

雅思測評是否真實反映學生語言水平？

英文急症室

在亞洲以及世界許多地區，雅思（IELTS）已成為國際學生邁向高等教育必須跨越的一道門檻。然而，無論是本地大學還是海外大學都不斷抱怨：許多憑藉高雅思成績被錄取的學生，卻無法勝任論文寫作，也難以參與課堂討論。

眾所周知，雅思一直在與各類培訓機構展開一場「戰爭」。這些培訓機構試圖預測和破解雅思題目，為學生提供答題模板和背誦答案。而考試設計者則不斷試圖反制，通過讓考試內容更加冷門、更不可預測，以智勝這些機構。

因此，以閱讀考試為例，其內容正變得愈來愈艱深、陌生、抽象。這不僅大大增加了亞洲考生的焦慮，也直接影響了他們的考試表現。這形成了一個惡性循環：劍橋愈是想贏得這場「貓捉老鼠」的遊戲，考試就變得愈令人畏懼、愈困難。

遺憾的是，高超的應試技巧並不會促進真正的語言能力提升。筆者曾受邀到粵港澳大灣區多所高校舉辦寫作工作坊，這些學校錄取了許多雅思高分學生，但他們在實際學習中，口語和寫作能力卻明顯不足。雅思並不能很好地反映他們真實的語言水平。大學真正需要的是具備真實英語能力的學生，

而不是僅僅具備考試技巧的人。

如今，雅思幾乎無處不在，多方估算中國大陸雅思市場價值為約3.8億美元（約27億元人民幣），佔全球雅思市場的40%，是全球最大的單一考區。這頭「現金奶牛」究竟為高等教育帶來了多少真正的價值值得懷疑。事實上，它反而誤導了大學，使學校高估了申請人的真實語言準備程度。

對於MBA申請者而言，雅思與他們所需的商業教育嚴重脫節。雅思不可能用一套統一考試標準衡量所有學科的申請者。商科申請者本身就是一個具有特殊需求的群體。

在聽力考試中，考生需要聽一段較長的錄音，並回答選擇題。真正考察的其實是速記和筆記能力，本質上更像是一場記憶力測試以及與時間賽跑。

閱讀材料晦澀離地「為難而難」

過去考生還有10分鐘時間騰寫答案，而如今必須實時作答。許多MBA申請者本身就是企業管理人員，他們具備實際工作中的英語能力，並不是為了再讀一個學位，而是希望提升商業、管理和溝通能力。然而，他們卻不得不花費大量時間訓練考試技巧。這是對寶貴時間不可原諒的浪費，也違背了教

育本身的意義。

為了防止培訓機構押中題目，雅思設計者不斷尋找陌生而冷僻的閱讀材料，希望不給培訓機構任何可乘之機。然而，這樣做卻讓閱讀考試變得越來越離奇、越來越晦澀，甚至連英語母語者都會對這些材料感到極不適應。

以下是近期雅思閱讀考試中的一些主題：

- 1.鴉鸚鵡（Kakapo）——一種夜行性、不會飛、極度瀕危的新西蘭鸚鵡。
- 2.海牛（Manatees）一種體型巨大的海洋哺乳動物，與儒艮同屬一類。
- 3.馬蓬古布韋王國（Mapungubwe）——位於非洲南部林波波河附近、興盛於11世紀至13世紀的古代王國。

這些陌生的主題、嚴格的時間限制、巨大的心理壓力以及考試的重要性，共同導致了考生表現不佳。

這些內容離日常生活實在太遠，讓許多中國考生感到無所適從，甚至產生畏懼心理。

至於寫作考試，第一部分要求考生描述餅圖、流程圖或其他圖表。在僅有20分鐘的時間內完成這一陌生任務，無異於一場令人緊張的時間競賽。它考查的是時間管理能力，而非真正的語言能力。至於

第二部分作文，也不過是在迎合一套流於形式、價值有限的評分標準。

香港大學已經意識到，商科申請者具有其特殊性。因此，該校MBA項目僅要求申請者雅思總分達到6分，且各單項不低於5.5分即可獲得語言要求豁免。

雅思的高分秘訣，往往是一輪又一輪枯燥乏味的刷題練習，而這些練習幾乎無法真正提升實際語言能力，訓練應試技巧的考試徒有形式，沒有任何實際價值。

毫無疑問，考試內容決定着學生學習的方向，考試設計者理應把重點放在字母與詞彙素養、創造性的語言運用，以及寫作和口語中的修辭技巧這些學術交流賴以生存的基本能力上。



●楊光宗 畢業於多倫多大學。現為英文自由撰稿人，撰寫國際時事評論，亦為教育演說撰寫講稿。近年致力於改革英語教學，創立「概念英語學習法」，志在培育可投入社會和國家的英語專才。電郵：PKY480@gmail.com，歡迎讀者來信提問。

