

COMO APRENDER INGLÊS SOZINHO

Dicas e recursos para
quem quer aprender



MARIO ANAYA

Sumário

<i>Capítulo 1: Introdução.</i>	4
<i>Quem Sou EU?</i>	4
<i>Capítulo 2: Sobre o Autodidatismo</i>	4
<i>Capítulo 3: Mitos sobre o aprendizado do idioma.</i>	5
1. <i>Eu sou muito velho (a) para aprender Inglês.</i>	5
2. <i>Eu só aprenderei outro idioma se viajar para o exterior.</i>	5
3. <i>Ensino tradicional é o único caminho para o sucesso no idioma.</i>	6
4. <i>Aprender Inglês é muito difícil.</i>	6
<i>A realidade na minha opinião.</i>	6
<i>Capítulo 4: Objetivos.</i>	7
<i>Devemos desenvolver hábitos?</i>	8
<i>Capítulo 5 - Melhorando a sua pronúncia.</i>	9
<i>Leia textos em Inglês em voz alta.</i>	9
<i>Faça explicações para o gravador.</i>	9
<i>Praticar com pessoas reais.</i>	10
<i>Capítulo 6: Melhore a sua audição do Inglês.</i>	10
<i>Ouçá os Podcasts.</i>	11
<i>Assista noticiários em Inglês.</i>	11
<i>Ouçá músicas em Inglês.</i>	11
<i>Histórias.</i>	12
<i>Capítulo 7: Melhore a sua leitura.</i>	12
<i>Construindo o vocabulário.</i>	13
<i>Melhores as suas habilidades de escrita.</i>	14
<i>Cursos On-Line.</i>	14
<i>Inglês do Jerry.</i>	15
<i>Capítulo 8: Aprender Inglês fluente vai mudar a sua vida!</i>	15

Capítulo 1: Introdução.

Você quer aprender Inglês sozinho devido à falta de tempo para freqüentar uma escola tradicional de idiomas?

Fica nervoso (a) quando começa a falar Inglês por conta do medo de errar, mas precisa aprender o idioma urgentemente?

Este livro lhe ensinará!

O Curso “Como aprender Inglês sozinho” proporciona dicas para melhorar a sua leitura, escrita, fala e audição do idioma, além de oferecer recursos para estudar e praticar o seu Inglês

Afinal de contas, atualmente qual é a importância de contar com um Inglês fluente?

Para iniciar um novo processo e se manter motivado (a) em qualquer área, seja ela pessoal/profissional é necessário estabelecer um objetivo. E as metas são diversificadas: muitos querem aprender Inglês para viajar, outros tentam conseguir uma promoção no trabalho, ou simplesmente ter a possibilidade de fazer amigos estrangeiros e etc.

Não existe mágica no aprendizado do idioma, haja vista que é fundamental você estabelecer esse objetivo e estudar com bastante dedicação.

Esteja comprometido (a) em aprender Inglês diariamente. O intuito deste livro é apresentar dicas, ferramentas e práticas que você poderá adotar de imediato em seus estudos.

Quem Sou EU?

Eu me chamo Mario Analla e considero-me autodidata no quesito idioma. Aprendi Inglês sozinho, não precisei do acompanhamento de nenhum tutor e nunca cursei uma escola tradicional deste segmento. Sou o responsável pelo site (<http://aprendafalaringles.com.br>) e admiro muito o aprendizado de idioma. No meu site e neste livro apresento dicas, truques e recursos para você aprender Inglês sozinho (a).

Baixe gratis 11 infograficos: <http://bit.ly/infograficosemingles>

Capítulo 2: Sobre o Autodidatismo.

Convenhamos que aprender algo ou uma nova técnica sozinho (a), sem a necessidade da ajuda de um professor presencial é uma tarefa bem difícil. Mas quando se trata do aprendizado de idiomas, essa possibilidade muitas vezes poderá ser a melhor opção.

Por muitas vezes, a vontade de aprender é maior do que a possibilidade de ter uma pessoa capacitada e com tempo disponível para nos ensinar. Com isso, cabe ao aluno se lançar à própria sorte e buscar o conhecimento. É o chamado autoaprendizado. O que pode parecer uma necessidade, na verdade apresenta muitas vantagens. (Pedro Demo)

A possibilidade de se libertar dos esquemas rígidos estabelecidos pelas escolas e encontrar o seu próprio caminho de aprendizado, é a maior vantagem do autodidatismo que não fica vinculado aos paradigmas impostos pelas unidades de ensinamentos tradicionais.

