

新东方名师告诉你如何准备托福听力 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/162/2021\\_2022\\_\\_E6\\_96\\_B0\\_E4\\_B8\\_9C\\_E6\\_96\\_B9\\_E5\\_c81\\_162799.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/162/2021_2022__E6_96_B0_E4_B8_9C_E6_96_B9_E5_c81_162799.htm) 如何通过自学提

高TOFEL听力水平，一直都是中国考生最为关心的问题。我给大家的建议是：一味多听却不动脑筋，是大错特错。听力水平不仅与听力技巧和熟练程度有关，更是与听、说、读、写、译等方面的综合能力，以及对国外文化背景的了解程度密切相关。因此，提高听力水平的过程是一个不断丰富知识、发展技巧并同时锻炼分析、理解、推断能力的综合性训练过程。这里，我向读者朋友推荐一种提高听力的好方法：

“6M学习法”。第一步：Maintain your composure and your confidence(保持冷静和自信)。要想彻底听懂TOFEL听力的内容，或与老外进行无障碍交流，首先要对自己有信心，千万不要因为没听懂一两个单词而慌了手脚。良好的心理素质对提高听力能力相当关键。第二步：Make pictures and images(学会形象化记忆)。听力过程中要学会把抽象的语言转变成形象的图画，并反映在脑海之中。有了动态图像的帮助，才有利于抓住语言的主要信息而非旁支末节。第三步：Model everything(善于模仿)。不要盲目追求题海战术，不断地找新题目来练，而应该把注意力放在听过的题目上，进一步分析、研究，并认真模仿听力题目中的各种语音、语调、语气、习语、俚语等。第四步：Magnify the meaning and usage of the words and patterns(掌握多义词)。口语的最大特点是一词多义，这也是导致一些考生明明听出了是哪个词，却仍然搞不懂其在题目中确切含义的重要原因。因此，在平时练习中要注

意掌握听力题目中常用词汇和句式的其他用法。 第五步

: Mine the cultural background and the way of English thinking behind the language(了解美国文化背景和思维方式)。语言是文化和思维的载体，努力挖掘听力题目中的美国文化背景和思维模式，就能在听力过程中变被动为主动。 第六步

: Memorize them(不断记忆)。TOFEL听力题中一些语言点的重现率很高，考生需要将他们加以背诵和记忆。背的越多，就意味着熟悉度越高，同时也培养了良好的英语语感。”(作者为新东方TOFEL听力教学专家) 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)