

2026年 考研英语二完形填空（四选一）· 1-20 空答案与解析

CLOZE & ANALYSIS • 完形题和解析

完形填空题和解析 · 1-20 空

本页 1-20 空的正确选项与逐空解析由懒笔记基于2026年 考研英语二完形填空（四选一）原卷逐空核对整理。与试卷排版同一卷面：Directions、6 段带空原文（每段之后紧随中文翻译）与每空四选项连续排印；卷面下方逐空紧跟解析——正确选项、原文填空线索、四选项逐个辨析（正确项契合点 + 错项错因与差别），以及代入验证。

英语二真题(2026)

Section I

Directions:

Read the following text. Choose the best word(s) for each numbered blank and mark A, B, C or D on the **ANSWER SHEET**. (10 points)

Most of us strive for self-respect — to see ourselves in a positive light, to be 1 of who we are. Any comments or experiences that undermine those feelings of self-worth can be uncomfortable and it's only 2 to want to avoid them. But the thing is, 3 your self-worth really is being undermined is, to a large degree, subjective. Much of it comes down to your 4 of what someone said or did.

我们大多数人都追求自尊——以积极的眼光看待自己,为自己感到自豪。任何削弱这些自我价值感的评论或经历都会让人不舒服,想要避免它们是很自然的。但问题在于,你的自我价值是否真的受到了削弱,在很大程度上是主观的。这在很大程度上取决于你对某人所说或所做之事的理解。

When you take things personally, you're interpreting these situations as saying something significant and negative about you as a person. Say your boss picks holes in your sales report, and you come away feeling like this means she thinks you're a 5 member of staff. Or, two of your friends cancel your 6 get-together at the pub and you interpret this as meaning they're bored of you. Psychologists have a 7 for this way of thinking: personalisation.

当你把事情往心里去时,你是在将这些情况理解为关于你这个人的某种重要且负面的东西。比如你的老板在你的销售报告中挑毛病,你离开时感觉这意味着她认为你是个糟糕的员工。或者,你的两个朋友取消了你们计划好的酒吧聚会,你将此理解为他们对你感到厌倦了。心理学家对这种思维方式有一个术语:个人化。

But the 8 is that your boss might view you very highly. It's just you made some 9 in the report and she wanted to point these out so that you do better next time. 10, in the case of your friends cancelling, perhaps they both felt unwell that weekend or they just 11 their minds. 但现实是,你的老板可能对你评价很高。只是你在报告中犯了一些错误,她想指出这些错误,以便你下次做得更好。同样,在你朋友取消聚会的情况下,也许他们俩那个周末都感觉不舒服,或者他们只是改变了主意。

In both 12 — and others that we all experience — there's another 13 at work that psychologists call mind reading. This is when you assume to know what other people are thinking about

you, when you can't really know without 14 them directly.

在这两个例子中——以及我们都会经历的其他例子中——还有另一个心理学家称之为读心术的过程在起作用。这是指你假设自己知道别人对你的想法,而实际上如果不直接询问他们,你是无法真正知道的。

One simple way to avoid 15 personalisation and mind reading is to challenge your negative assumptions of what's 16 . When you find yourself taking a situation personally, try to think of other interpretations that are less focused on you — especially in the sense of saying anything deep or 17 about you.

避免陷入个人化和读心术的一个简单方法是质疑你对所发生事情的负面假设。当你发现自己把某个情况往心里去时,试着想想其他不那么关注你的解释——尤其是在说关于你任何深层或根本性东西的意义上。

When you do this, it might help to try to put yourself in other people's shoes. The fact your boss took the time to give you 18 at all means they care enough to want to help you 19 . When it comes to your friends — maybe it's because your friendship is so 20 that they felt able to cancel at late notice.

当你这样做时,试着设身处地为他人着想可能会有所帮助。你的老板花时间给你反馈这一事实本身就意味着他们足够在意,想要帮助你进步。至于你的朋友——也许正是因为你们的友谊如此牢固,他们才觉得可以在最后时刻取消。

1. [A] afraid
[B] critical
[C] proud
[D] tolerant
2. [A] risky
[B] natural
[C] admirable
[D] foolish
3. [A] whether
[B] where
[C] why
[D] how
4. [A] citation
[B] imitation
[C] perception
[D] introduction
5. [A] poor
[B] loyal
[C] creative
[D] shy

6. [A] sponsored
[B] crowded
[C] disputed
[D] planned
7. [A] method
[B] term
[C] design
[D] goal
8. [A] evidence
[B] theory
[C] condition
[D] reality
9. [A] complaints
[B] choices
[C] mistakes
[D] suggestions
10. [A] Similarly
[B] Relatively
[C] Accordingly
[D] Contrarily
11. [A] opened
[B] changed
[C] trained
[D] cleared
12. [A] quotations
[B] experiments
[C] questions
[D] examples
13. [A] process
[B] objective
[C] outcome
[D] background
14. [A] blaming
[B] warning
[C] teaching
[D] asking

