

2016年 考研英语二段落小标题（7选5） Section II Part B · 41-45 题 答案与解析

HEADINGS & ANALYSIS · 小标题匹配题和解析

小标题匹配题和解析 · 41-45 题

本页 41-45 题的小标题匹配答案与逐空解析由懒笔记基于2016年 考研英语二段落小标题（7选5）原卷逐题核对整理。与试卷排版同一卷面：Directions、11 段带空原文（逐段附中文翻译）与 A~G 共 7 个候选小标题连续排印；卷面下方逐空紧跟解析——正确候选及其中译、区间主旨与主旨句位置、同义匹配钩子，以及最具迷惑性竞争项的逐个辨析与代入验证。

英语二真题(2016)

Section II Part B

Directions:

Read the following text and answer the questions by choosing the most suitable subheading from the list A-G for each of the numbered paragraphs (41-45). There are two extra subheadings which you do not need to use. Mark your answers on the ANSWER SHEET. (10 points)

As adults, it seems that we are constantly pursuing happiness, often with mixed results. Yet children appear to have it down to an art – and for the most part they don't need self-help books or therapy. Instead, they look after their wellbeing instinctively, and usually more effectively than we do as grownups. Perhaps it's time to learn a few lessons from them.

作为成年人,我们似乎一直在追求幸福,但结果往往好坏参半。然而孩子们似乎已经将此变成了一门艺术——而且在大多数情况下,他们不需要自助书籍或心理治疗。相反,他们本能地照顾自己的幸福感,而且通常比我们成年人做得更有效。也许是时候向他们学习一些经验了。

(41)_____

表达你的情绪

What does a child do when he's sad? He cries. When he's angry? He shouts. Scared? Probably a bit of both. As we grow up, we learn to control our emotions so they are manageable and don't dictate our behaviours, which is in many ways a good thing. But too often we take this process too far and end up suppressing emotions, especially negative ones. That's about as effective as brushing dirt under a carpet and can even make us ill. What we need to do is find a way to acknowledge and express what we feel appropriately, and then – again, like children – move on.

当孩子悲伤时他会做什么?他会哭。当他生气时呢?他会大喊。害怕时呢?可能两者兼有。随着我们长大,我们学会控制自己的情绪,使它们变得可控且不会支配我们的行为,这在很多方面是件好事。但我们往往把这个过程推得太远,最终压抑情绪,尤其是负面情绪。这就像把灰尘扫到地毯下一样无效,甚至可能让我们生病。我们需要做的是找到一种方法来恰当地承认和表达我们的感受,然后——再次像孩子一样——继续前进。

(42) _____

容易满足

A couple of Christmases ago, my youngest stepdaughter, who was nine years old at the time, got a Superman T-shirt for Christmas. It cost less than a fiver but she was overjoyed, and couldn't stop talking about it. Too often we believe that a new job, bigger house or better car will be the magic silver bullet that will allow us to finally be content, but the reality is these things have very little lasting impact on our happiness levels. Instead, being grateful for small things every day is a much better way to improve wellbeing.

几年前的圣诞节,我最小的继女当时九岁,她收到了一件超人T恤作为圣诞礼物。它的价格不到五英镑,但她欣喜若狂,不停地谈论它。我们常常相信一份新工作、更大的房子或更好的汽车会成为让我们最终感到满足的神奇灵丹妙药,但现实是这些东西对我们的幸福水平几乎没有持久的影响。相反,每天对小事心怀感激是提高幸福感的更好方法。

(43) _____

表现得傻乎乎

Have you ever noticed how much children laugh? If we adults could indulge in a bit of silliness and giggling, we would reduce the stress hormones in our bodies, increase good hormones like endorphins, improve blood flow to our hearts and even have a greater chance of fighting off infection. All of which would, of course, have a positive effect on our happiness levels.

你有没有注意到孩子们笑得有多频繁?如果我们成年人能够沉浸在一点傻乎乎和咯咯笑中,我们就能减少体内的压力激素,增加像内啡肽这样的有益激素,改善心脏的血液流动,甚至有更大的机会抵抗感染。所有这些当然会对我们的幸福水平产生积极影响。

(44) _____

享受乐趣

The problem with being a grownup is that there's an awful lot of serious stuff to deal with – work, mortgage payments, figuring out what to cook for dinner. But as adults we also have the luxury of being able to control our own diaries and it's important that we schedule in time to enjoy the things we love. Those things might be social, sporting, creative or completely random (dancing around the living room, anyone?) – it doesn't matter, so long as they're enjoyable, and not likely to have negative side effects, such as drinking too much alcohol or going on a wild spending spree if you're on a tight budget.