Porém, ressalto a importância para que seja estabelecido um horário fixo para os estudos, e logicamente valorizar a disciplina pessoal (foco) que será empregada nesta fase de aprendizados, são pontos cruciais no que tangem a dificuldades que irei abordar a seguir:

O segredo é único: TRABALHO DURO!

Este processo de aprendizagem requer também paciência e planejamento, é bom frisar que fases não podem ser prematuramente queimadas, o imediatismo nem sempre é salutar. Ou seja, não se foque em aprender Inglês de uma “maneira genérica”, o famoso “quero aprender Inglês”, mas qual Inglês, o tal do “imbromeition”?

Mantenha o foco voltado totalmente no processo, naquilo que está aprendendo neste atual momento, na jornada.

Planeje por exemplo, “quero aprender o vocabulário utilizado nas rotinas de escritório”, e então você conhecerá as palavras usuais empregadas no meio administrativo.

Dê seqüência ao próximo aprendizado, quebre o Inglês em várias etapas ou partes e então você terá o “produto final”, que é ter aprendido o idioma após ter juntado todas as fases em sua mente.

É como seguir uma receita de bolo. Você precisa conhecer todos os ingredientes que estarão envolvidos no processo, estar ciente da quantidade correta de cada item que será aplicado na receita, o tempo do forno para assar e logo depois de concluídas todas as fases chegaremos ao produto final, ou seja, o bolo pronto para ser degustado.

Acatando essas dicas certamente você se manterá motivado (a), pois estará explorando a infinidade de informações para facilitar o aprendizado do idioma Inglês, além de deixar a tarefa mais fácil o objetivo primordial também estará focado.

Capítulo 3: Mitos sobre o aprendizado do idioma.

Algumas pessoas têm crenças limitantes no aprendizado de um novo idioma, que muitas vezes

sabotam este processo e levam as mesmas a abandonar os estudos de forma precoce. A desculpa mais usual é que só os “gênios” possuem o dom para aprender Inglês.

Veja abaixo alguns dos mitos mais observados em pessoas que desistem facilmente do desafio de estudar um idioma:

1. Eu sou muito velho (a) para aprender Inglês.

Não é verdade! Pesquisas na área de Neurociência conduzidas por cientistas do MIT (Massachusetts Institute of Technology) mostram que adultos podem aprender uma língua independente da idade.

Os estudos revelam que um adulto pode aprender uma segunda língua desde que sejam feitas mudanças no modo de ensino e no comportamento do aprendiz.

Não podemos fugir da atual realidade e devemos considerar as dificuldades que surgem em nosso dia a dia (excesso de preocupações, falta de tempo, plano específico para estudos e etc), mas precisamos ter em mente que os desafios devem ser vencidos para conquistarmos os nossos objetivos, não é mesmo?

Seja positivo (a), foque no aprendizado e dedique ao menos 20 (vinte) minutos para estudar uma nova frase, ler e ouvi-la em Inglês. A dedicação nos estudos e a prática diária do idioma será um “termômetro” para medir o seu desempenho, e mostrará se é possível ou não continuar a investir neste desenvolvimento pessoal.

2. Eu só aprenderei outro idioma se viajar para o exterior.

Mito! Existem milhares de pessoas no Brasil que nunca viajaram para o exterior e muitas vezes sabem falar tão bem quanto os próprios nativos (considerando as sentenças gramaticais).

Hoje a possibilidade de aprender idiomas sem sair do país é imensa. Contamos com uma quantidade ilimitada de bons livros e a tecnologia avançada permite falar com pessoas no exterior, devemos valorizar as facilidades proporcionadas pelos tempos atuais.

Não estou ignorando a opção de viajar, pelo contrário compreendo que tal experiência agrega bons valores. Todavia, reafirmo que independente de onde esteja situado, ao utilizar adequadamente as ferramentas e os recursos corretos você terá benefícios que ajudarão na evolução dos estudos.

Ao invés de focar no que não pode fazer (dificuldades), sugiro que você invista positivamente em suas habilidades pessoais (o que faz de melhor).

3. Ensino tradicional é o único caminho para o sucesso no idioma.

No ensino tradicional existem duas diferentes distinções: 1) O professor de idiomas em uma sala física é a melhor opção para aprender comparada a aulas pela Internet. 2) Intensidade: muitas lições aplicadas uma ou duas vezes por semanas trazem melhores resultados do que estudar apenas um pouco por dia.

Cada estudante tem o seu tempo particular para direcionar os estudos. E o computador é um dos “professores mais pacientes” para auxiliá-lo nesta jornada.

