

INGLÊS QUE NÃO FALHA

TÉCNICAS DE MEMORIZAÇÃO
PARA APRIMORAR SUA FLUÊNCIA

Ben Parry Davies



ALTA BOOKS
EDITORA
Rio de Janeiro, 2019

CAP. DE AMOSTRA

CAP. DE AMOSTRA

This book is dedicated to my wife, Vanessa

CAP. DE AMOSTRA

Agradecimentos

Meus agradecimentos a todos os alunos, professores e amigos que me inspiraram para escrever este livro. Especialmente a João Luiz, Verde e Raquel, as *Culturettes*, Flavia, Mayelle e Raquel, Janete e Iberê, Geraldine, Luciane e Patrícia, Márcio e Ana Lucia, Ana Luiza, Adilson e Mônica, Jusiane e Verônica, Luciana e Paulo da Teddy Bear, Rubens e Laércio, Alessandra da Autonomia, Cida da APLISC, Carol e Eliza da NAP da UFPR, Sérgio e Juliet, Jan, Sid e Carmen, Isabela e Susana, Katia, Alemão, Elvis e o grupo do *English Breakfast* em Jurerê.

Para Clarissa Oliveira, que acreditou no potencial desta ideia, e que suportou com paciência a minha falta de experiência.

Para Guedes, que conseguiu colocar no papel as imagens que estavam na minha cabeça.

Para Paul Seligson, que sempre mostrou entusiasmo e fé no trabalho de um escritor desconhecido como eu, e por toda a ajuda em divulgar este projeto.

Para Denise, Rejane e Johnny pelas revisões e comentários valiosos sobre o texto.

Gostaria de agradecer também à Livraria Guerreiro em Curitiba, à Cultura Inglesa (Sede Mercês – Curitiba), ao NAP na UFPR e à International House, em Londres.

Agradeço, sobretudo, à minha esposa Vanessa, que me deu a oportunidade de realizar o meu sonho.

CAP. DE AMOSTRA

Sumário

INTRODUÇÃO • Estratégias de aprendizagem e técnicas de memorização ix

PARTE I Vocabulário

- 1 ERROS COMUNS DO ALUNO BRASILEIRO • Como evitar gafes típicas** 3
- 2 FRASES TÍPICAS COM ERROS COMUNS • Como memorizar as frases corretas** 37
- 3 FALSOS COGNATOS • Como se lembrar dos “false friends” mais comuns** 55
- 4 “PHRASAL VERBS” • Dicas para você gravar os verbos mais usados** 87
- 5 EXPRESSÕES DO DIA A DIA • Técnicas para usar na hora H** 127

PARTE II Gramática

- 6 TEMPOS VERBAIS • Use o correto tempo verbal em qualquer situação** 159
 - 7 PREPOSIÇÕES • Aprenda de uma vez** 179
 - 8 A ORDEM DAS PALAVRAS • Não se atrapalhe mais** 195
 - 9 CONDICIONAIS • Saiba se expressar bem** 203
 - 10 PRONOMES RELATIVOS • Fixe a diferença na sua memória** 211
- Respostas aos exercícios** 217

**ESCUTE TODAS AS PALAVRAS-CHAVE, EXEMPLOS
E EXERCÍCIOS ACOMPANHADOS DESTE SÍMBOLO:**



PARA OUVIR AS FAIXAS DE ÁUDIO E FAZER DOWN-
LOAD DO MATERIAL, ACESSE O SITE DA ALTA
BOOKS (WWW.ALTABOOKS.COM.BR) E PROCURE
PELO TÍTULO DO LIVRO.