背單詞有四階段 建構「詞彙網絡」免硬背

浸沐英韻

在制定英語學習計劃時，你是不是還停留在「死記硬背」的模式？語言學研究告訴我們：真正厲害的英語高手，靠的從來不是死記硬背。他們之所以能流利使用英文，是因為在大腦裏建構了一張發達的「詞彙網絡」（Lexical Network）。

你的「詞彙網絡」是如何進化的？根據語言學家Zhang Ping與Wang Xin於2026年發表在國際學術期刊《兒童語言期刊》（Journal of Child Language）的最新研究，我們大腦中的英文詞彙會經歷四個階段的「網絡重組」：

1. 小學低年級：聲音與畫面的直覺連接
大腦特徵：這時期的詞彙網絡規模小且分散，主要依賴「語音/字形」聯想（例如背了cat，會聯想到hat），或是簡單的動作接續（例如eat連結到apple）。

2. 小學高年級：語意分類的萌芽期
大腦特徵：大腦開始發生「語法一範疇轉折」，不再只聯想動作，而是開始懂得「同義與類別」的連結（例如從football聯想到hobby或sports）。

3. 初中階段：建立「小世界」與基礎樞紐
大腦特徵：英語網絡已確立了「小世界」（Small World）結構。大腦會高度依賴幾個高頻率、泛用性極強的「基礎樞紐詞」（如good, make, take, people）作為橋樑，來串聯其他陌生的字彙。這時同學應該透過大量閱讀，觀察這些基礎樞紐詞如何與其他字搭配。例如，不要只背"good"，要學會"make a good impression"（留下好印象），學習「搭配詞」（Collocations）。

4. 高中階段：模組化大爆發，逼近母語網絡結構
大腦特徵：這是詞彙網絡「質變」的黃金期。詞彙不再依賴少數基礎詞，而是自

動封裝成界線分明的「語意社群」（如環保、科技詞彙群）。核心樞紐詞從具象的字，演變為更抽象的字（如important, issue, society, perspective）。學習重點應轉向「提升用詞精準度（Diction）」，建議多掌握「詞族」（Word Family，如analyse/analysis/analytical），並透過探討深度議題（如：AI科技倫理、氣候變遷的社會影響等）精確表達抽象概念。如果在這個階段忽略了詞彙的「質」，會在表達複雜想法時，陷入「詞不達意」的困境。

「詞不達意」易產生挫敗感

很多同學會問：「是變聰明才背得起單詞，還是背單詞讓人變聰明？」研究指出兩者相輔相成：邏輯好能速記字根；詞彙精準則讓思考更清晰。隨着心智成熟，我們會產生複雜的想法與感受。若詞彙匱乏，就會陷入「詞不達意」的困境。

2026年的心理學研究（Streubel, 2026）完美詮釋了「詞不達意」的結果，情緒管理的關鍵不在死背單詞，而在於用詞精準度。

例如，面對負面情緒時，若只能詞不達意地用模糊的"sad"（難過）來概括，大腦恐懼中心（杏仁核）會持續活躍，加劇煩躁感。反之，若能精準表達自己究竟是"frustrated"（受挫）、"anxious"（焦慮）或"overwhelmed"（透不過氣），大腦前額葉皮質就會瞬間啟動，像剎車般抑制杏仁核，有效減輕心理壓力。

避免「母語負遷移」

既然建立精準的英語詞彙網絡如此重要，為什麼我們常常卡關？因為大腦常會偷懶，試圖將英文單詞直接「硬掛」在既有的中文網絡節點上。這在語言學稱為「母語負遷移」，會嚴重破壞英語網絡的獨立性。以下是幾個常見的錯置陷阱：

1.節點覆蓋錯誤（一詞多用）：中文的

「開」這個節點連結了門、電視、車子。如果我們把英文的"open"直接等同於中文的「開」，大腦就會產出"open the TV"這種錯誤連線。在英語網絡中，實體的門窗與"open"連結，電器開關則必須與"turn on"建立獨立的連線。

2.搭配詞連線錯誤（價格高低）：中文常說「價格好便宜」。但英文的「價格」（price）在網絡中屬於「數據」類別，只能與"high"（高）或"low"（低）連線；「商品本身」才能與"cheap"（便宜）連線。正確說法是"The price is low"。