成为成年人的问题在于有大量严肃的事情要处理——工作、抵押贷款、想清楚晚饭做什么。但作为成年人,我们也拥有能够控制自己日程安排的奢侈,重要的是我们要安排时间去享受我们热爱的事物。这些事情可能是社交的、体育的、创造性的或完全随机的(在客厅里跳舞,有人愿意吗?)——这无关紧要,只要它们是令人愉快的,并且不太可能产生负面副作用,比如在预算紧张的情况下喝太多酒或疯狂消费。

(45) _____

不要想得太多

Having said all of the above, it's important to add that we shouldn't try too hard to be happy. Scientists tell us this can backfire and actually have a negative impact on our wellbeing. As the Chinese philosopher Chuang Tzu is reported to have said: "Happiness is the absence of striving for happiness." And in that, once more, we need to look to the example of our children, to whom happiness is not a goal but a natural byproduct of the way they live.

说了以上这些之后,重要的是要补充一点,我们不应该过于努力地追求幸福。科学家告诉我们,这可能会适得其反,实际上会对我们的幸福感产生负面影响。正如据说中国哲学家庄子所说:'幸福就是不刻意追求幸

福。'在这一点上,我们再次需要以孩子们为榜样,对他们来说,幸福不是一个目标,而是他们生活方式的自然副产品。

[A] Be silly

[B] Have fun

[C] Ask for help

[D] Express your emotions

[E] Don't overthink it

[F] Be easily pleased

[G] Notice things

41. (41)_____

【答案】 [D] 段尾

【小标题】 Express your emotions

表达你的情绪

【主旨】 承认并恰当表达情绪

本段先描述孩子难过就哭、生气就喊,再指出成年人常把控制情绪做过头、变成压抑负面情绪,会让人生病;段尾给出做法: What we need to do is find a way to acknowledge and express what we feel appropriately. 整段落脚在「承认并恰当表达自己的感受」。

【依据】 express your emotions 同义对上段尾

候选 Express your emotions 与段尾主旨句 express what we feel appropriately 几乎逐词同义: express 对 express, your emotions 对 what we feel。它概括的正是全段落脚的做法,故为正确项。

【竞争】 [C] 求助无依据

Ask for help 看着像「成年人情绪有问题、生病了」就该求助,但本段从头到尾讲的是自己 acknowledge and express what we feel, 没有半句让人向他人求助,属无中生有。

【验证】 把 Express your emotions 放回本段: 开头孩子哭喊是「表达情绪」的范例, 结尾 acknowledge and express what we feel appropriately 是对成年人的建议, 标题恰好概括全段、不偏不倚, 与全文「向孩子学一招」的组织方式一致。

42. (42)_____

【答案】 [F] 段尾

【小标题】 Be easily pleased

容易满足

【主旨】 为小事感恩、易满足

本段以继女收到不到五镑的超人 T 恤却 overjoyed 为例，反衬成年人误以为新工作、大房子、好车才是幸福的灵丹妙药，实则 these things have very little lasting impact on our happiness levels；段尾给出做法：being grateful for small things every day is a much better way to improve wellbeing。落脚在「为小事知足、感恩」。

【依据】 easily pleased = 为小事就高兴

候选 Be easily pleased（容易满足）正是段尾 being grateful for small things every day 与小女孩为五镑 T 恤就 overjoyed 的同义概括：不靠大件物质、为小事就开心，故为正确项。

【竞争】 [B] 范围偏向享乐而非知足

Have fun 看着像，因小女孩很开心。但本段重点不是「去玩乐」，而是 being grateful for small things（对已有的小事知足感恩），与 Have fun 的「主动享乐」方向不同，属概括偏移。

【验证】 把 Be easily pleased 放回本段：小女孩为不到五镑的礼物 overjoyed 是「易满足」的范例，段尾 being grateful for small things every day 是建议，标题精准概括全段「为小事知足」，与全文并列结构契合。