15. [A] arguing about
[B] accounting for
[C] engaging in
[D] interfering with

16. [A] happened
[B] continued
[C] returned
[D] disappeared

17. [A] casual
[B] obvious
[C] familiar
[D] fundamental

18. [A] reward
[B] feedback
[C] trust
[D] proof

19. [A] innovate
[B] concentrate
[C] improve
[D] relax

20. [A] strange
[B] strong
[C] vulnerable
[D] valuable

1. ____

【答案】 [C] proud 词义辨析

【线索】 self-respect 与正面光下

本句关键正向词链是 self-respect 和 to see ourselves in a positive light, 明确这是正面感受。紧随其后的 to be __ (1) __ of who we are 与之并列, 所填词必须延续"正面看待自己"的色彩, 指向"为自己是谁感到(积极情绪)"。

【选项】 A) afraid X 色彩相反

afraid 表"害怕", 与 self-respect、positive light 构成的正向链冲突, be afraid of who we are 意为"害怕自己是谁", 方向与原文完全相反。

B) critical X 态度偏负

critical 是"挑剔/批判", be critical of who we are 即"挑剔自己是谁", 与开头追求 self-respect 的正向语境相悖。

C) proud ✓ 正向且固定搭配

be proud of 是固定搭配, 意为"为.....感到自豪", 与 to see ourselves in a positive light 同向并列, 完美承接 self-respect 的正面色彩。

D) tolerant X 强度不足且跑偏

tolerant 是"容忍", be tolerant of who we are 意为"容忍自己是谁", 含"勉强接受"意味, 与"自豪地正视自己"的正向力度不匹配。

【验证】代回后 to be __ (1) __ of who we are 即 to be proud of who we are, 与 to see ourselves in a positive light 并列同义, 整段开篇"人都追求自我尊重——以正面眼光看自己、为自己是谁感到自豪"语义顺畅, 且与 outline 中"正面自我感受被冒犯才会不适"的逻辑前提一致。

2. ____

【答案】 [B] natural 词义辨析

【线索】 only 暗示理所应当

Any comments or experiences that undermine those feelings of self-worth can be uncomfortable and it's only __ (2) __ to want to avoid them. 中 only 是关键, only + 形容词常表达"不过是.....、再自然不过"; 后文 But the thing is 才出现转折, 说明此处作者并未批评这种回避反应, 只是在客观陈述其合理性。

【选项】 A) risky X 评价偏负

risky 意为"冒险的", 把"想避开不适"定性为冒险, 与 only 形成的"理所当然"语气相反, 也与下文 But the thing is 的反转点不构成正常铺垫。

B) natural ✓ 贴合 only 合理化语气

it's only natural to do 是英语高频表达, 意为"想.....再自然不过", 正好把作者"先承认人之常情、再引出反思"的论证铺好; 与下文 But 形成"承认—但是"的标准转折链。

C) admirable X 褒义过头

admirable 是"值得钦佩的", 作者后文要劝读者别这样想, 不可能在此先把这种逃避反应抬到"令人钦佩"的高度, 褒义程度严重越界。

D) foolish X 贬义且与 only 冲突

foolish 是"愚蠢的", 与 only 表达的"再自然不过"语气冲突; 作者也未在此处直接贬低读者, 下文是温和劝导而非斥责。

【验证】 代回 it's only __ (2) __ to want to avoid them 即 it's only natural to want to avoid them, 意为"想避开 (让人不适的言论) 再自然不过", 与紧随其后的 But the thing is 形成"承认人之常情—但事实是"的经典让步—转折链, 全文逻辑顺畅。

3. ____

【答案】 [A] whether 语法形态

【线索】 主观与否而非地点原因

主句宾语是 to a large degree, subjective——"在很大程度上是主观的"。判断对象只能是"自我价值是否真的受损"这件事本身的真假，而不是"在哪里受损""为何受损""如何受损"；故从句应表"是否....."。

【选项】 A) whether ✓ 是否真的受损

whether 引导"是否"主语从句，意为"你的自我价值是否真的在被冒犯"，正好对应主句 to a large degree, subjective 这个真假判断维度。

B) where ✗ 无地点缺口

where 需要从句缺地点状语，但 your self-worth really is being undermined 在语义上不需要地点信息，主句也未谈"在哪受损"。

C) why ✗ 主观针对真假非原因

why 引出"为何"，但主句说的是"是否真的受损"主观与否，不是"为何受损"主观与否，焦点错位。

D) how ✗ 方式与判断错配

how 强调方式，但 subjective 评价的是"事实是否成立"而非"以何种方式发生"，与主句表语在维度上对不上。

【验证】 代回 __ (3) __ your self-worth really is being undermined is, to a large degree, subjective 即"你的自我价值是否真的在被冒犯，很大程度上是主观的"，与下一句 Much of it comes down to your __ (4) __ of what someone said or did. 中的"很大程度上取决于你的（解读）"形成同义复述，逻辑闭合。

4. ____

【答案】 [C] perception 词义辨析

【线索】 subjective 锁定主观解读

前句 is, to a large degree, subjective 与本句 Much of it comes down to your __(4)__ 由 Much of it 串起, it 指代上句"自我价值是否被冒犯"。subjective 一词锁定填空词必须指向"个人主观加工"——只有 perception (看法、感知) 契合, 引文也明确针对的是 what someone said or did——他人的言行。