INTRODUÇÃO •

Estratégias de aprendizagem e técnicas de memorização

Como funciona a memória

O que exatamente significa memória e quais dos estimados 100 bilhões de células nervosas do cérebro humano são responsáveis por ela? Como se poderia estimular a memória para funcionar melhor, especificamente para recordar uma língua estrangeira? Apesar da grande quantidade de estudos dessas questões, até hoje as pesquisas a respeito não são conclusivas. Entretanto, é de consenso geral que a memória serve como instrumento para uma diversidade de processos que, na verdade, podem ser distintos, e que não existe uma região específica do cérebro para a memória; ao contrário, ela está espalhada por várias regiões usadas de acordo com as associações de cada tipo de memória. Além disso, algumas distinções importantes podem ser feitas:

Memória de curto prazo e de longo prazo: a primeira é a memória que se usa quando se precisa lembrar um número de telefone, por exemplo – um processo transitório, instável e limitado, que necessita de atenção e prática repetitiva para levar à memória mais permanente e estável de longo prazo. Pessoas que sofrem de amnésia geralmente têm uma memória de curto prazo igual à das outras pessoas; logo, os processos podem ser separados, mas parece que a memória de curto prazo opera para servir à de longo prazo. A memória de longo prazo pode ser dividida em dois tipos: *implícita* (coisas que são lembradas automaticamente, sem a necessidade de um pensamento consciente – dirigir um carro, por exemplo) e *explícita* (aquela que ainda precisa de algum tipo de processo mental para ser acessada – usada sobretudo para lembrar eventos ou fatos).

A grande questão, naturalmente, é como a memória de curto prazo aos poucos vai se tornando memória de longo prazo. A evidência é que, quando a memória mais transitória é repetida e treinada com bastante **frequência** (um telefone novo que se usa no dia a dia, por exemplo), pode ficar consolidada e começar a entrar na região da memória mais permanente. Exatamente como isso

acontece ainda permanece desconhecido. Entretanto, o que parece bem claro é que essa transferência pode ser fortalecida através de **associações mentais**, tanto no momento de guardar informações na memória quanto ao acessá-las no futuro. Por exemplo, a visualização de um número de telefone escrito, imaginando os itens em uma lista de compras distribuídos pela sua casa, ou lembrando-se do nome daquele restaurante na praia ao se lembrar das ondas, do cheiro do mar, do calor do sol nas suas costas ou da areia fina entre seus dedos.

Quanto maior o número de conexões no cérebro, maior é a probabilidade de essa memória passar para a memória de longo prazo. A exploração desse tipo de associação vai formar a parte central deste livro: como você pode ajudar seu cérebro a formar conexões com seu conhecimento preexistente para melhorar seu inglês na hora de falar.

Como melhorar a memória

A ideia de associações mentais não é nova; os gregos desenvolveram um sistema de memorização chamado de “mnemônico”, baseado em três princípios de memória: o de **associação** (relacionado com cores, gostos, texturas e cheiros, além das experiências pessoais); o de **imagem** (uma representação detalhada e multissensorial); e o de **local** (um lugar específico para guardar memórias, como a organização de uma biblioteca). Hoje em dia, existem várias técnicas de memorização que exploram mais esses princípios e, entre elas, destaca-se a de um dos grandes gurus da área, Tony Buzan, que divide o processo em 11 técnicas centrais para estimular e melhorar a memória:*



* A representação diagramática é minha, e não dele.

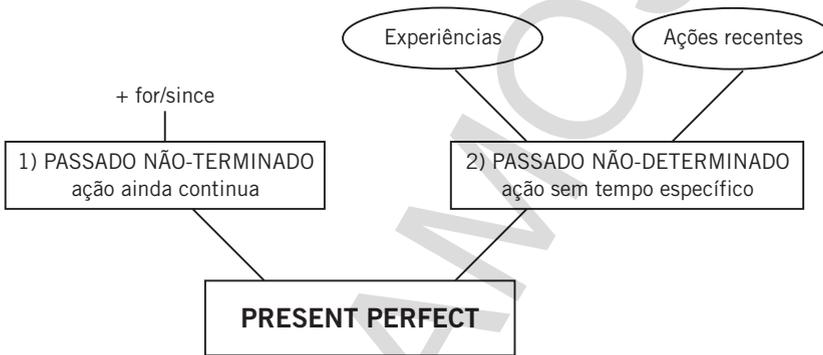
A questão de como funciona a memória, no contexto mais amplo de como nós aprendemos, é também discutida em vários estudos atuais (*Programação Neurolinguística*, entre outros), que vêm apresentando algumas observações interessantes sobre o processo de aprendizagem:

