

托福高分心得：良好的心态是关键托福考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/578/2021_2022__E6_89_98_E7_A6_8F_E9_AB_98_E5_c81_578944.htm

编辑推荐：2009年1月托福机经汇总 作者：顾同学，木渎中学高三学生，参加2009年1月10日的新托福考试，成绩为103分。从我第一次“邂逅”TOEFL到现在，前后参加了3次机考，最后一次取得了100的成绩，还算比较满意。通过这一年多以来的“一线”奋战，我自己也积累了一些经验，希望能和大家一起分享。

TOEFL的重要性是不言而喻的。要想申请美国一流大学，“入门看TOEFL，奖学金看美国高考（SAT、ACT、AP等）”。换句话说，除了一些要求特别苛刻的大学，其余美国顶尖大学都是以TOEFL成绩作为衡量标准。所以对于我们这种想要申请美国大学的学生来说，拿到一个理想的TOEFL成绩是十分必要的。要想取得TOEFL高分，“天时、地利、人和”是必不可少的。“天时”是指考试时要有灵感和运气。运气这一环节你没法准备，但有的时候真的能给你很大帮助；至于灵感，我则深有感触。例如，做阅读词汇题时，你如果做题很有灵感，即使单词你没见过，也能从选项中把正确的选出来。怎样才能有这种语感呢？我觉得关键就是大量接触与英语相关的内容，尤其是考前的一段时间。比如网页、杂志、音乐或者电影等。接下来是“地利”，这是何物？其实就是你的考场环境，氛围。我本人就曾因考场问题没充分准备而影响了考试。因为考场管理混乱和密封性太强，做听力时被他人“富有磁性而穿透力极强”的口语所干扰，导致听力发挥失常。所以，考前对考场要有一定了解，可以听取别人

考完后的感想。最后就是“人和”了，这里主要可以理解为对于考试的准备工作和熟悉程度。对于国外考试的菜鸟而言，TOEFL考试的准备确实很辛苦。虽然你鼠标轻轻一点就能找到许多类似于老俞同志那样“非人”的特训方法，但关键是坚持一天、两天能行，但坚持十天、半个月甚至更长时间呢？一般TOEFL考试我认为准备在一到两个月为宜，准备前上个基础班是必要的。我认为新东方在这一方面培训的绝对实力和垄断地位是毋庸置疑的。我要感谢在我备考过程中帮助过我的新东方学校的老师们，没有他们，我的成绩也不可能提高得那么快。除了课上的学习，在课程之外，应该根据老师的指导进行充分的单项训练。结合自身经验和别人的复习情况，我发现了很多人都有的一个误区。因为从成绩来看，听力和阅读是中国学生的强项，所以很多人在复习中也因为害怕而忽略了口语和写作的强化训练。其实，新东方的老师都是乐于助人，有问必答的，所以大可以放心将训练中的口语录音或作文发给老师批改，这才是取得高分的前提。还有就是词汇的问题，这个我个人认为不能少，因为词汇量是顺利做题的保证。就以我来说，阅读是我的较强项，正是词汇的功劳。我在每次考试前都会复习词汇，当别人都在抱怨看不懂阅读时，我却游刃有余。在考试前，我个人愿意去新东方的短期强化班。因为在强化班上每天密集的课程让我获得了好的语感，豁然开朗。而且能迅速了解各种考试技巧。临考前，心理因素很关键，这个时候再大量做题可能会产生负面影响，所以应该调整心态，准备自己的模版，这样就能事半功倍。当然，以上都是我个人的意见，具体的复习计划还要根据个人情况量身定做。最后，我衷心祝愿那些正

在奋斗或即将踏上TOEFL考场的同学能够有志者事竟成，顺利敲开通往大洋彼岸的大门。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