

职场技巧：专家教白领们怎么学习英语实用英语 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/639/2021_2022__E8_81_8C_E5_9C_BA_E6_8A_80_E5_c96_639876.htm

随着英语普及程度的逐步加大，除了大中小学生热衷学习以外，利用休息时间充电上外语课也成为很多上班族的主动选择。但是上班族学英语有他们的独特性，一般他们的学习时间不像学生那样连续和固定，学习持续性难以保障。那么，上班族该选择怎样的课程？该如何安排学习时间？在平时的学习过程中又应注意哪些问题？为此，本报记者专门采访了昂立教育的高胜长副院长，请他为上班族支招 了解自己现有水平 高院长指出，上班族学英语一般不是为了留学或是为了应付某些考试，他们一般是出于自己的兴趣爱好或是职业需要。这类学习者的特点就是一般过去都学过英语，有的甚至英语基本功比较扎实，但很多人由于工作以后不常用到英语而导致逐渐生疏。而日趋激烈的社会竞争对英语要求正逐步提高，因此上班族为了使自己的事业发展更有竞争力必须选择充电。但由于不像大中学生学习的方向那么明确，很多人对自己目前所掌握的英语程度往往不是很清楚，不知哪类哪一级别的学习内容更适合自己。这就需要在报名学习前先对自己的英语水平有个全面了解。一是进行自测：方法很简单，可以随意浏览一些外语书籍或是听一些外语广播，由此对自己目前的英语状况有一个大致的了解，这样在选择课程时就比较有把握。二是由培训学校进行测试，目前很多外语培训学校也为学员提供了一些语音测试系统，通过这种方法测试外语水平也比较准确。 我要收藏 分门别类选择课程 在课程选择上，并不是所

有的人都适合选择同一类型课程，这要根据自己的水平和上课目的来挑选。一般可以分成三种类型：一、应对工作需要 需要解决工作中遇到的实际问题，可以是最明确的一种培训目的。例如有些人的工作需要用到商务、财会等专业英语用语，或是需要担任口译等职位，因此这类学生选课时就应该选择相关专业的课程，同时最好能选择短期内时间比较集中的密集培训。这样的话能在最短时间内掌握自己工作所需要的英语，学以致用。二、出国实用 很多上班族会有短期出国考察或是旅游的机会，对他们来说不需要像留学生那样去学雅思、托福，主要是要解决出国的语言障碍。因此选择短期的有外教的口语课程比较适合，这类课程能让学生与外国人有真正的交流机会，贴近国外生活，减少对国外的陌生感，对出国实用会非常有帮助。三、日常生活提高 有些人虽然工作中基本不需要英语，暂时也不会出国，但是对英语很有兴趣，想提高口语，平时也很喜欢看原版电影、电视剧，这类上班族不妨选择一些长期、灵活、轻松的课程，这样可以持续在一个稳定的语言环境下，获得口语的提高。如实用口语、新概念或情景英语等都会比较适合这类学习者。

提升兴趣 支配好时间 上班族学英语最大的难点就是主要利用休息时间，因此时间不固定。高院长给出的对策就是提升学习兴趣、支配好时间。提升学习兴趣可以包括很多方面，如在外语学习中结识很多新朋友，向外教学英语的同时也教他一些中文或上海话，回家看原版片不再看中文字幕等都可以激发自己的学习动力。至于如何支配时间，一方面上班族可以给自己制定一张学习进度表，拿出每天晚上或周末的2至3个小时，进行系统固定的学习；另一方面可以充分利用零散时间，即

无形中被忽略的时间。比如，在车站等车的时间，在电梯里的时间等，将这些零散时间全部利用起来，长期坚持下去也会受益匪浅 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