

TOTAL PHYSICAL RESPONSE: MỘT SỐ ƯU, NHƯỢC ĐIỂM

**Nguyễn Thị Huệ*, Mai Thị Thanh Thu,
Phạm Thị Hoàng Ngân, Vũ Thị Thu Phương**
Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định

TÓM TẮT

Total physical response (TPR) là phương pháp giảng dạy ngoại ngữ phỏng theo cách trẻ em học ngôn ngữ mẹ đẻ: xây dựng năng lực nghe hiểu trước khi nói, học tập trong môi trường không áp lực, vận dụng cả não trái và não phải, và kết hợp vận động thể chất và học ngôn ngữ. Mặc dù đã ra đời từ những năm 60 của thế kỉ trước, nhưng TPR vẫn là một phương pháp dạy – học ngoại ngữ nói riêng và tiếng Anh nói chung mang lại nhiều hiệu quả cũng như hứng thú cho người học. Trong khuôn khổ bài viết này, chúng tôi đề cập đến những ưu, nhược điểm của phương pháp này với mục đích giúp giáo viên và người học có cái nhìn cụ thể, sâu sắc hơn về TPR làm cơ sở để áp dụng TPR trong lớp học ngoại ngữ.

Từ khóa: *phương pháp giảng dạy ngoại ngữ; TPR (Total physical response); học tập não phải; ít áp lực; tiếp thu tiếng mẹ đẻ*

Ngày nhận bài: 27/3/2019; Ngày hoàn thiện: 19/4/2019; Ngày duyệt đăng: 10/5/2019

TOTAL PHYSICAL RESPONSE: BENEFITS AND LIMITATIONS

**Nguyen Thi Hue*, Mai Thi Thanh Thu,
Pham Thi Hoang Ngan, Vu Thi Thu Phuong**
Nam Dinh University of Nursing

ABSTRACT

Total physical response (TPR) is a method of teaching foreign language resembling the way children learn their native language in some aspects: building listening comprehension ability before speaking, stress-free learning environment, combination of left and right brained learning and integration of physical activities with learning language. Although it was born in the 60s of the last century, TPR is still a method of teaching - learning foreign languages in general and English in particular, bringing more efficiency and interest to learners. In the context of this article, we mentioned the benefits and limitations of this method with the aim of helping teachers and learners have a more specific and deeper view of TPR, which will form a basis to apply TPR in their language class.

Key words: *foreign language teaching methods; TPR (Total Physical Response); right-brained learning; stress-free learning; first language acquisition*

Received: 27/3/2019; Revised: 19/4/2019; Approved: 10/5/2019

* Corresponding author. Email: nguyenhue.ndun@gmail.com

1. Giới thiệu

Trong quá trình giảng dạy ngôn ngữ, các nhà ngôn ngữ học cũng như các giáo viên giảng dạy ngoại ngữ đã và đang cố gắng tìm ra một phương pháp dạy - học ngoại ngữ phù hợp với tất cả đối tượng người học trong tất cả các hoàn cảnh khác nhau [1]. Tuy nhiên có lẽ sẽ không có một phương pháp như vậy [2]. Trong khoảng thời gian 50 năm trở lại đây, đã có rất nhiều phương pháp dạy - học ngoại ngữ ra đời như Direct Method, Audio-Visual Method, Immersion hay CLT (Communicative Language Teaching). Một trong những phương pháp thu hút sự chú ý của các giáo viên ngoại ngữ đó là TPR (Total physical response), tạm dịch là phương pháp *Phản xạ* hay *Trực quan hành động*. Cha đẻ của TPR là giáo sư tâm lý học James Asher, Đại học San Jose State University, California vào những năm 1960. Đây là phương pháp kết hợp giữa ngôn ngữ và vận động tập trung vào người học và giúp họ phát triển ngôn ngữ thứ hai một cách tự nhiên. Với phương pháp này, người học được sử dụng tích cực các giác quan và vận động cơ thể trong suốt quá trình tham gia vào hoạt động học tập và thực hành ngôn ngữ mới. Các kỹ năng Nghe - Quan sát - Phản hồi (bằng hành động của cơ thể) được sử dụng hiệu quả trong quá trình học tập. Người học nghe các mệnh lệnh (commands) trong ngôn ngữ đích và sau đó ngay lập tức phản xạ lại bằng những hành động phù hợp. Trong khuôn khổ bài viết này, tác giả muốn đề cập tới các lợi ích của việc sử dụng TPR trong lớp học ngoại ngữ cũng như những hạn chế của phương pháp này.

