

提高四级听力学新概念一还是新二（5）PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/122/2021\\_2022\\_\\_E6\\_8F\\_90\\_E9\\_AB\\_98\\_E5\\_9B\\_9B\\_E7\\_c83\\_122830.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/122/2021_2022__E6_8F_90_E9_AB_98_E5_9B_9B_E7_c83_122830.htm) 坚持！话虽好说，做起来却是一点都不容易。这其中要伴随着多少苦闷和乏味。读英文著作、听歌、看DVD、背诵名篇名作等等，让人觉得英语学习的过程是如此的丰富多彩。然而这些只是学习的方法和形式而已，我们真正要面对的是如何保持一个良好的心态去“坚持”地把这些方法和形式付诸实施，从而达到预期的目的。如果我们在学习过程中动摇了，坚持不住了又该怎么办呢？就我个人学习英语的经历而言，也曾是多次放弃、重来；再放弃，再重来。开始都是怀着积极的心态，投入到英语学习的战斗中去。恨不能一天之内就要学会两课书、三课书。一个月就要学完一册书。然而，学着学着，就感觉要“坚持”不住了，想要放弃。开始总是找不到解决的办法，为此而郁闷。后来才发现解决这样的问题其实并不难。一、要学会精神转移。在英语学习的过程中，感到枯燥乏味，信心不足的时候，不要强迫自己往下学，因为从你的思想意识形态里已经开始产生了抵触英语的情绪。这时再继续只能是“适得其反”，请你先放一放你所学习的内容，最好的去处是逛书店，到外文书店看看那些崭新的原版小说，先不要看其内容，只看图书的封面。这些原版图书要比国内图书的封面做得好得多。这些花花绿绿的封面（特别是名著的封面）能够强烈刺激你的大脑神经，让你对书中的内容产生联想，从欣赏图片的审美角度去激发你阅读的兴趣。这时，你选择一本自己喜欢的，翻开内容看上一两段，你就会发现原来你

的英语已经很有水平了，以前的时间没有白费。还有一个原因，你学英语的时候是孤立的，当你置身到外文书店的时候，你会发现那里有很多中国人、外国人，这时候你才能够感受到很多中国人都和你一样在努力着，也许他（她）的英文水平很高，也许他（她）还不如你。从而让自己产生羡慕、嫉妒、欣慰的心理。只有这样才能激发你的继续学习的兴趣。而你所看到的那些外国人，如果你能上前聊上几句，何尝不是一件快乐的事情？为什么不敢呢？是自己水平不够吧？那还不回家赶快去学？除此之外，你还可以去听听那些原版磁带，去看看原版DVD来调节自己的心态。尽量不要去想自己现在所学的教材。毕竟在内容上它有很大的局限性，只有丰富多彩的内容才能保持你好学的心态。

## 二、学习他人之长。

学习英语是要虚心的，在自己坚持不住的时候，要多去看看那些成功人士的书籍，听听他们的心得。俞敏洪、李阳，杜子华、钟道隆等等，这些已经取得成功的人士，他们同样也遭遇过你我这样的经历，也曾经在坚持和放弃之间徘徊过。他们是怎样走过来的？这是我们要学习的，不管你是否认可这些人，为什么他们成功了，就因为他们会调节自己的心态坚持走到底。我在坚持不住的时候，就会找出钟道隆教授《踏踏实实学英语》讲座录音听听，体会一位老人学习英语的艰辛，看看李阳《疯狂英语》的演讲，感受他的狂热，读读杜子华的《英语成功学》吸取他丰富的经验。这些都能调节自身的心态，鼓励我们“坚持”下去。

## 三、不要一棵树上吊死

无论是学习方法，还是教材，都有它的局限性，都会因人而异。别人的经验是经过多少次失败总结而来的，或许对你就不实用。要学“博取众家之长，补己之短”。

，在实践中去归纳总结。找到自己能够“坚持”的方法。一套教材未必就要全书背诵下来，人都有个性、喜恶。或许某一类你就不喜欢，那就别硬着头皮去看、去听。即使别人都说好的，也要自己去衡量，找到自己感兴趣的，你才能够坚持下去。如果非让一个喜欢流行音乐的人去听京剧，还不如让他去参观疯人院的好。所以，千万不要一棵树上吊死，喜欢什么就去接触什么，一本书里只一点点也好，一盘磁带里只一句就行。

四、要了解学习的资源 有些人开始时如狼似虎的背诵英文，一天好几课。可是背了半天，却发现除了会说些已经背过的课文，再想说点别的就什么也不会了，脑子里空空如也。能听懂录音也仅限于学过的课文，再听别的就好像是天书一样。于是，自信心开始动摇，对教材开始怀疑。

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)