3.語境邊界模糊（帶路的差異）：當你想表達「請帶我到房間」，直譯"Lead me to my room."在英語網絡中會觸發「引導盲人或在前方開路」的語意連線。若要表達服務員的帶領，必須連結到"Take me to my room."才符合道地的語境。

現在許多人寫完作文會直接丟給AI檢查，這與Zhang Ping與Wang Xin強調的「網絡建構」有何關聯？

研究顯示，詞彙網絡的強化依賴「主動的神經連結」。過度依賴AI進行「一鍵修正」，會讓大腦變懶，形成「被動校對」的壞習慣，大腦根本沒有參與建立新連線的過程。

最好的做法是：看到AI畫紅線時，先停下來問「為什麼錯？」如果不懂，可以反問AI：「為什麼這裏要用'make a decision'而不是'do a decision'？」透過主動提問與理解，你才能把正確的搭配詞內化到大腦網絡中，讓連線變得穩固。

學好英語是一場大腦神經網絡的重塑之旅。從小學的聲音連結，到高中的模組化分類，只要順應大腦的發展軌跡，把單詞掛在正確的節點上，避開直譯陷阱，你的英文一定會愈來愈自然、地道！

香港浸會大學 HONG KONG BAPTIST UNIVERSITY

●陳恒 香港浸會大學語文中心

匹克球「廚房區」非「禁區」可譯為「禁截擊區」

恒 大譯站

匹克球（pickleball）近年在本港流行，新設的室內外匹克球場地猶如雨後春筍，網上亦常見球友群組。匹克球有不少獨特規則和術語，例如dink（丁克球/輕放球）、two-bounce rule（兩跳規則）等。這些匹克球術語尚未有十分地道的中文說法，因此球場上多見球友直接沿用英文術語。

筆者下文主要探討另一個匹克球術語：the Kitchen，指的是網前兩側各約離網7英尺的區域。該區域為何稱為Kitchen，眾說紛紜，筆者不在此考究，其特點是，球手擊球時若處於該區域，便不可打volley（球不着地擊球），因此Kitchen亦稱non-volley zone，並衍生出以下兩個常見中文譯名：「廚房區」和「非截擊區」。

「廚房區」這一種直譯一般讓人感到有些水土不服、不知所云。那麼「非截擊區」呢？乍聽之下不錯，能清楚表達Kitchen的主要特點，但筆者認為這也略有不妥，涉及英語前綴語素「non-」的中文譯法。

常見做法是不加辨析地一律譯作「非」，這其實有問題，因為「non-」與不同詞語搭配時，意思不盡相同。有時其

意為「不是」，例如non-resident（非本地居民）即「不是」本地居民，此時用「非」妥當合理；但有時「non-」意為「不可」，此時用「禁」才合理，例如non-fly area叫「禁飛區」，non-parking zone叫「禁泊區」，non-smoking area則應該叫「禁煙區」而不是「非吸煙區」。因此，non-volley zone也應該叫「禁截擊區」，而不是「非截擊區」。

「禁區」不一定「禁入」

那麼是否直接叫「禁區」？這可能會引起誤會，因為該區域僅不可球不着地擊球，球手仍可踏入。但中文運動術語中其實不乏可踏入的「禁區」，最明顯的例子是足球。足球「禁區」的英文是penalty area/box，字面意思清楚得多：禁區每名球員都能進入，只是在禁區內犯規會送給對手一個penalty kick（十二碼定點球）。籃球也有「禁區」，一般稱The Paint或



●青少年匹克球愛好者進行比賽。資料圖片

「顏色地帶」，其中涉及籃球本身的違例標準。

筆者最後再舉一個中英文語義範圍有別的運動術語例子：球拍。中文讀者可能覺得球拍就是球拍，並無分別。英語中的球拍至少可分為racket和paddle。Racket一般指由框架與弦網組成、需穿線的球拍，例如羽毛球、網球、壁球拍；paddle一般是平板「實心」球拍，例如乒乓球拍；因此匹克球所用的是pickleball paddle。

香港恒生大學 THE HANG SENG UNIVERSITY OF HONG KONG

●梁峻朗博士

香港恒生大學翻譯及外語學院高級講師

語言學習如高強度「腦力運動」



在關於衰老的諸多焦慮中，「學不動了」可能是最令人沮喪的一種。許多人相信，學習外語是兒童的專利，成年人尤其是老年人早已錯過了那個「關鍵期」。然而，近年來神經科學和認知心理學領域的一系列研究正在顛覆這一成見。愈來愈多的證據表明，晚年學習外語不僅完全可行，而且可能是老年人能夠主動採取的、最具性價比的「大腦保健」手段之一。關鍵在於，這種益處的核心並不在於最終能否說一口流利的外語，而在於學習過程本身對大腦的持續鍛煉。

