúc năng lực nghe hiểu cho sinh viên không chuyên. Từ các dữ liệu định lượng và định tính thu thập được, nghiên cứu rút ra ba kết luận trọng tâm sau: Thứ nhất, kỹ thuật shadowing đã giải quyết hiệu quả “điểm nghẽn” về nhận diện âm (word recognition) – rào cản lớn nhất khiến sinh viên rơi vào trạng thái “điếc ngôn ngữ”. Qua việc lặp lại liên tục và tức thời, sinh viên không chỉ làm quen mà còn làm chủ được

các biến âm phức tạp của ngôn ngữ nói tự nhiên, từ đó xây dựng được một kho lưu trữ âm thanh bền vững trong bộ nhớ làm việc. Sự bứt phá về điểm số trung bình từ 5.5 lên 7.4 ở nhóm thực nghiệm là minh chứng rõ nét cho sự chuyển dịch năng lực từ ngưỡng A2 lên B1. Thứ hai, nghiên cứu xác nhận hiệu ứng giảm tải nhận thức (cognitive load) thông qua tính tự động hóa. Khi việc giải mã âm thanh trở thành phản xạ không điều kiện, não bộ sinh viên đã được giải phóng để tập trung cho các tầng bậc tư duy cao hơn như phân tích cú pháp và thấu cảm ý nghĩa văn cảnh. Đây là yếu tố cốt lõi giúp sinh viên duy trì được nhịp độ xử lý thông tin trong các bài nghe dài và phức tạp. Thứ ba, về mặt tâm lý, shadowing đã tạo ra một cuộc “cách mạng nhỏ” trong thái độ học tập của sinh viên Nghệ An. Từ tâm thế rụt rè, lo âu trước những dải âm thanh xa lạ, các em đã chuyển sang thái độ chủ động và tự tin hơn. Sự thay đổi này không chỉ mang ý nghĩa về mặt điểm số mà còn bồi đắp niềm tin vào khả năng thụ đắc ngoại ngữ của bản thân – một giá trị nhân văn sâu sắc mà nghiên cứu hướng tới.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Hamada, Y. (2016). *Teaching EFL Learners Shadowing for Listening*. Routledge.
- Tamai, K. (2005). *The effectiveness of shadowing in improving listening comprehension*. *Language Education & Technology*.
- Goto, K. (2024). *Repetition Fosters the Effect of Shadowing on L2 Listening Skills: Seeking an Enhanced Procedure*. *ResearchGate*.
- Shao, Saito, & Tierney (2025). *A Systematic Review of Research on the use of Shadowing for Second Language Pronunciation and Listening*. *Taylor & Francis*.
- Nguyen & Pham (2020). *Nghiên cứu về ứng dụng Shadowing cho sinh viên không chuyên tại Việt Nam nhằm cải thiện kỹ năng nghe*.