2. Những ưu, nhược điểm của TPR

2.1 Ưu điểm của TPR

2.1.1 TPR tạo môi trường học tập vui vẻ, thoải mái

Phương pháp này giới thiệu ngôn ngữ thông qua việc sử dụng các mệnh lệnh và yêu cầu học sinh phản xạ lại bằng các hoạt động cơ thể, do đó không khí lớp học khá vui vẻ, thoải

mái. Và cũng giống như cách trẻ nhỏ phát triển khả năng hiểu ngôn ngữ nói, TPR giúp người học hiểu sâu ngôn ngữ đích thông qua các hoạt động nghe hiểu, phản xạ, bắt chước. Hơn nữa, người học không bị ép buộc phải thể hiện hành động khi họ chưa sẵn sàng [3]. Thay vì ngồi tại chỗ và cặm cụi làm bài tập, học viên TPR có cơ hội đứng dậy và thực hiện các yêu cầu của giáo viên như “give me your book” or “walk to the window”. Các giáo viên TPR cố gắng giúp học viên đón nhận, và yêu thích quá trình học giao tiếp bằng ngôn ngữ mới [4]. Tuy nhiên, quá trình này cũng đòi hỏi các giáo viên, giống như cách cha mẹ chăm sóc một đứa trẻ, tinh tế quan sát xem người học đã sẵn sàng để tiếp nhận và thực hiện các mệnh lệnh hay chưa. Cách các em phản hồi lại yêu cầu của giáo viên sẽ phản ánh tâm lý thoải mái, tự tin hay còn rụt rè, bối rối. Ví dụ, nếu quan sát thấy học viên vẫn còn rụt rè, chưa tự tin, giáo viên sẽ tiếp tục nhẹ nhàng, kiên nhẫn làm mẫu đến khi các em cảm thấy đủ thoải mái và tự tin “điễn” một mình [5]. TPR cũng được xem như là một cách “*khuấy động không khí lớp học hiệu quả giúp cải thiện tâm trạng của học viên*” [6, tr.12]. Do đó, lớp học TPR giống như một sân khấu, trong đó giáo viên đóng vai trò là đạo diễn hướng dẫn các diễn viên - người học thực hiện các cảnh quay giống như các bậc cha mẹ hướng dẫn cho em bé của mình trong các tình huống gần gũi chăm sóc hàng ngày [5].

Một thế mạnh khác của TPR là tạo môi trường học tập ít áp lực giúp nâng cao kết quả học tập. Brown [7] cho rằng, khi người học lo lắng, mệt mỏi, căng thẳng thì khả năng tiếp thu kiến thức của họ không bằng khi tâm trạng thoải mái, và không bị chi phối bởi bất kỳ nhu cầu hay tình cảm tiêu cực nào. Nhưng thật không may các học viên trong các lớp học ngoại ngữ thường trong tình trạng lo âu, không thoải mái [7], mà theo giả thuyết bộ lọc tình cảm (Affective filter hypothesis) của Krashen có thể ngăn người học tiếp thu ngôn

ngữ ngay cả khi có sẵn đầu vào thích hợp. Do đó, việc học ngôn ngữ không nên liên quan đến bất kỳ căng thẳng nào, vì căng thẳng và cảm xúc tiêu cực ức chế quá trình học ngôn ngữ tự nhiên. Một trong những lý do chính khiến phương pháp TPR được phát triển là để giảm sự căng thẳng mà mọi người cảm thấy khi học ngoại ngữ [4]. Trong lớp TPR, giáo viên tập trung vào việc học viên hiểu ý nghĩa và vận dụng các vận động thể chất để tránh căng thẳng, tạo môi trường học tập thoải mái, có thể khiến người học giảm bớt bộ lọc tình cảm bằng cách giảm thiểu áp lực thực hiện và bị người khác đánh giá [8].