43. (43)_____

【答案】 [A] 段首

【小标题】 Be silly
保持傻气

【主旨】 多笑、放任傻气嬉闹

本段以 Have you ever noticed how much children laugh? 开篇，主张成年人若能 indulge in a bit of silliness and giggling，就能降低压力激素、提升内啡肽、改善心脏供血、增强抗感染力，从而更幸福。落脚在「像孩子一样傻笑嬉闹」。

【依据】 Be silly 同义 silliness and giggling

候选 Be silly 与段中建议 indulge in a bit of silliness and giggling 中的 silliness 同根同义，正是「放任傻气、嬉笑」这一做法的概括，故为正确项。

【竞争】 [B] fun 太宽、本段专指傻笑

Have fun 与「开心」沾边，但本段具体只讲 silliness and giggling（犯傻、咯咯笑）这一种行为，Have fun 范围太宽、不如 Be silly 贴段；且 B 是第 44 段的标题，此处选 B 会撞答案。

【验证】 把 Be silly 放回本段：开头问孩子笑得多，正文建议成年人 indulge in a bit of silliness and giggling，Be silly 恰好概括「犯傻嬉闹」这一招，与各段一招的并列结构一致。

44. (44)_____

【答案】 **[B]** 段尾

【小标题】 Have fun

享受乐趣

【主旨】 腾出时间做喜欢的事

本段先说成年人有太多正事要操心，但也有掌控自己日程的便利，因此 it's important that we schedule in time to enjoy the things we love; 这些事社交、运动、创意、随性皆可，so long as they're enjoyable 且无负面副作用即可。落脚在「主动安排时间去享受自己喜爱的事」。注意此段在文中是第 5 个正文段。

【依据】 Have fun = enjoy the things we love

候选 Have fun 与本段主旨 schedule in time to enjoy the things we love 及 so long as they're enjoyable 同义：主动腾时间去做让自己开心享受的事，正是「找乐子」，故为正确项。

【竞争】 [A] 本段不限于犯傻

Be silly 因段中举的 dancing around the living room 看着像「犯傻」而诱人，但那只是众多例子之一；本段范围是 social, sporting, creative or completely random 一切喜爱之事，远宽于「傻气」，A 只覆盖一个例子、概括偏窄，且 A 是第 43 段答案。

【验证】 把 Have fun 放回本段：主旨句 schedule in time to enjoy the things we love 是建议，社交、运动、创意、客厅里跳舞等都是「享乐」的例子，Have fun 恰好概括这整组活动、不偏窄，与全文并列结构自治。

45. (45)_____

【答案】 [E] 通篇归纳

【小标题】 Don't overthink it

不要想太多

【主旨】 别太刻意追求幸福

本段是收尾转折：前面讲了那么多，但 we shouldn't try too hard to be happy，科学家说太用力反而适得其反，并引庄子 Happiness is the absence of striving for happiness.，强调对孩子而言幸福不是目标、而是生活方式的自然副产品。落脚在「别用力过猛、别刻意」。

【依据】 Don't overthink it = 别太用力追求

候选 Don't overthink it 与本段 we shouldn't try too hard to be happy 及庄子 the absence of striving for happiness 同义：都是「别刻意、别过度较劲」，故为正确项。

【竞争】 [G] 本段无留心观察之意

Notice things 是剩余干扰项，看着像一招做法，但本段讲的是 shouldn't try too hard（别用力过猛），与「留意身边事物」毫无对应，属无中生有。

【验证】 把 Don't overthink it 放回本段：全段核心 we shouldn't try too hard to be happy 加庄子 Happiness is the absence of striving for happiness.，正是「别想太多、别刻意」，标题概括准确，与末段「反向提醒」的功能自洽。

SYNOPSIS • 全文导图

全文在讲什么、怎么组织的

小标题匹配（7选5）先通读全文，把握话题与组织方式（总起 + 分点罗列），这是逐空判断「概括得对不对」的全局底图。

向孩子学几招提升幸福感

首段点题：成年人苦苦追求幸福却收效甚微，孩子却本能地把幸福过成了一门艺术，Perhaps it's time to learn a few lessons from them. 给全文定调——下面每段各讲一条「向孩子学习」的具体做法。文章是典型的「总起 + 分点罗列」：第 1 段总起不设空，第 2~6 段各讲一个小点、各需配一个小标题。