1. Um professor de idiomas presencial.

Aprender gramática, vocabulário e pronúncia, assim como as habilidades passivas de ler e ouvir requer tempo, esforço e constante repetição, particularidades que não ocorrem nas aulas presenciais.

O ensino “just-in-time” a partir do uso da tecnologia é relevante, principalmente para quem precisa apenas aprimorar ou aprender uma certa habilidade do idioma.

Sem contar o completo acesso à gama de dicionários e tutoriais que estão disponíveis na Internet. Vale lembrar que alunos presenciais geralmente não têm acesso a esta possibilidade, falarei mais dos cursos que recomendo no item Cursos On-Line.

2) Intensidade e quantidade em poucas aulas durante a semana.

Pesquisas mostram que o material disponibilizado em pequenas quantidades (com frequência) durante um período de tempo, é mais bem aproveitado e aprendido se comparado aos que colocam uma grande quantidade de material em alguns dias da semana, ou apenas no final de semana.

Estudar 30 (trinta) minutos por quatro (4) dias durante a semana é a melhor opção se comparada à carga total de 2 (duas) horas no final de semana, a qual obriga o (a) aluno (a) cumprir um tempo enorme de estudos. Esta metodologia consome anos para você aprender, sem contar que não é a melhor maneira pela qual a mente absorve os conhecimentos.

4. Aprender Inglês é muito difícil.

Sim! Principalmente se você focar o seu estudo no ensino tradicional da gramática. Até mesmo na nossa Língua Portuguesa você não será capaz de decorar totalmente a gramática. Entretanto, nem por isso você sairá por aí escrevendo e falando errado, correto?

O aprender Inglês pensando como uma ciência, por exemplo: sujeito + verbo+ preposição, como na gramática não é a melhor forma de adquirir o conhecimento, devido ao fato de que a maioria das pessoas prefere apenas entender o idioma. Não são como os estudantes de Letras que anseiam realmente conhecer a fundo o idioma.

O foco aqui é você ser capaz de se virar em outro país, fazer novos amigos, se comunicar com estrangeiros em seu trabalho ou assistir às suas séries favoritas de TV e poder rir das piadas inseridas no Friends ou no Two and Halfman (não tem coisa mais gratificante do que entender e rir de uma piada feita em Inglês).

Conhecer Inglês da mesma maneira que você aprendeu o idioma Português, ou seja, na base da prática da imersão em materiais, no envolvimento mesmo que seja por prazer como assistir a filmes, ler ou jogar um RPG, com certeza essa técnica contribuirá para que você tenha afinidade com o idioma.

A realidade na minha opinião.

“Não é possível aprender Inglês! Inglês é uma língua muito difícil!” Essas e outras desculpas esfarrapadas são expressões muito comuns utilizadas por pessoas que desistem dos seus objetivos.

Não mantenha o foco negativo, jamais tenha medo de errar, opte por privilegiar a evolução do aprendizado e os resultados inevitavelmente aparecerão. Tenha paciência, pois nem sempre a assimilação dos estudos pela mente é imediata. Mentalidade positiva!

Neste tempo, o efeito platô ira aparecer. É aquele momento em que você acha que já não está aprendendo nada, que é incapaz de progredir, ele ocorre geralmente nas primeiras semanas de estudos. Se você desistir quanto for afetado (a) pelo platô, de nada adiantará o esforço e pior, nunca irá aprender Inglês.

Portanto, continue a missão mesmo acreditando que não está aprendendo, já que é neste exato momento que a sua mente estará processando as informações, então persista já que a motivação é imprescindível para a obtenção de êxitos.

Uma das melhores maneiras de persistir é vencer os pequenos desafios. Recomendo que de tempos em tempos aprenda um novo texto, conseqüentemente entenderá uma piada, compreenderá uma manchete de telejornal em outro idioma e etc.

A vida é feita de pequenas vitórias. Insisto, foque os seus objetivos atuais/futuros e estude Inglês. Será um investimento que renderá frutos vitalícios em todos os segmentos de sua vida, seja no aspecto pessoal, social e principalmente no campo profissional.

Capítulo 4: Objetivos.

É necessário estabelecer objetivos claros em sua mente, fato este que o motivará a aprender e desenvolver as habilidades. Muitas vezes estabelecer a meta através do velho jargão, “quero ficar fluente” é muito vago, e isso não significa absolutamente nada para a sua mente.

Para que os objetivos sejam claros eles precisam ser “S.M.A.R.T”, é um termo em Inglês utilizado na administração para estabelecer objetivos claros.