- **Pessoas diferentes aprendem de maneiras diferentes:** cada um de nós tem objetivos, personalidade e estratégias diversas. É importante, então, procurar o seu próprio estilo e ter flexibilidade para experimentar modos alternativos de aprendizado. É natural que pessoas diferentes recorram, de acordo com sua preferência, a um ou a mais de um dos sentidos: **visão, audição, cinestésico, olfato e paladar.**
- Mesmo se existir um jeito correto de aprender (ou correto para cada indivíduo), **o cérebro responde melhor quando há o máximo de variedade.** Como a expressão em inglês “*Variety is the spice of life*” (*A variedade é o tempero da vida*), quanto mais diversos forem os estímulos que o cérebro receber, mais eficiente se torna a forma de aprender.
- **Nós aprendemos melhor quando estamos nos divertindo.** Apesar da imagem séria que a maioria das pessoas tem do “aprender”, é exatamente através da diversão que conseguimos aprender sem um esforço mental consciente.
- Usando a nossa **humanidade** e a nossa **experiência**, podemos ter grande influência no sucesso de nossos estudos.
- **Errar não é uma coisa ruim**, muito pelo contrário, faz parte do processo de aprendizagem natural que todo mundo usa desde pequeno. Você pode sempre aprender mais com seus erros em vez de se sentir desmoralizado por essa etapa fundamental do processo de aprendizagem.
- **Pensamentos positivos são importantes:** acredite no seu potencial! Comece confiante de que “você vai aprender inglês, sim!”, “você consegue se lembrar, sim!” e só precisa fazer um pouco de esforço de forma regular.
- **A mente e o corpo são interconectados.** Para estudar, procure um ambiente tranquilo (com iluminação do jeito que você gosta, com uma vista tranquila), feche os olhos e procure a posição mais confortável para o seu corpo, fique consciente da sua respiração e sorria (isso mesmo!)

- **Pronúncia:** para lembrar da pronúncia correta de palavras difíceis, por exemplo, “fruit”/fruit/ (fruta), “juice”/djuus/ (suco) e “suit”/suut/ (terno), você pode imaginar um homem derramando suco de fruta no terno.
- **Gramática:** um bom exemplo é o tempo verbal “Present Perfect” que, apesar de ter aspectos complexos, pode ser simplificado visualmente:



Fruit juice on the suit.



Como explorar a memória auditiva

- Ponha uma música ambiente para tocar, especialmente clássica, como Mozart, Vivaldi, Bach ou Händel, um pouco antes ou durante o período de estudo. É incrível como isso pode relaxar o corpo e a mente e, portanto, aumentar a capacidade da memória.
- Aprenda através de **letras de músicas**; escute e cante ou assista a vídeos com as letras, anote as palavras separando-as em categorias; ouça as canções sem ler as letras, anotando passo a passo tudo que conseguir entender ou de três em três linhas; crie o seu próprio exercício de lacunas, apagando algumas palavras das letras para depois completar as frases ao ouvir a música.
- **Repetição oral (e gravação)**. Pode ser óbvio, mas, quanto mais prática você tem, maior a probabilidade de melhorar o seu inglês oral. E não é preciso necessariamente *conversar* para tornar útil essa prática, muito menos conversar somente com um nativo. A prática muscular é tão

importante quanto a prática de um instrumento musical, e existem várias formas de repetição que você pode fazer sozinho, como parte integrante do seu estudo.

No estudo de palavras e frases, exercite o *som* das palavras e das sílabas falando bem alto e depois bem baixo, falando mais rápido ou mais devagar, falando com emoções diferentes, com educação, raiva, timidez, impaciência, confusão etc.

Pense em um contexto no qual você poderia usar as expressões; por exemplo, no escritório, em um restaurante, em uma prova oral ou falando com alguém em uma festa. Tente imaginar que você está agora em um desses locais.