CHOICES • 候选库画像

A~G 共 7 个候选小标题各自在说什么

小标题匹配的候选比空位多 2 个。下面逐条给出小标题全文、中译与「这条自身的关键词」，并标注它填入哪个空——始终填不进任何空的就是干扰项。

[A] Be silly

犯点傻、闹着玩

关键词 傻气、玩闹

填入第 43 空

[B] Have fun

玩得开心、享受乐趣

关键词 享乐、做喜欢的事

填入第 44 空

[C] Ask for help

寻求帮助

关键词 求助

干扰项 · 未选用

[D] Express your emotions

表达你的情绪

关键词 表达情绪

填入第 41 空

[E] Don't overthink it

别想太多

关键词 别用力过猛

填入第 45 空

[F] Be easily pleased

容易满足

关键词 容易满足、知足

填入第 42 空

[G] Notice things

留意身边的事物

关键词 留心观察

干扰项 · 未选用

DISTRACTORS · 干扰项复盘

这 2 个候选小标题始终没被任何空选用

7选5 必有 2 条话题相关、看着像，却概括不了任何 区间主旨 。下面逐条剖析它们「像在哪、为何放哪个空都不对」，读透干扰项才算读透全局。

[C] Ask for help

求助·全文无人提

Ask for help 诱人在首段说成年人追幸福 with mixed results、第 2 段说压抑情绪 make us ill，像是该找人帮忙；但全文每段讲的都是「自己向孩子学着做」，没有任何一段建议向他人求助，故概括不了任何一段。

[G] Notice things

留心观察·无段呼应

Notice things 诱人在与第 4 段开头的 Have you ever noticed how much children laugh? 有 notice 一词的词面复现，但那只是引出「孩子爱笑」的反问，该段主旨是 silliness and giggling，并非「留心观察身边事物」；全文无任何一段讲「观察」，属关键词复现型干扰。

SENTENCE INSIGHTS · 句子精讲

12 句真题句逐层精讲

下列真题句各有独立的句子解析页——中文翻译、结构树逐层拆解、成分与时态、考点讲解与真题高频词。点击句子进入完整解析。

Instead, they look after their wellbeing instinctively, and usually more effectively than we do as grownups.

第1段，第3句

比较状语从句是四六级和考研阅读中的高频句式，"more ... than" 结构及其谓语省略用法极为常见；主句的并列状语和副词位置也是典型的书面表达方式；掌握本句结构后可直接迁移到大量类似比较句的分析。

That's about as effective as brushing dirt under a carpet and can even make us ill.

第3段，第9句

主系表结构配as...as比较、以及make sb + adj使役结构都是四六级和考研常见句式，并列谓语也是典型用法，学习后有较好迁移性；但整体结构偏简单，不如复合句或从句密集的句子典型

What we need to do is find a way to acknowledge and express what we feel appropriately, and then – again, like children – move on.

第3段，第10句

主语从句 + 主系表结构 + 宾语从句嵌套是四六级和考研阅读中的高频句式。连接代词 what 引导名词性从句、系动词后接动词原形表语、并列动词不定式等都是常考结构。掌握本句的分析方法可直接迁移到大量真题句子，典型性很强。

It cost less than a fiver but she was overjoyed, and couldn't stop talking about it.

第5段，第2句

并列复合句加转折连词是四六级和考研阅读中的常见句式，第二个主句的并列谓语结构也较为典型，学习后可在类似语境中迁移应用

Too often we believe that a new job, bigger house or better car will be the magic silver bullet that will allow us to finally be content, but the reality is these things have very little lasting impact on our happiness levels.

第5段，第3句

涵盖主语、谓语、宾语、表语、状语、定语从句、宾语从句、表语从句、双宾语结构等多种成分，且包含易混点：表语从句与宾语从句的区分、that 在不同从句中的身份（引导词或主语）、双宾语结构的识别。适合作为综合练习句，帮助学生巩固从句分类、成分划分、引导词功能判断等核心技能。

Instead, being grateful for small things every day is a much better way to improve wellbeing.