Specific, Measurable, Attainable, Relevant and Time-bound.

S.M.A.R.T

Específico: Quem, O quê? Onde? Quando? e Por que?

Quando irá alcançar o seu objetivo? Quem irá alcançar o seu objetivo? Onde/Como irá alcançar os seus objetivos? Que recursos você precisará? Por que é importante alcançar este objetivo? Quais ações deverão ser tomadas para alcançar esses objetivos?

Mensurável: O objetivo é capaz de ser medido? O conhecimento no idioma por meio de teste, começar a entender um seriado e falar com um estrangeiro?

Alcançáveis: Esse objetivo é possível de ser alcançado? Nada de ilusão: vou falar fluente em 2 (duas) semanas, mas também nada de apostar em um objetivo fraco que lhe dará a falsa sensação de dever cumprido. Opte pelo bom senso.

Relevante: Uma boa meta é aquela cujo propósito trará progresso para você.

Time-Bound:

É tudo uma questão de prazo. Como as metas são passos intermediários no planejamento, se você não organizá-las por tempo, com certeza o seu plano final será diretamente prejudicado.

Para ilustrar, coloco um trecho de um artigo chamado “Uma tarefa sem prazo é uma tarefa que nunca será feita”, escrito por Jeremy Wright:

Existe uma coisa do mundo dos negócios que é importante ser aprendida cedo por um empreendedor: “O trabalho se expande para preencher o tempo disponível para ser concluído”. Isso é conhecido como a [Lei de Parkinson](#) e significa que prazos nos motivam.

Sem prazos, o esforço para completar uma tarefa é ou superestimado ou ignorado.

Use prazos a seu favor e nunca aceite a mentalidade “Vou fazer isso quando eu tiver tempo”. Como Parkinson nos lembra, uma tarefa sem prazo nunca será feita.

Exemplos de Metas:

Eu vou aprender Inglês todos os dias por meio da leitura de livros e artigos, e anotarei todos as palavras e conceitos aprendidos em Inglês, vou ser capaz de ler livros infantis sem consultar um dicionário até o dia 3 de abril de 2015, já que preciso compreender Inglês para ler e-mails importantes no meu trabalho.

“Estudar o básico em conversação na língua inglesa e aperfeiçoar o vocabulário todos os dias de manhã (às 10h00), por 30 (trinta) minutos até eu conseguir manter uma conversa básica com um nativo”.

“Nós somos o que constantemente repetimos. Excelência, não é a ação, mas o hábito” - Aristóteles.

Nós sempre ouvimos falar da importância do desenvolvimento de bons hábitos, mas a reflexão quase sempre é passageira. De alguma forma acabamos por esquecer, ou prometemos a nós mesmos cultivar esses hábitos, contudo sempre adiamos o início do plano: fica para amanhã, quem sabe na próxima segunda-feira, ou melhor, ano que vem! O problema da definição do amanhã, é que esse amanhã nunca chega!

Devemos desenvolver hábitos?

Desenvolver hábitos é uma atitude essencial para que você realize os seus objetivos. Apenas ficar motivado por um período de tempo acaba com a sua energia, e logo quando passa esta breve fase, todos nós sabemos o final dessa história. Fracasso!

Inevitavelmente ficamos bastante motivados quando começamos a interagir com um novo idioma. Às vezes compramos vários livros, lemos tantos outros artigos pela Internet, sonhamos em viajar para um país cuja população fala a língua que estamos dispostos a aprender e etc.

Não podemos deixar que esta motivação inicial se transforme no famoso “fogo de palha”, a dica é válida para qualquer objetivo de nossas vidas. E o pior de tudo, a nossa motivação fica comprometida e pode acabar, daí ficamos imensamente desapontados (as) com a situação.

Como acabar com essa frustração? Invista nos bons hábitos e os sustente.

Dicas para desenvolver hábitos e alcançar o seu objetivo:

- 1. Fisicamente estabeleça um lugar para estudar: Esta definição poderá ajudar a associar esse lugar com o idioma estudado, como ter frases em Inglês, ambiente do idioma Inglês, é importante que seja também um local livre de interrupções para que a sua atenção esteja focada exclusivamente no aprendizado.*
- 2. Estabeleça um tempo de estudo diário: Defina a duração do tempo de aprendizado. Vá devagar especialmente nos primeiros dias. Dica: o timer no celular de 30 (trinta) minutos ajuda muito neste processo.*

3. Faça uso do tempo perdido: Tem dia atribulado que não sobra aos menos 30 (trinta) minutos para estudar. Continue o seu hábito, compense esta falha e invista no período em que você fica “à toa” durante os próximos dias e ganhe vantagens. Em São Paulo, por exemplo, chego a gastar cerca de 2 (duas) horas e meia nos trajetos devido ao trânsito. Eu poderia muito bem utilizar este tempo perdido ouvindo um Podcast em Inglês. Também na fila do Banco, na sobra do intervalo da hora de almoço e etc.