Use uma variedade de repetição, por exemplo:

- a. **Construindo** uma frase aos poucos (beach...the beach...to the beach... going to the beach....I'm going to the beach), começando pelo final ou pelo início da frase;
- b. **Substituindo** uma parte da frase (I'm going to the beach...hotel...I'm going to the hotel etc.);
- c. **Transformando** a frase, por exemplo, de positiva em negativa (I'm going to the beach...I'm not going to the beach), de uma pessoa em outra (he's going to the beach....we're going to the beach) ou o tempo verbal (I went to the beach...I was going to the beach);
- d. **Completando** a frase (If I go to the beach.... I'll go swimming, I'll get a tan, I'm going to burn);
- e. **Cantando**, estilo coral. Repetição de frases com ritmo bem marcado: I started working here in May..... She's the girl I met last night..... All my friends are married too..... Would you like a cup of tea?

Dois exemplos de memória auditiva utilizada neste livro:

- I. **Ênfase correta em palavras compostas, por exemplo:** “cheeseburger”, “e-mail” ou “supermarket”. Primeiro fale a palavra 10 vezes em voz alta com a ênfase na primeira parte, então fale a primeira parte em voz bem alta, quase gritando, e a segunda numa voz bem baixa: **CHEESE**burger... **E**-mail... e repita assim várias vezes. A partir disso, você pode formar frases relevantes para o seu contexto, tais como: “I had a **cheese**burger for lunch”, “I'm going to write some **e**-mails”, “we have to go to the **super**market”, e repita toda a frase em uma voz baixa, menos o “cheese” de “cheeseburger”, o “e” de “e-mail”, e o “super” de “supermarket”.

2. **Pronúncia correta de palavras difíceis através de rimas:** uma palavra como “steak” /steik/ fica mais fácil de ser lembrada quando você compara com o som do verbo “make”; então, você só precisa se lembrar da frase “I’m going to make a steak” (*Vou fazer um bife*). Agora você nunca mais vai ‘make a mistake’ (*cometer um erro*)!

Como explorar a memória cinestésica (do corpo e dos sentimentos)

*Se ouço, esqueço
Se vejo, me lembro
Se faço, sei*
(Provérbio chinês)

- Sempre que for possível, procure tocar nos objetos ou realizar as ações que está estudando, fechando os olhos e repetindo a palavra ou frase ao mesmo tempo. É claro que também é necessário usar a imaginação para pensar na sensação que traria o contato real com aquilo que está sendo estudado (objetos, lugares, movimentos e emoções).
- Combine atividade física com atividade mental. Bata palmas ou os pés, balance a cabeça, levante-se da cadeira, dê uma volta pela sua casa. Faça mímicas para reforçar fisicamente a linguagem; por exemplo, uma série de verbos relacionados a um tópico como “dirigir um carro” (página 125). Você pode seguir a sequência de ações enquanto repete várias vezes os verbos em inglês; “get in the car”, “put on your seatbelt”, “switch on the engine”, “look in the mirror”, “indicate”, “pull out” etc.
- Faça alguma atividade física enquanto estuda, simplesmente para distrair a mente consciente e deixar seus processos subconscientes se concentram na tarefa sem interferências. Por exemplo, para se lembrar das frases com os verbos “make” e “do” (página 21), repita-os enquanto estiver fazendo a barba ou maquiagem, vestindo-se, lavando a louça, correndo na esteira ou dirigindo.
- Combine movimento com memória visual, colocando etiquetas nos objetos em sua casa ou no seu local de trabalho. Toda vez que abrir o armário, você verá escrita a palavra “wardrobe” ou uma frase do tipo “now I need to close the wardrobe” (*agora preciso fechar o armário*).

