

托福考试听力新思维:七步走学习法 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/118/2021_2022__E6_89_98_E7_A6_8F_E8_80_83_E8_c81_118252.htm 在此，我向大家介绍一种能够迅速有效提高TOEFL听力水平的好方法：“M7”英语听说教学法。这是我在多年的第二语言学习和教学（汉语、英语）过程中逐步摸索出来的经验总结。因为它是由7个以字母“M”打头的英语单词串联起来，构成的“七步法则”，故称为“M7”教学法。希望为大家备战TOEFL听力保驾护航。具体解析如下：第一步：要想彻底不卡壳地听懂TOEFL听力的内容，或与老外进行无障碍交流，首先要Maintain your composure and your confidence，就是说要保持冷静和自信，千万不要因为一处没反应过来，就慌了手脚。良好的心理素质对于听力实力的培养和提高相当关键。第二步：TOEFL听力的过程中要学会根据语言传达的信息Make pictures and images，也就是说：把抽象的文字变成形象的图画反映于脑海之中。有了连续的动态图像的帮助，就有利于我们避开“直接翻译的无序性”，以抓住TOEFL表达的主干而不是旁支末节，从而走出“听了后面，忘了前面”的“怪圈”。也只有这样，才能使我们真正体会到“登泰山而小天下”的神奇感受。第三步：在听懂之后，不要盲目追求“题海战术”，迫不及待地找其他题目来听，而应该把注意力放到听过的题目上。可以说它们才是我们进一步分析、研究从而树立听觉形象的上佳材料。所以要Model everything (pronunciation, intonation, tone, slang, idioms, patterns, etc.) we heard before。也就是说认真模仿和跟读TOEFL听力题目中的各种语言点（包括语音、语

调、语气、俚语、习语、句式等），不能放过任何细节。比如：考生需要熟练掌握TOEFL听力“十大发音规律”、TOEFL听力“十大特色语音”、TOEFL听力“四大音变现象”、TOEFL听力“四类语气词解题”和TOEFL听力“八大特色语调”等（参见《TOEFL听力新思维》一书和《自学美音快速正音教程》）。

第四步：在模仿的基础上，Multiply the meaning and usage of the words and patterns。即大力补充和扩展TOEFL听力题目中常用词汇和句式的其它含义和用法。因为TOEFL听力考查的一大难点就是“一词多义”，或“一义多词”。这也就是很多考生之所以听出来老外用的是哪个词，却仍然搞不懂其在题目中确切含义的重要原因。比如：考生需要大力扩展TOEFL听力“九大场景词汇”、“十大概念词汇”、TOEFL听力“十大魔鬼动词”、TOEFL听力必备200条补充习语和TOEFL听力补充“口语精粹极短句”等（参见《TOEFL听力新思维》一书）。

第五步：在模仿和扩展的基础之上，要学会Mine（挖掘）the cultural background and the way of English thinking behind the language, 即努力挖掘听力题目语言背后的美语思维模式和美国文化背景。毕竟语言是文化和思维的载体，掌握了老外的逻辑思维，就能在TOEFL听力过程中变被动为主动，以不变应万变。比如：考生应努力挖掘TOEFL听力“三大思维模板”、TOEFL听力“七大修辞模式”和TOEFL听力“十大段落原则”等（参见《TOEFL听力新思维》一书）。

第六步：Memorize them。即在“立体”解构了这些TOEFL听力题目之后，将它们加以背诵和记忆，以求达到脱口而出的感觉。因为TOEFL听力的语言重现率很高，背得越多，意味着没听过的就越少。久而久之，听力

实力便会大增。不可否认背诵是份“苦差事”，但“欲穷大地三千里，须上高峰八百盘。”可以说，背诵是登上听力最高境界的重要环节。如果说“M7”的前五步是“消化过程”，那么背诵这第六步就是“吸收过程”。我们始终都要让学生们铭记：吃得苦中苦，方为人上人。第七步：相信如果你走过以上的六步，就会不经意的发现：果然不仅是TOEFL听力技巧、更是TOEFL听力实力能够大幅度的得以提高，Just like a Miracle！像奇迹一般！100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com