第5段，第4句

动名词短语作主语 + 系表结构是四六级和考研阅读中的高频句式，本句结构清晰、无干扰成分，是该句式的典型代表，掌握后可大量迁移到同类句子。

If we adults could indulge in a bit of silliness and giggling, we would reduce the stress hormones in our bodies, increase good hormones like endorphins, improve blood flow to our hearts and even have a greater chance of fighting off infection.

第7段，第2句

"If 从句 + 主句(would do)" 的条件假设句式是四六级和考研阅读中的高频结构，主句的多个并列谓语也是常考的并列复杂化手法，掌握本句结构可直接迁移到大量真题，典型性很强

The problem with being a grownup is that there's an awful lot of serious stuff to deal with – work, mortgage payments, figuring out what to cook for dinner.

第9段，第1句

主句是"主语 + 系动词 + 表语从句"结构，表语从句用"that"引导，这是四六级和考研阅读中非常常见的句式。表语从句内部的"there be"句型以及"疑问词 + 不定式"作宾语的结构也是高频考点。整句结构具有较强的代表性和复用价值，学生掌握后可在大量类似句子中迁移应用。

Those things might be social, sporting, creative or completely random (dancing around the living room, anyone?) – it doesn't matter, so long as they're enjoyable, and not likely to have negative side effects, such as drinking too much alcohol or going on a wild spending spree if you're on a tight budget.

第9段，第3句

本句成分较为丰富，涵盖形式主语、系动词表语、并列表语、条件状语从句、嵌套条件状语从句、举例短语等多种结构。特别是形式主语"it"、表语的并列结构"enjoyable, and not likely to..."、以及嵌套条件状语从句的归属判断，都是常见的易错点，训练价值较高。

Having said all of the above, it's important to add that we shouldn't try too hard to be happy.

第11段，第1句

it is important to do 句型是四六级和考研阅读中的高频结构，宾语从句跟在及物动词后也是典型搭配。句首的现在分词独立结构作状语也是常考句式。整体结构代表性强，掌握后可迁移到大量类似句子。

Scientists tell us this can backfire and actually have a negative impact on our wellbeing.

第11段，第2句

本句的“主句 + 宾语从句”结构以及“tell + 人 + 内容”的双宾语搭配，都是四六级和考研阅读中的高频句式；宾语从句内部的并列谓语和情态动词表可能性的用法也非常典型。这种结构在真题中反复出现，掌握后可大量复用，具有较高的代表性。

And in that, once more, we need to look to the example of our children, to whom happiness is not a goal but a natural byproduct of the way they live.

第11段，第4句

非限制性定语从句加嵌套限制性定语从句的双层修饰结构，在四六级和考研真题中高频出现；“to whom”引导、“the way + 省略关系副词”等用法均为常考句式，学习后可直接迁移至大量真题句。

HIGH-FREQUENCY • 真题高频词

本篇出现的 36 个考研英语二真题高频词

下列单词既在本篇短文中出现，又是 **考研英语二** 历年真题的高频词（在该考试真题中出现的句子数均不少于 8）。每个词标注本篇 出现次数与该考试真题句频，点击可查看该词的释义、音标、词形与真题例句。

happiness A2

n. 幸福

本篇6次 · 真题 38 句

negative B1

adj. 否定的

本篇3次 · 真题 32 句

wellbeing B2

n. 幸福;安康

本篇3次·真题10句

would A1

aux. (will 的过去式) 将要, 会

本篇2次·真题304句

effect A2

n. 影响

本篇2次·真题80句

impact B2

n. 影响

本篇2次·真题53句

less A1

det. 较少的

本篇1次·真题150句

likely A2

adj. 很可能的

本篇1次·真题89句

process B1

n. 过程

本篇1次·真题80句

reduce B1

v. 减少, 降低 (数量、大小、程度等)

本篇1次·真题75句

better A1

adj. 更好的 (good 的比较级)

本篇1次·真题70句

stress B1

n. 压力

本篇1次·真题50句

actually A2

adv. 实际上, 事实上 (用于纠正或补充信息)