要理解語言學習為何對大腦有益，首先需要看清這項活動本身的認知複雜度。學習一門新語言遠不止記憶單詞那麼簡單——它要求學習者在吸收新信息的同時，從記憶中提取已有的語言知識，察覺自己發音或語法上的錯誤，並實時調整表達策略。這種多任務並行處理的認知需求，幾乎調動了大腦所有重要的功能網絡。

重望衰老中的大腦

正因如此，語言學習對神經可塑性的促進作用是貫穿一生的。研究表明，即使是短短四個月的第二語言學習項目，也能在健康老年人的大腦中引發功能性改變，具體表現為右側額下回、右側額上回和左側頂上小葉等區域的功能連接增強。這些區域恰恰是負責認知控制和執行功能的關鍵腦區。

換言之，語言學習並非僅僅在「語言中樞」內發生，它實際上是在對整個大腦的網絡進行重新布線。一項2025年發表的研究進一步發現，老年人在學習外語後，小腦與額葉皮層之間的功能連接發生了顯著變化，而這些變化所涉及的腦區與CB1受體（一種與神經可塑性密切相關的受體）的表達分布高度重疊。這說明語言學習所激發的大腦重組，有着明確的神經生物學基礎。

「認知儲備」是理解語言學習與抗衰老關係的核心概念。這一理論由神經心理學家雅科夫·斯特恩在2002年系統提出，指的是大腦在面對衰老或病理損傷時，通過靈活調用備用神經網絡來維持功能的能力。簡單來說，認知儲備高的人，即使大腦已經出現了一定程度的病變，仍然能夠在日常生活中表現得與常人無異。

雙語經驗之所以被視為認知儲備的重要來源，是因為雙語者需要持續管理兩種語言——決定何時使用哪種語言、抑制非目標語言的干擾、在兩種語言之間靈活切換。這種日常的語言管理對注意力和認知控制提出了極高的要求，相當於大腦每天都在進行一場高強度的「執行功能訓練」。

2026年發表的一項功能連接研究為這一機制提供了直接證據：研究者將多語者和單語者按年齡、性別、教育年限和認知損傷程度嚴格匹配後發現，在已被診斷為阿爾茨海默病的參與者中，多語者的大腦默認模式網絡連接度反而低於單語者，這意味着多語者的大腦承受了更多的病理損傷，但他們的認知表現卻與單語者持平——這正是認知儲備在發揮補償作用的直接體現。

既然晚年學習外語的益處來自認知儲備的積累，那麼隨之而來的問題是：成年人和老年人真的還學得動嗎？答案是肯定的，而且成年人擁有兒童不具備的獨特優勢。

雖然在發音的準確性和語法的自然習得方面，兒童確實佔有優勢，但成年人在詞彙量、抽象概念的理解以及學習策略的運用上遠勝於兒童。

成年學習者擁有更發達的認知系統，能夠進行更高層次的聯想和概括，並將新的語言輸入與已有的豐富學習經驗進行整合。在詞彙和語言結構的學習上，成年人實際上比兒童更有效率。

一項涉及超過一萬一千名參與者的Lifelines隊列研究發現，學習語言數量更多的老年人在處理速度、注意力、工作記憶和識別記憶等所有認知子任務上都表現更好，且這種關聯獨立於年齡、教育水平和收入等人口學變量。

更重要的是，認知益處並不要求學習者達到流利的水平。拜克雷斯特—約克大學的一項研究發現，參與者在學習西班牙語的過程中，即使遠未達到流利程度，認知功能也已經出現了顯著提升。這一發現對於老年人尤其重要，因為它將語言學習的價值從「達到某個水平」轉移到了「持續投入的過程」本身。每天花二十分鐘在語言學習應用上練習，或者每周參加一次社區外語課程，只要這種活動持續保持一定的挑戰性，就足以對大腦產生積極影響。無論是密集的課堂學習還是碎片化的日常練習，關鍵在於持續投入到需要認知努力的活動之中。

語言學習的社會維度同樣不可忽視。對於老年人而言，外語課堂往往不僅是學習場所，更是社交空間。研究發現，基於課堂的語言學習能夠促進同伴之間的社會聯繫、情感紐帶和歸屬感。

學習一門新語言還意味着打開一扇通往另一種文化的窗口，加深文化理解，改善跨代際和跨文化的溝通能力。這些社交和文化層面的收穫，與認知層面的益處形成互補，共同構成了晚年語言學習的完整價值。

●文鯉