Como explorar as memórias de olfato e paladar

- Imagine que está estudando vocabulário referente à comida. Tem coisa melhor para dar água na boca do que “a barbecue” (*um churrasco*)? Feche os olhos e imagine que está na sua churrascaria preferida. Primeiro, vem a “sausage”/sósidj/ (*linguiça*). Sinta o cheiro... Repita a palavra em inglês, em voz alta, cinco vezes. Sinta o gosto, a textura, a temperatura. Repita mais cinco vezes. Agora vem um bife, “a steak” /steik/, exatamente como você gosta. Repita o processo e a palavra em inglês, depois com “lamb”/lam/ (*carne de carneiro*), “chicken hearts”/rarts/ (*coração de galinha*) e “garlic bread”/garlik bréd/ (*pão de alho*).
- Você sabe como se fala “cadarço” em inglês? Não? Então, imagine-se usando seu tênis mais velho, aquele que deveria jogar fora, mas não consegue. Imagine-se caminhando durante um dia quente, sentindo o seu pé suado e meio melecado no sapato. Agora, desamarre o cadarço e retire o tênis; ponha o nariz dentro, inspire... bum! Sinta o cheiro de... chulé: “shoe laces” (cadarço em inglês – mas, com a ênfase no “shoe”). Repita a combinação várias vezes: chulé, shoe laces; chulé, shoe laces (ainda pensando no odor do tênis). Nojento, é claro, mas difícil de esquecer!



Memória e associação

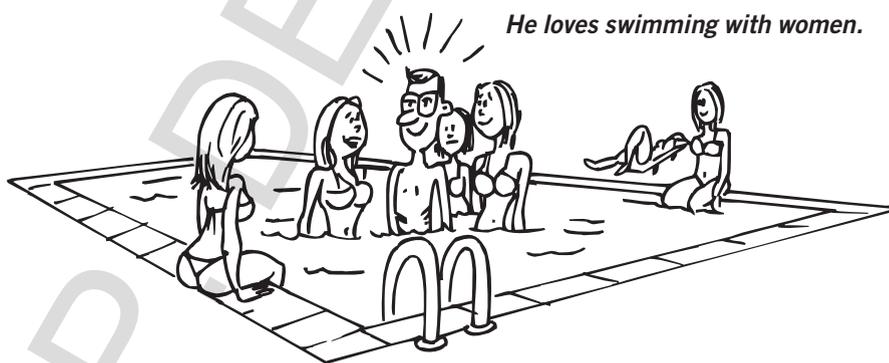
O segundo dos princípios mais importantes refere-se ao funcionamento da memória por um sistema organizado de associações; quanto mais o cérebro puder associar uma informação com outras informações já processadas, melhor será a probabilidade de reter essa informação.

Associações com experiências e contextos: colocar novas informações no “arquivo mental”, junto com outras coisas, pessoas, lugares, situações ou emoções. Isso pode ser aplicado no estudo de idiomas se você imaginar as palavras ou frases que está estudando dentro de um contexto familiar; por exemplo, na sua casa ou no seu quarto, ou em uma festa ou reunião da qual participou. Experimente:

- Selecione cinco palavras que quer memorizar e tente visualizar cada uma em um local ou situação que você conhece muito bem – escritas em uma folha ou na parede, coloridas, em blocos tridimensionais que se pode tocar ou passar entre pessoas.
- Passeie pelo bairro, passando pelos pontos principais e vendo as palavras escritas nos prédios, lojas, ruas e carros.
- Visualize pessoas famosas ou conhecidas com a palavra escrita na testa ou segurando placas com as palavras ou fazendo as mímicas para demonstrar as expressões.

Associações no nível linguístico: faça conexões mentais com o que já sabe da estrutura de idiomas, com a forma ou com o som de palavras, para estimular a memória. Por exemplo:

- *Entre uma palavra em inglês e uma palavra em português;* por exemplo: a pronúncia da palavra **huge** (*enorme*) é quase igual à primeira sílaba da cidade **Rio de Janeiro**; portanto, você pode se lembrar da frase **Rio de Janeiro is huge**.
- *Entre uma palavra em inglês e outra palavra em inglês;* por exemplo, para lembrar-se da pronúncia correta de **women** (*mulheres*), você pode fazer uma conexão fonética com a palavra **swimming** (*nadando*), porque assim você poderá lembrar-se, graças a uma frase simples, de que as duas têm mais ou menos a mesma pronúncia: **swimm(in)g with women** (*nadando com mulheres*).



