

谈谈英语自学的体会与方法 PDF转换可能丢失图片或格式，  
建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/119/2021\\_2022\\_\\_E8\\_B0\\_88\\_E8\\_B0\\_88\\_E8\\_8B\\_B1\\_E8\\_c83\\_119686.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/119/2021_2022__E8_B0_88_E8_B0_88_E8_8B_B1_E8_c83_119686.htm) 最近，我先后收到国内两所重点大学的博士考试成绩通知单。两校我都以优异成绩被录取，其中，英语成绩都远远高于其录取分数线。回忆自学英语的道路，感触颇多。我的中小学大部分是在文革期间度过的，当时受到“不学ABC，照样接好革命的班”的反潮流思想的影响。所以高中毕业时我全部的英语知识就是认识26个字母。当时我并未意识到这是不幸。直到1989年我辗转完成两年大学进修，欲向研究生冲击时，才发现自己少了“一条腿”。从此我决心自学英语。在英语自学过程中我不断地探索，克服重重困难，走过了一条曲折但还算成功的道路，因而有颇多体会。

一、持之以恒 从1989年7月开始自学英语至今，可以说我从未间断过一天。我每天早起晚睡，加上工作间隙的零星时间，保证了平均每天6小时的英语学习。我走到哪里，就把英语书带到哪里，出差、生病、节假日也从未间断过，抽空就背几个单词，较整的时间就读一篇短文。

二、以句子为中心学习 句子是语言学习的中心环节，它下由字词构成，向上构成段落、篇章。我从一开始学习英语就十分重视句子的学习，对所读文章中的每一个句子都进行认真的语法分析。有些十分复杂的句子我自己不会，就去请教别人。我把这些不懂的句子抄在小本子上随身带着，凡遇到英语高手，我总是随时拜师，有时要问十几个人，直到满意为止。正是在这方面下了功夫，才使我的英语语法打下了牢固的基础。后来研究生学习期间，英语老师让我们分析句子

时，我能熟练地剖析长达一百多词的多重复句，连英语老师和英语专业的研究生都感到惊奇。通过句子学习而大大受益的另一方面是牢固地掌握了必备的词汇。凡成年英语自学者都有这样的体会，花大量时间背词汇表却收效甚微，或即使一时记了一些单词，过一段时间又忘记了。但通过句子学习单词却可大大弥补这个缺憾。因为只有把单词放在具体的语言环境中才能辨别它的意义和用法，同时记忆也更加深刻。同时，要做大量的练习题，考试是对所学知识的综合运用，所以即使通过艰苦学习掌握了牢固的知识，但不经过针对性的训练仍无法有效地应试。我之所以认识到这一点，因为我拿一些考试题请教英语专业老师时，他们往往不能解答。我在考研前曾做过十几本模拟试题，考博前更做了二十几本，同时搜集了招生学校近几年的试题进行实弹练习，结果都收到了较好的效果。

### 三、步退式套迭循环

学习语言最大的任务是记忆，面对记忆力减退的成年人而言，唯一的方法是大量的循环。当然，循环不是简单地机械性重复，除了不断总结，逐步击破难点巩固重点外，选择循环的周期和方式十分重要。我在学习时采用的是步退式多重循环。根据心理学的艾宾浩斯遗忘规律，人们对刚学习的知识遗忘最快，然后遗忘速度趋缓。为此，我特别注意巩固刚学过的知识。我的循环是以五课为一组，即每次学习新课前先把该课之前刚学的四课快速复习一遍。这样每学一课前面放弃一课，总保持着复习最新的课文，这是循环的第一层次。第二层次是学完一个单元后，立即把该单元内容复习一遍，顺序是从后向前的倒行式，因为后面是刚学的，遗忘最快。第三层次和第四层次分别是以一册书和全套书为单元的步退式复习。这样大循环

中套小循环，不断地复习，使得相关知识不断地被强化、巩固，同时加强了各部分知识的联系。四、敢于运用英语的最直接运用是说和写，而这对自学者尤其困难。主要表现一是缺机会，二是怕难为情，而要克服这个困难只需一点，那就是勇气。因为有了勇气，就不怕难为情，从而创造和寻找更多的机会进行练习。这样做下来，你会不断地有“还不坏”的感觉，从而增强自信心。有一件事给我很深的印象。1995年，在导师的鼓励下，我向《国际自然灾害》杂志投了一篇稿子。在这之前，我一直信心不足，学术水平不说，主要靠自学的英语拿出去会不会让外国人笑掉大牙？但最终我还是迈出了这艰难的第一步。当然，我做了充分地准备，我把文章修改了多次，又请英语专业的研究生逐句梳理了一遍。稿件寄出后很快有了回音，当然需要修改，既有内容上的也有语言上的，但这对我而言已是最好的消息了。我怀着虔诚的心按审稿人的意见认真修改。让我感动的是编辑又连续两次审读修改稿并反馈意见，这样经过三次修改后，文章终于被采用。通过这件事，我体会到，别人并不会笑话我们，恰恰相反，很多时候他们会很主动热情地帮助我们。说英语也是这样，没有哪个有知识有修养的人会笑话学英语的人说错话。正向许多“老外”说汉语时把“五号”说成“号五”，我们除了觉得很有趣，很滑稽外，当然不会笑话他们。我的英语口语是一个相对薄弱环节，以前也常信心不足。但今年的博士考试面试时，我放下包袱说开去，结果竟意想不到受到主考老师的好评，我又一次体会到了“还不坏”。总之，根据自己的切身体会，我觉得英语作为一种交往工具虽然由于其应用性很强，在系统的组织和老师的指导下，学习起来会更

加有效，但如果因地因人因目标确定恰当的学习方法，自学也能成功。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](http://www.100test.com)