

«КОРОТКИЙ УРОК-РАССКАЗ ДЛЯ ТЕХ, КТО ЗНАЕТ ГРАММАТИКУ,  
НО МОЛЧИТ В РЕАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ»

# КАК НАЧАТЬ ГОВОРИТЬ

ДАЖЕ ЕСЛИ ВЫ ЗАБЫЛИ ВСЁ

А.А. КРУТОГОЛОВА

А. А. Крутогolóва

**Как начать говорить,  
даже если вы забыли всё**

«Автор»

2026

## **Крутоголо́ва А. А.**

Как начать говорить, даже если вы забыли всё /  
А. А. Крутоголо́ва — «Автор», 2026

Вы знаете грамматику, но немеете, когда нужно заговорить? Эта книга - 5 простых и действенных лайфхаков, которые помогут вам сломать барьер и начать говорить на английском уже сегодня. Короткий урок-рассказ опытного преподавателя, без скучных правил - только то, что реально работает. Для любого уровня - от Beginner до Intermediate. От автора международных фэнтези-циклов "АЕРЕА" 12+ и "Квинтарра" 18+, опубликованных на двух языках.

© Крутоголо́ва А. А., 2026

© Автор, 2026

# Содержание

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| Предисловие                       | 5 |
| Почему мы молчим?                 | 7 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 8 |

# Как начать говорить, даже если вы забыли всё

## Предисловие

*“Я учу английский годами! Возможно, даже знаю времена лучше, чем некоторые носители. Но когда в реальной жизни нужно сказать хоть слово - я теряюсь...”*

Если бы мне давали доллар каждый раз, когда я слышу эту фразу на уроках... я бы всё равно написала эту книгу, ведь страх общения не пропадает в зависимости от того, работаете ли вы в продуктовом магазине или же владеете многомиллионной компанией.

**Ксеноглоссофобия** (*a.k.a. языковой барьер*) погубила больше самооценок, чем несносные зеркала в примерочных с дешёвым освещением, подчёркивающим все надоедливые изъяны, от которых мы никак не можем избавиться.

То же самое происходит и во время общения. Особенно с незнакомым нам человеком. *Особенно на иностранном языке.*

Однако есть один нюанс: зачастую, проблема кроется даже *НЕ* в отсутствии должных знаний. Проблема в том, как работает ваш мозг, когда вы оказываетесь в стрессовой ситуации.

Человеческий мозг – невероятно сложная вещь, тайны которой мы, возможно, не постигнем никогда. Но всё же, чтобы разобраться с волнующей нас проблемой, нам не обязательно бежать на МРТ или же оплачивать годовую подписку на сеанс у психотерапевта, ведь ответы на наши вопросы находятся буквально на поверхности.

Давайте же разберёмся, что *на самом деле* заставляет нас молчать.

# ПОЧЕМУ МЫ МОЛЧИМ?

## Почему мы молчим?

### 1. Страх ошибки (перфекционизм)

**Суть:** *Мы боимся выглядеть глупо, сделать ошибку и потерять лицо.*

Помните, как в школе учительница на глазах у всего класса говорила: *“Неправильно!”* или же озвучивала оценки за провальную контрольную, к которой вы не готовились, и вы краснели? Думаю, многим знакомо это чувство. Мне до сих пор сняться кошмары о том, как я стою у доски на уроке алгебры...

Так вот. Этот страх въедается в нас.

Во взрослом возрасте он становится ещё сильнее: мы же успешные люди, мы не можем ошибаться! Поэтому в голове включается внутренний критик: *“Не говори, пока не будешь уверен на 100%”*.

Но проблема в том, что 100% уверенности в живом языке **НЕ БЫВАЕТ**. Даже носители ошибаются, запинаятся, переспрашивают. Они просто не застревают на этом.

### Пример из жизни:

Прожив на Шри-Ланке практически год, я столкнулась с огромным количеством людей из разных стран и слоёв общества, но больше всего мне запомнился случай с таксистом который произошёл с нами практически в тот же день, как мы прилетели туда.

*Hinglish (Hindi+English)* – вариация английского языка, получившая отдельное место в его истории благодаря своей распространённости. И наш таксист разговаривал именно на ней.

Это был, пожалуй, один из самых запутанных разговоров в моей жизни...

Вспоминая все возможные грамматические комбинации и синонимы, я переспрашивала одни и те же вопросы по несколько раз, в ответ получая лишь удивлённое выражение лица человека, абсолютно недоумевающего о том, что именно от него хотят. Мои попытки продолжались ровно до тех пор, пока моя подруга (на ломаном английском и с глубоким славянским акцентом) не переспросила его тот же вопрос, который я задавала вот уже десять минут.

И её тут же поняли. *С первого раза.*

*“Ты видимо плохо знаешь язык, ничего страшного!”* – мужчина обратился ко мне, заметив моё покрасневшее от возмущения лицо. Эта фраза вызвала во мне бурю негодования.

*Как же так! Я ведь использовала все свои знания и идеальное американское произношение, которое ставила годами, но меня так и не поняли? Зато акцент и банальная грамматика “зашли” на ура?!*

Пожалуй, именно в этот момент я поняла на сколько мы сами усложняем себе жизнь, пытаясь быть идеальными.

Суть языка проста – передать главную мысль. Как говорила моя преподавательница в универе: *“Если собеседник понял, что вы хотите ему сказать – коммуникация состоялась”*.

Этот опыт стал для меня настоящим открытием и спасением в ситуациях, когда ученики на первом же уроке признаются в своём страхе живого общения. На что я смело отвечаю им, что *“здоровый идиотизм”* должен быть всегда и во всём, ведь пока вы сомневаетесь в своих силах, пытаетесь подогнать себя под несуществующий идеал, кто-то просто берёт и делает.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.