- *Traduções ao pé da letra.* Por exemplo, a expressão comum **a pain in the ass** (*um pé no saco, uma mala sem alça*) fica mais fácil de gravar se você traduzir como *uma dor na bunda* e fizer uma imagem para conectar as duas coisas: uma coisa ou pessoa irritante que literalmente te dá uma dor na bunda! (Veja a página I29.)

Associações culturais: que façam sentido por causa da sua identidade como brasileiro.

- Para lembrar-se da letra **Y** em inglês: feche os olhos e pense em um mineiro famoso ou que você conhece e imagine essa pessoa falando **uai** bem alto, e veja a letra **Y** bem grande saindo da boca numa bolinha: **uai = Y**.
- Por exemplo, **aquecedor** em inglês (britânico) é **heater**, que tem quase a mesma pronúncia de **Rita** em português: *Rita Lee = Aquecedor Lee!* Ou a pronúncia da palavra **beer** (*cerveja*), que parece o nome **Bia** de Beatriz; então, podemos formar a frase **Bia loves beer**, de preferência pensando em alguém com esse nome.



Memória e organização

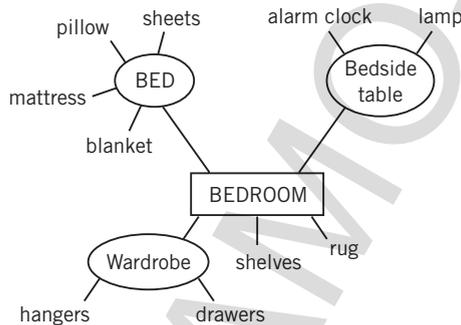
Outra grande influência sobre a eficiência da memória é uma extensão dos princípios de associação: como informações novas são *organizadas* para facilitar os processos cerebrais.

Organização de objetivos: antes de começar a estudar, é preciso pensar no seu objetivo específico para aprender esse idioma (talvez isso lhe pareça óbvio) e fazer uma lista de todos os tipos de situações em que você vai usar o inglês e das habilidades necessárias para desenvolvê-las melhor (vocabulário, pronúncia, gramática, fala e compreensão da língua falada e escrita). Você pode fazer uma tabela com “situações” em um eixo e “habilidades” no outro, e usá-la para organizar a proporção dos estudos que vai dedicar a cada um dos aspectos.

Organização de material: prepare cuidadosamente o modo como você vai anotar e guardar expressões novas. Antes de tudo, decida se vai usar uma pasta (com etiquetas para cada assunto a ser estudado), um caderno ou vários cadernos (um para cada assunto), arquivos diferentes no computador ou um sistema de fichas de referência. Há bastante evidência de que itens relacionados semanticamente são guardados juntos no cérebro; então, procure organizar anotações de acordo com tópicos e processos, e recordar frases e expressões inteiras mais do que palavras isoladas. Finalmente, faça uma lista de outros recursos disponíveis para servir de apoio aos seus exercícios escritos: computador, TV, vídeo/DVD, biblioteca, laboratório de línguas, clubes de inglês etc.

Organização no papel: A maneira tradicional de se organizar palavras/frases novas é com o inglês de um lado e a tradução de outro. Porém, é muito importante também pensar no contexto em que aquele item será usado e em um exemplo que reflita o contexto (veja a seguir). Não se esqueça de deixar um espaço entre as duas colunas para depois poder dobrar a página ou cobri-la e repassar o vocabulário. Além disso, você pode experimentar outras formas de anotação:

- **Mind maps** (*mapas mentais*), que usam uma apresentação mais esquemática do que linear, e podem ser ampliados a cada vez que você encontra outro item da mesma categoria.