本篇1次·真题42句

figure A2

n. 数字

本篇1次·真题38句

content B1

n. 内容

本篇1次·真题31句

reality B1

n. 现实

本篇1次·真题31句

positive B1

adj. 积极的

本篇1次·真题27句

spending A2

n. 开支

本篇1次·真题24句

payment B1

n. 支付

本篇1次 · 真题 23 句

creative B1

adj. 有创造力的

本篇1次 · 真题 20 句

effective B1

adj. 有效的, 起作用的

本篇1次 · 真题 20 句

flow B1

v. 流动

本篇1次 · 真题 17 句

completely B1

adv. 完全地

本篇1次 · 真题 15 句

finally A2

adv. 终于, 最终

本篇1次 · 真题 15 句

acknowledge B2

v. 承认 (事实、错误等)

本篇1次 · 真题 14 句

pursue B2

v. 追求

本篇1次 · 真题 14 句

budget B1

n. 预算

本篇1次 · 真题 13 句

random B2

adj. 随机的

本篇1次 · 真题 13 句

wild A2

adj. 野生的

本篇1次 · 真题 13 句

effectively B2

adv. 有效地

本篇1次 · 真题 12 句

mix A2

v. 混合

本篇1次 · 真题 11 句

lasting B2

adj. 持久的

本篇1次 · 真题 10 句

philosopher B2

n. 哲学家

本篇1次 · 真题 10 句

absence B1

n. 缺席

本篇1次 · 真题 8 句

constantly B1

adv. 不断地, 持续地

本篇1次·真题8句

strive B2

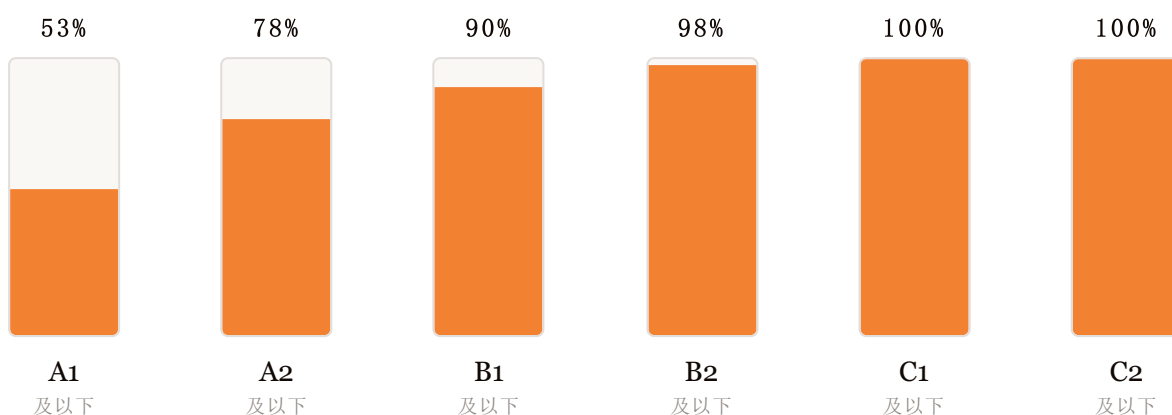
v. 努力, 奋斗, 力求

本篇1次·真题8句

VOCABULARY · 词汇难度分布

全文 219 词按 CEFR 难度累积覆盖

带空原文去重后共 **219** 个单词, 按欧框 CEFR 等级统计。每根柱表示「该等级及以下」的累积占比 (CDF), 最右一柱为 100%。B2 以上 (C1/C2) 为高阶词, 本篇共 5 个·约 2%。



每柱为「按 CEFR 等级及以下」的累积覆盖率 (CDF) · 数据为全文去重词 219 个 · 末柱为 100%

去重总词数

219

B2 以上难词

2%

B1 及以下覆盖

90%

考研英语二 2016年 · 全卷构成

Section I	完形填空（四选一）	题目解析 →
Section II Part A (1)	阅读理解（四选一）	题目解析 →
Section II Part A (2)	阅读理解（四选一）	题目解析 →
Section II Part A (3)	阅读理解（四选一）	题目解析 →
Section II Part A (4)	阅读理解（四选一）	题目解析 →
Section II Part B	段落小标题（7选5）	本题
Section III	英译汉（段落翻译）	题目解析 →
Section IV Part A	写作	题目解析 →
Section IV Part B	写作	题目解析 →