2.1.2 TPR tương tự như cách trẻ em học tiếng mẹ đẻ

Thực tế là, TPR hướng đến quá trình thụ đắc ngôn ngữ một cách vô thức giống như cách trẻ học ngôn ngữ mẹ đẻ của mình mà không cần bất kỳ nỗ lực có ý thức nào. Một trong những giả định đằng sau TPR là "bộ não con người có chương trình sinh học để học được bất kỳ ngôn ngữ tự nhiên nào trên trái đất - bao gồm cả ngôn ngữ ký hiệu của người khiếm thính" [5, tr. 69]. Do đó, người ta tin rằng, tương tự như trẻ em học ngôn ngữ mẹ đẻ, người học ngoại ngữ không nên "học" mà "thụ đắc" ngôn ngữ đích, không cần chú ý đến việc học các qui tắc trong ngôn ngữ [5, tr. 70]. Ngoài ra, trong bài viết của mình, Yang [9] cũng đồng ý rằng phương pháp giảng dạy TPR coi quá trình học ngoại ngữ cũng giống như quá trình học tiếng mẹ đẻ. Quá trình này cũng hoàn toàn giống như quá trình hấp thụ ngôn ngữ thứ nhất của trẻ, do đó việc dạy ngoại ngữ được thiết kế theo cách học của ngôn ngữ thứ nhất. Hơn nữa, TPR được coi là một cách học không căng thẳng trong đó học sinh học được giải thoát khỏi những tình huống tự ý thức và căng thẳng [10, tr.75]. Học sinh được học ngôn ngữ thứ hai theo cách vô tư như một đứa trẻ tiếp thu tiếng mẹ đẻ.

Một khía cạnh khác, TPR phản ánh cách tiếp thu ngôn ngữ như cách trẻ em tiếp thu ngôn

ngữ thứ nhất, đó là trước khi trẻ có thể nói được những từ đầu tiên thì trong giai đoạn "im lặng" trẻ đã có thể có những phản xạ cơ thể "vâng lời" [2, tr.4]. Thông qua những hành động, trẻ tạo ra cách của riêng mình để thể hiện trẻ hiểu những lời nói của cha mẹ hay người chăm sóc như "look at mommy!"; "look at daddy" trước khi có thể bập bẹ những tiếng đầu tiên [11, tr. 23]. Đương nhiên, phải mất nhiều tháng để một đứa trẻ nghe và tìm ra ý nghĩa của những âm thanh nó nghe được trước khi đứa trẻ sẵn sàng nói ra từ có ý nghĩa đầu tiên của chúng [4]. Tương tự như vậy, học viên TPR được phép giữ im lặng trong một thời gian đáng kể đến khi họ thực sự sẵn sàng [12], người học chỉ lắng nghe và thể hiện sự hiểu biết của họ bằng hành động cơ thể. Theo cách tương tự, TPR ban đầu chỉ tập trung vào phát triển khả năng nghe hiểu trước khi bắt đầu với việc tạo ra lời nói và các hoạt động trong lớp, bao gồm các phản xạ thể chất đối với các lệnh được đưa ra bởi giáo viên. Vì vậy, khi áp dụng TPR học một ngôn ngữ thứ hai, hoặc học thêm một ngôn ngữ nữa, ngôn ngữ đó được thụ đắc qua quy trình giải mã gần giống như khi phát triển tiếng mẹ đẻ.

2.1.3 TPR vận dụng cả não trái và não phải trong quá trình học ngoại ngữ

Trong khi hầu hết các phương pháp học ngôn ngữ thứ hai chỉ hướng vào bán cầu não trái, TPR vận dụng cả bán cầu não trái và phải khi người học tiếp thu ngôn ngữ mới. Não bộ của chúng ta có một chế độ đặc biệt để tiếp thu các ngôn ngữ bằng cách tạo ra mối liên kết mạnh mẽ giữa ngôn ngữ và chuyển động cơ thể, do đó bán cầu não phải, điều khiển các hoạt động vận động, đóng vai trò quan trọng trong việc học ngôn ngữ [5]. Tương tự như quá trình trẻ học tiếng mẹ đẻ, người học ngoại ngữ trước hết nên trải qua các vận động cơ thể bởi vì trong quá trình này não trái của người học cũng quan sát và học tập. Một khi não phải đã ghi nhớ thông tin mới, người học sẽ có thể bắt đầu tạo ra ngôn ngữ (nói là một hoạt động được điều khiển bởi não trái) [13].

