

词汇记忆法 8: 近义替换记忆法

今天我们讲的叫做近义替代记忆法，这个是很多人都了解的记忆法。结合我们的今天的场景「问题和解决方式」你会发现近义词替代记忆法很明白的，这个字面意思谁都能理解。如果你生活中能够掌握词汇的近义词、同义词的话呢，在语音中就能够更准确、更有效地去表达信息，充分体现你的语言词汇的丰富性，打破你一次只会用一个单词表达一个意思的非常窘迫的情况。所以说近义词替代是以点到面找到所需要表达意思的所有单词，一次性地掌握，并且能够灵活使用它们，在准确表达的时候，同时感受英语语言的灵活多样性以及近义词之间细微的差异，这样的话是一种比较高端的学习方法。同时你会发现近义词记忆法特别忌讳没有语境的学习，就一定要在我们的示例或者句子甚至段落当中，乃至文章当中去累积我们的近义词。

我们举几个小例子啊，比如说我们说「问题」，它的名词有哪些可以用的？比如说左边的这些词都是可以表示问题的。动词的话呢，我们就用 XY 来表示，比如说 X 破坏了 Y，
X eliminate Y, makes Y deteriorate, 然后呢 X 接这个词叫 dilute，叫做「稀释，冲淡，使……变弱」的意思，这是很简单的表达。

“问题”表达的替换

名词

- ◆ Crisis
- ◆ Issue
- ◆ Question
- ◆ Concern
- ◆ Anxiety
- ◆ Challenge

动词

- ◆ X **destroys** Y
- ◆ X **eliminates** Y
- ◆ X **makes** Y **deteriorate** (= become worse)
- ◆ X **dilutes** Y (= makes it weaker, less focussed)



加载中...

接下来看一下这个「解决方式」的表达和替换，名词给你解决方式的话有哪些呢？我给大家总结了一下。动词的话，你看一下是不是全部给大家用固定式表达好了，to penalise people for doing sth, 「因为人们做什么去惩罚他们」。所以说，不要想到解决方式永远只会拘泥于这个解决方式，问题也是一样的，而是想想它还有哪些更细微层面的表达，也就是说不仅可以把这个表达方式深化，同时可以把它具化和细化到不同的层面。比如解决方式还有颁布法律，限制控制什么的发展，还有防止某人做某事，或者促进、鼓励做某事，这都是可以成为解决方式的。唤醒人们的意识，强迫人们去做什么事情，这都是可以表示很好的、如何去解决一个事情的方式。

“解决方式”表达的替换

名词

- Remedies
- ◆ Ways to solve
- Methods to address/deal with
- ◆ Answers to a problem
- Measures
- ◆ Steps
- Initiatives (= a new idea, usually from the authorities)

动词

- To **penalise** people for doing X (= to make them pay a penalty for it)
- To **ban/outlaw** X (= to make it illegal)
- To **curb/restrict** X
- To **prevent** people **from** doing X
- To **promote/encourage** X
- To **raise awareness** of X
- To **force/oblige** people to do X



加载中...

再深入一点点，我们以一个非常常见的儿童肥胖的并发症开始，你看一下这种儿童不健康的肥胖会导致很多医疗问题，包括什么样的问题呢？我把这个问题按照属性排练记忆法，把它全部用名词表出来了，这些东西都是儿童肥胖会带来的各种并发症。

What are the complications of childhood obesity?

Childhood unhealthy weights may result in serious medical problems in childhood such as:

- type 2 diabetes
- high blood pressure and elevated blood cholesterol
- liver disease
- bone and joint problems
- respiratory problems such as asthma
- sleep disorders such as difficulty breathing while asleep (sleep apnea)
- earlier than normal puberty or menstruation
- eating disorders such as anorexia or bulimia
- skin infections due to moisture from sweat being trapped in skin folds
- fatigue



加载中...

Solutions to childhood obesity

- Limiting TV/Computer/Video Game time
- Eating more living foods such as fruits and vegetables
- Serving water instead of sugary beverages
- Children need 60 minutes of activity per day
- Requiring child-care providers to promote healthy sleeping practices,
- Educating parents about age-appropriate sleep times and good sleep habits
- Parents & children need to get nutrition and fitness education



加载中...

在我们今天这个语音下面，我们分为两步，第一个复习这个属性排列记忆法；第二个呢，我们可以通过今天讲过的问题，不仅仅再想到问题或者解决方式，而是想到更深层次的表达。然后再把它具化到每一个特定的场景下面去寻找它的问题以及它

的解决方式。你看这些解决方式，我全部都是用名词或者是名词性结构或者是句子把它表达出来的。你看是不是一下又累积了一个话题的素材呢？所以说，温故跟知新一定要结合起来，不仅能够在现在这个场景巩固学习方法，同时呢，能够累积更多的词汇以及表达。知新的话呢，我今天给大家准备了一篇满分范文，各位可以看下题目，然后各位可以尝试着在我们的整篇范文当中，我按这个什么这个导论段、主体段一、主体段二以及结论段，给大家把这篇文章完整地呈现出来。然后呢，你们可以来尝试一下，我尽可能地在这篇满分范文当中融入了各种问题以及问题的程度的表达，以及解决方式的词汇。各位同学可以有兴趣的把它全部划出来，然后再去对答案。

浏览器扩展 Circle 阅读模式排版，版权归 www.zhihu.com 所有