4. Desafie a você mesmo (a) por 30 (trinta) dias: Estudos indicam que para desenvolver um novo hábito são necessários no mínimo 30 (trinta) dias. Eu utilizo como forma de motivação o aplicativo [Habit Streak](#), se preferir opte por um calendário físico no qual você simplesmente cria um título com o nome do objetivo, e faz um “X “ nos dias que as tarefas foram realizadas.

5. Melhore o seu autocontrole: Você pode treinar para ter um melhor autocontrole e parar de procrastinar. Hedy Kober, um psicólogo e neurocientista comportamental da Universidade de Yale, Estados Unidos, utiliza essa metáfora com o autocontrole, afirma que ele é como um músculo que pode ser treinado e reforçado com exercícios. Não importam as ferramentas ou o planejamento se você não treinar o seu autocontrole, então não deixe de cultivar este bom hábito.

6. Visualize. Visualize diariamente você falando Inglês fluentemente. Particularmente utilizo uma caixa, na qual eu a apelidei de “Caixa Mágica” e ali coloco um papel com os meus objetivos neste idioma, leio todos e mentalizo as metas antes de dormir e também ao acordar.

7. Conheça a ti mesmo: Cada pessoa aprende de uma forma diferente e particular. Para saber o seu estilo de aprendizado, faça testes variados. Treine com livros, filmes, músicas, conversas com estrangeiros e etc. Encontre o modelo que funciona para você e o que não lhe agrada, principalmente em diferentes estágios do aprendizado do idioma este discernimento pessoal é uma das melhores coisas do autodidatismo.

Capítulo 5 - Melhorando a sua pronúncia.

Você não aprenderá a falar Inglês de um dia para o outro, mas sem dúvidas quanto mais praticar, melhor ficará a sua performance!

Há muitas oportunidades de se praticar a fala, mesmo sem sair do nosso país. O (a) estudante não pode ter medo de treinar, haja vista que mesmo quando acontecem os erros é interessante que você os corrija de imediato. Uma ferramenta importante neste processo de aprendizado é a utilização de material com áudio de nativos no idioma, ou o auxílio de algum professor (caso você esteja fazendo aulas particulares).

Aprender a pronúncia do Inglês sozinho (a) é uma tarefa muito difícil, mas existem algumas técnicas bem funcionais que aplico em meus estudos, são elas:

Leia textos em Inglês em voz alta.

Ler fluentemente é a habilidade da pessoa em ler um livro ou texto claramente. Você corrige a sua pronúncia/pontuação até que erros não sejam mais cometidos.

A prática constante lhe renderá mais confiança. Com a experiência adquirida e conseqüentemente o conhecimento do vocabulário, a velocidade de leitura será aumentada e as palavras serão processadas mais rapidamente.

Como iniciar:

1. Separe um texto com aproximadamente 75 até 200 palavras. Escolha um material que você pode ler e que esteja no seu atual nível de aprendizagem, por exemplo, um livro infantil ou até mesmo um artigo de jornal comum que muitos utilizam no Inglês Básico.

2. Peça ao seu professor ou alguém que possua um Inglês excelente para ler o texto escolhido em voz alta, aproveite o ensejo e grave com um gravador a pronúncia. Você também poderá optar por um filme ou clipe e repetir o que é falado, vale lembrar que ao comprar o DVD é possível configurar a fala e a legenda também em Inglês.

3. Ouça e leia comparando ao mesmo tempo com o gravador, no DVD deixe na opção mudo e grave as suas falas ao ler a legenda.

4. Pratique a leitura com o gravador até ficar confiante.

5. Então grave a sua própria voz e ouça, e compare com o material original.

6. Procure outro texto e repita novamente os 5 (cinco) passos descritos acima.

Você poderá fazer esse exercício praticando por apenas 5 a 10 minutos por dia, no seu tempo e no que você gosta. Eu não recomendo textos muito complexos.

Faça explicações para o gravador.

Esta é umas das técnicas que particularmente mais utilizo. Pegue um simples gravador ou mesmo o seu aparelho celular e grave as explicações. Conte histórias em Inglês e grave as narrações.

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