Mặt khác, Larsen-Freeman [4] cho rằng, khi người học phản hồi lại giáo viên bằng các hoạt động thể chất cũng là lúc trí nhớ của họ được kích thích. Hơn nữa, liên kết từ vựng với ngôn ngữ cơ thể có thể là cách tốt nhất để học ngôn ngữ vì nó kích hoạt nhiều phần khác nhau của hệ thần kinh và kích thích người học ở nhiều khía cạnh [14].

2.2 Một số hạn chế của TPR

Mặc dù có những ưu điểm nổi bật nêu trên, TPR cũng có những hạn chế nhất định. Do các hoạt động TPR chỉ xoay quanh những câu mệnh lệnh đơn giản như “đứng lên”, “mở sách ra”, phương pháp này có vẻ như chỉ phù hợp với người học ở trình độ thấp để tiếp thu những từ vựng, cấu trúc ngữ pháp đơn giản.

Ngoài ra, TPR dường như phù hợp hơn với đối tượng người học là trẻ nhỏ hoặc thanh thiếu niên. Việc sử dụng ngôn ngữ cơ thể hay di chuyển xung quanh lớp học và bắt chước, diễn xuất mọi thứ, v.v.. phổ biến hơn nhiều ở các lớp học dành cho trẻ em và thanh thiếu niên. Còn trong các lớp học người lớn, những hoạt động này thường được xem là quá “trẻ con” và không phù hợp.

Một số ý kiến khác lại cho rằng, TPR không phù hợp trong việc giảng dạy những khía cạnh ngôn ngữ và từ vựng phức tạp [15]. Rõ ràng với những cấu trúc, từ vựng đơn giản, trực quan, hành động giáo viên có thể dễ dàng xây dựng các hoạt động TPR để khuyến khích, tạo hứng thú học tập cho học viên. Tuy nhiên, với các cấu trúc, từ vựng trừu tượng, phức tạp hơn thì việc áp dụng TPR đòi hỏi sự sáng tạo và chuẩn bị kỹ lưỡng và công phu từ phía giáo viên.

Về mặt phát triển các kỹ năng ngôn ngữ, TPR có thể mạnh trong việc phát triển kỹ năng nghe hiểu còn các kỹ năng khác như nói, đọc và viết thì cần thời gian và còn hạn chế.

Một nhược điểm nữa của TPR là về quản lý lớp học. Các hoạt động TPR thường rất dễ gây ồn ào và tốn thời gian đòi hỏi giáo viên có kỹ năng quản lý thời gian và lớp học tốt.

3. Bàn luận

Trong bối cảnh toàn cầu hóa và hội nhập quốc tế hiện nay, ngoại ngữ nói chung đặc biệt là tiếng Anh đóng vai trò quan trọng. Trong những năm gần đây, ngành giáo dục đã và đang quyết tâm đổi mới toàn diện việc dạy và học ngoại ngữ trong hệ thống giáo dục quốc dân nhằm nâng cao năng lực ngoại ngữ giúp người học tự tin giao tiếp, học tập, làm việc trong môi trường hội nhập, đa ngôn ngữ, đa văn hóa. Tuy nhiên, dạy và học ngoại ngữ ở Việt Nam nhìn chung đạt hiệu quả chưa cao. Thực tế là kỹ năng giao tiếp của người học tiếng Anh còn nhiều hạn chế mặc dù trong những năm gần đây chương trình tiếng Anh các cấp đã có những thay đổi theo hướng tập trung phát triển các kỹ năng ngôn ngữ. Song, để đạt kết quả giảng dạy và học tập tốt, ngoài thay đổi chương trình học thì phương pháp giảng dạy của giáo viên cũng đóng vai trò quan trọng. TPR hiện nay đã và đang được các giáo viên ngoại ngữ tại các trường học cũng như các trung tâm ngoại ngữ áp dụng rộng rãi và đem lại hứng thú và hiệu quả học tập cho người học. Đặc điểm chung của các lớp học ngoại ngữ ở Việt Nam kể cả các lớp học chính khóa tại đa số các trường đại học, cao đẳng là sĩ số lớp đông và trình độ không đồng đều. Với các lớp học như vậy, TPR hoàn toàn phù hợp giúp thu hút tất cả các thành viên trong lớp với các trình độ khác nhau tham gia vào hoạt động. Ngoài ra, TPR thường được xem là một hoạt động thay đổi không khí tuyệt vời, giúp lớp học trở nên sôi nổi và hào hứng hơn, đặc biệt là trong bối cảnh một số trường đại học giờ tiếng Anh kéo dài 3-4 tiết học liên tục gây nhàm chán cho sinh viên. Một đặc điểm nữa của TPR phù hợp với đa phần học sinh Việt Nam còn rụt rè, nhút nhát; đó là với TPR, người học được phép giữ im lặng khi chưa sẵn sàng và được hoạt động theo nhóm qua đó giúp họ cảm thấy thoải mái hơn.