- **Tabelas e gráficos** para reforçar as combinações comuns de palavras (as chamadas “*colocações*” ou **collocations**) ou para visualizar as variações usando certo grupo de palavras.

strong	—	wind	Considerably (f)*	bigger	
		coffee		better	
		possibility		Much	heavier
				Way (inf)	more expensive

*(f) linguagem formal; (inf) linguagem informal

- **Desenhos** para explorar ainda mais a memória visual. Qualquer representação simples vai dar outra referência para ajudar o seu cérebro; pode ser um objeto ou uma pessoa, uma ação ou uma cena.
- **Formas de escrever** diferentes. Além de escrever normalmente em reta e de tentar visualizar a forma da palavra (que sobe e desce e que pode ser dividida em partes), você pode usar também as seguintes formas:

$$\begin{matrix} t_u_r \\ d_{nuo}r_a^n \end{matrix} \quad b r i d g e \quad b u m p y \quad r o a d \quad f a l l \ a s l e e p$$
IMpolite

- **Exemplos:** relevantes e de *fácil memorização*, e não simplesmente uma tradução direta sem nenhuma referência. Para oferecer ao cérebro um ponto de referência que auxilia no processo de memorização na hora de falar, sempre procure exemplos:

Personalizados – pense nas situações mais prováveis nas quais irá querer usar uma palavra ou expressão; inclua pessoas, lugares e coisas que são diretamente relevantes no seu caso pessoal.

Comuns – procure pensar em exemplos com frases que são usadas frequentemente, que deveriam ser uma consequência natural ao estudar assuntos pessoalmente relevantes. Lembre-se da importância de combinações comuns de palavras; as chamadas *colocações* (Veja a página XIX).

Com humor, irreverência e sexo – Aproveite-se do fato de que o cérebro humano às vezes registra melhor coisas *incomuns*, aquilo que não segue as regras normais de classificação mental. Procure sempre elaborar exemplos engraçados ou estranhos, irreverentes ou até chocantes.

Reciclagem

Outro fator fundamental no processo de transferência de informações para a memória de longo prazo é a reciclagem, ou seja, revisar com frequência tudo o que já foi estudado. Várias pesquisas mostram que, apesar da possibilidade de termos lembranças detalhadas de eventos ou fatos ocorridos há muito tempo, em geral, nossa capacidade de recordar vai diminuindo com o tempo ou as lembranças vão se desgastando pouco a pouco, como os dentes. Veja o gráfico a seguir:

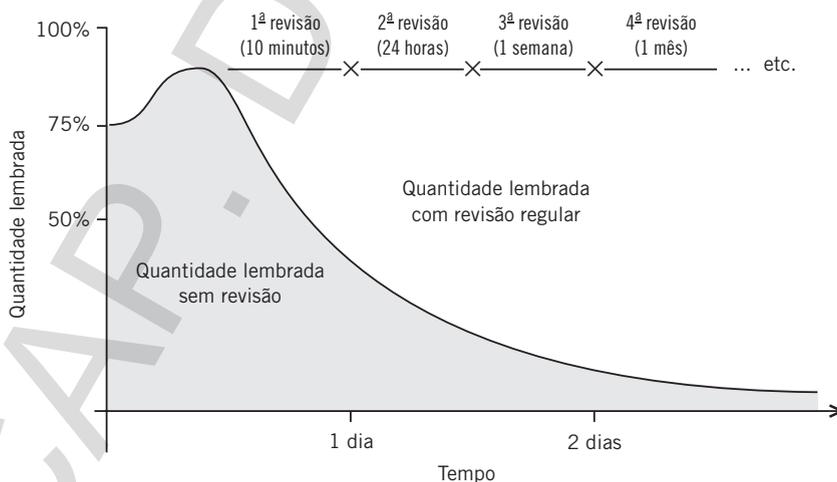


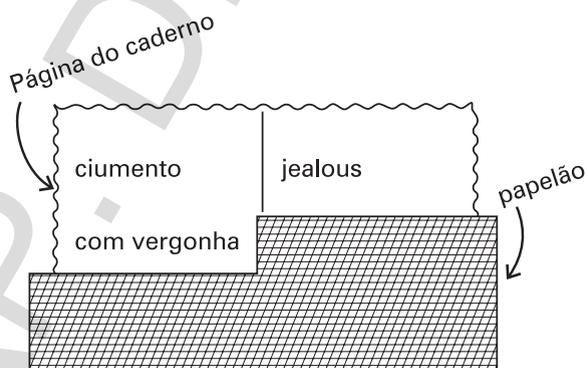
Gráfico 1. Adaptado do livro *Learning to Learn English* (CUP).

Portanto, quanto mais você repete e altera a prática de palavras ou frases novas, maior é a probabilidade de que seu cérebro consiga transferir essas informações para a memória mais permanente e mais acessível. As etapas de reciclagem podem ser divididas em três:

1. Durante o período de estudo – no meio ou no final da aula.
2. Até 24 horas depois, ou pelo menos no próximo período de estudo.
3. Durante o curso; uma semana, um mês, um semestre ou um ano depois.

Dicas para reciclagem de vocabulário

- Para começar, tente se esforçar ao máximo para lembrar-se das palavras, sem olhar no caderno. Feche os olhos e tente visualizar tudo o que foi visto em uma aula ou tópico de estudo.
- Reorganize as expressões em tópicos: olhe para uma seleção de aulas ou tópicos (quatro, por exemplo) e escolha frases com vocabulário ou estruturas importantes e difíceis. Copie-as em uma folha de papel, misturando bem todas as frases. Em seguida, feche os livros e escreva tudo de novo, de acordo com os tópicos originais, fazendo uma série de repetições orais.
- Corte um pedaço de papelão na forma de um L, do comprimento de uma página de caderno, para deixar visíveis as palavras em inglês, mas não a tradução em português. Depois, vire o papelão para fazer o contrário; a tradução do português para o inglês.



- Escreva palavras ou frases em pedaços de papel, coloque-as de cabeça para baixo, depois vire o papel e imagine que precisa explicar essas expressões em inglês para outra pessoa, usando frases do tipo: **It's a**

person who (É uma pessoa que...), **It's a thing used for... ing** (É uma coisa usada para fazer), **This is a place where...** (*Esse é um lugar onde...*), **This is when you...** (*Isso é quando você...*), **It's a noun/adjective/adverb which means...** (É um substantivo/adjetivo/advérbio que significa...)

- Escreva um texto curto que inclua exemplos das expressões em contextos reais. Quanto mais você usar a sua imaginação para reforçar a linguagem, mais facilmente elas irão ficar na memória.
- Experimente um jogo, mesmo que sozinho. Um bom exemplo é um simples jogo de memória: escreva dez palavras ou frases novas em pedaços de papel e ponha as respectivas traduções ou definições em outros dez pedaços. Vire-os de modo a não ver as palavras; inglês de um lado, português do outro. Depois, escolha uma palavra/frase e tente falar em voz alta em inglês. Se acertar, tire a palavra/frase; se não, coloque de volta de cabeça para baixo.
- Estude em etapas: primeiro, anote e repita a palavra/frase no caderno com pronúncia, tradução e exemplo relevante; depois, copie-a em uma etiqueta tipo Post-it e coloque-a na cozinha, no banheiro, ao lado do computador ou da televisão etc. Posteriormente, troque-as de lugar, por exemplo, para outra parte da casa ou do seu local de trabalho, ou ponha no carro etc.
- Faça anotações no caderno durante o período de estudo; repasse as lições e faça um autoexercício com as expressões; passe as palavras ou frases mais difíceis para outra folha de papel, repita-as e exercite-se; faça outra lista de modo a diminuir cada vez mais a quantidade de expressões que não consegue fixar.
- Escreva o vocabulário e a pronúncia em um pedaço de pedaço de papel (10 cm × 5 cm), com a tradução, a definição ou uma imagem no verso. Guarde-o em um saco ou envelope e tire-o várias vezes, exercitando-se, até ficar convencido de que irá se lembrar das expressões a longo prazo.