Tuy nhiên, bất kỳ một phương pháp giảng dạy ngoại ngữ nào mà lạm dụng quá mức đều gây nhàm chán cho người học.

4. Kết luận

Tóm lại, phương pháp giảng dạy TPR rất dễ thu hút sự chú ý của học viên, thu hút học viên tham gia vào các hoạt động và đưa họ vào môi trường thực tế để học ngoại ngữ nói chung và tiếng Anh nói riêng vì nó cung cấp môi trường học tập vui vẻ, thú vị, ít căng thẳng, áp lực; kết hợp cả não trái và não phải và tương tự như cách tiếp thu tiếng mẹ đẻ của trẻ. Với những lợi ích kể trên, các giáo viên ngoại ngữ nên đưa TPR vào trong lớp học của mình. Để có thể phát huy tối đa lợi ích TPR mang lại, giáo viên cần xem xét và cân nhắc đối tượng người học, nội dung giảng dạy cũng như các điều kiện khác để khéo léo và linh hoạt lồng ghép các hoạt động TPR phù hợp. Ngoài ra, TPR có thể dùng kết hợp với các phương pháp khác mà không gây bất kì mâu thuẫn nào [12].

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. J. Asher, "Year 2000 update for the total physical response, known worldwide as TPR", *tpsource.com*, 2000. [Online]. Available: www.tpsource.com/asher.htm, [Assessed: 30/6/2013].
- [2]. J. Asher, "The total physical response approach to second language learning," *The Modern Language Journal*, vol.53, pp. 3-17, 1969.
- [3]. C. Jones, M. Lees, N. Donohue, and K. Smith, "Teaching spoken English at junior high school: a comparison of TPR and PPP", *Language Teacher*, vol. 39, no.3, 2015.
- [4]. D. Larsen-Freeman, *Techniques and principles in language teaching*, Oxford University Press, Oxford, 1986.
- [5]. J. Asher, *Learning another language through actions. The complete teacher's guide book* (6th ed.), Sky Oaks Productions, Inc., Los Gatos, 1977.
- [6]. H. P. Widodo, "Teaching children using Total Physical Response (TPR) method: rethinking", *Bahasa Dan Seni, Tatum*, vol. 33, no. 2, 2005.
- [7]. H. D. Brown, *Principles of language learning and teaching* (3rd ed.), Prentice Hall Regents, New Jersey, 1994.
- [8]. Laubach Literacy Action, *Teaching adults: an ESL resource book*, New reader press, New York, 1996.
- [9]. L. Yang, "The application of TPR English teaching method in primary schools," In Proc. International Conference on Education, Language, Art and Intercultural Communication (ICELAIC-14), 5/2014.
- [10]. J. Richards, "Beyond methods: alternative approaches to instructional design in language teaching," *Prospect*, vol. 3, no. 1, pp.11-30, 1987.
- [11]. L. Ji, and J. Dai, "Total physical response in university EFL listening class," *Humanizing Language Teaching*, vol. 5, pp. 33-36, 2008.
- [12]. P. L. Lightbown, and N. Spada, *How languages are learned*, (3rd ed.), Oxford University Press, Oxford, 2006.
- [13]. J. C. Richard and T. S. Rodger, *Approaches and methods in language teaching*, Cambridge University Press, Cambridge, 2001.
- [14]. R. Oxford and D. Crookall, "Vocabulary learning: a critical analysis of techniques," *TESL Canada Journal*, vol. 7, no.2, 1990.
- [15]. D. E. Wolfe, "Integrating TPR strategy in a level I Spanish class," *Foreign Languages Annals*, vol. 15, no.4, pp. 273-280, 1982.