【选项】 A) citation X 意为引用偏离

citation 表"引文、引用", 多用于学术或法律语境, 与"对他人言行的主观解读"不搭。

B) imitation X 模仿对象错位

imitation 表"模仿", your imitation of what someone said 意为"你对别人话的模仿", 但语境是"是否觉得被冒犯", 与模仿无关。

C) perception ✓ 主观感知正解

perception 表"看法、感知", your perception of what someone said or did 正好是"你对别人言行的看法", 与前句 subjective 同向同义, 承上启下。

D) introduction X 搭配语义不通

introduction 表"介绍、引入", 与"对他人言行的主观感受"在语义上完全不沾边。

【验证】 代回 Much of it comes down to your __(4)__ of what someone said or did. 即"这(自我价值是否真的被冒犯)很大程度上取决于你对别人言行的看法", 与前句"subjective"形成清晰的因果/同义链; 为第二段进一步阐述 personalisation 做铺垫。

5. ____

【答案】 [A] poor 词义辨析

【线索】 picks holes 锁定负评

前文 your boss picks holes in your sales report——pick holes in 是"挑刺、挑毛病"的固定表达，触发事件是"被挑错"，由此你才会 come away feeling like 老板觉得你是个"差劲的"员工。线索就在本句内的 picks holes。

【选项】 A) poor ✓ 差劲与挑刺呼应

poor 表"差劲的、不胜任的"，a poor member of staff 即"一个不合格的员工"，与 picks holes in your sales report 的负面色彩一致。

B) loyal X 色彩相反

loyal 是"忠诚的"，褒义，与被挑错后产生的负面自我评价完全相反。

C) creative X 褒义不符

creative 是"有创意的"，褒义；被挑错的人不会误以为老板觉得自己"有创意"，方向反。

D) shy X 维度跑偏

shy 是"害羞的"，描述性格而非工作能力评价，与 sales report 被挑错的语境不在同一维度。

【验证】 代回 she thinks you're a __ (5) __ member of staff 即"她觉得你是个差劲的员工"，与 picks holes in your sales report 触发的负面自我解读一致，作为 personalisation 的典型例证逻辑顺畅。

6. ____

【答案】 [D] **planned** 词义辨析

【线索】 **cancel** 暗示已有约定

本句关键词 **cancel** 是"取消"; 能被取消的 **get-together** 一定是事先"已计划好的"。线索只需本句内自足, 无需跨句。

【选项】 A) **sponsored** ✕ 赞助维度跑偏

sponsored 是"被赞助的", 朋友间的酒吧小聚一般不涉及赞助, 搭配过于商务化。

B) **crowded** ✕ 形容场地非聚会

crowded 是"拥挤的", 多形容场所人多; 用来形容 **get-together** 本身不自然, 也与"被取消"无逻辑联系。

C) **disputed** ✕ 争议含义不符

disputed 是"有争议的", 意味朋友间为聚会吵过架, 是凭空多加的负面前提, 原文未提供任何争吵线索。

D) **planned** ✓ 计划与取消天然搭

planned 是"已计划好的", **cancel a planned get-together** 是英语典型搭配, 且只有事先"约好"的聚会才能被"取消"。

【验证】 代回 **cancel your __ (6) __ get-together at the pub** 即"取消你们已约好的酒吧小聚", 与下文 **you interpret this as meaning they're bored of you** 形成完整故事——本来说好的聚会 会被推掉了, 你才会怀疑对方厌倦了你。

7. ____

【答案】 [B] term 词义辨析

【线索】冒号后 personalisation 是术语

冒号后给出的 personalisation 是一个学术名称/术语。所以空里要填"专门叫法、术语"这个概念，线索就在冒号后这一个词上。

【选项】A) method X 方法非名称

method 是"方法"，但冒号后 personalisation 是一个名词性的称呼而非一套做法，对不上。

B) term ✓ 术语正解

term 表"术语、名称"，have a term for X 是英语固定表达"对 X 有个专门叫法"，与冒号后给出的术语 personalisation 完全对应。

C) design X 设计与命名无关

design 是"设计"，心理学家不会去"设计"一种思维方式，搭配 have a design for 也不通顺。

D) goal X 目标偏离

goal 是"目标"，心理学家对这种思维的"目标"在此完全没必要讨论，且 a goal for this way of thinking 语义混乱。

【验证】代回 Psychologists have a __(7)__ for this way of thinking: personalisation. 即"心理学家给这种思维方式起了个术语：personalisation"，冒号前后等号对齐，段落结尾的概念命名作用非常清晰。

8. ____

【答案】 [D] reality 词义辨析

【线索】 But 引出与前文相反的真相

But the __ (8) __ is 中 But 把第二段你以为的"老板嫌弃你"翻转过来, 引出 your boss might view you very highly——这是事实层面的真相, 与前一段你脑补的"想法"对立。该词要承担"真相、实情"的语义。

【选项】 A) evidence X 证据需有出处

evidence 是"证据", 需依托具体来源; 后文 your boss might view you very highly 是一种可能性陈述而非证据材料, 搭配 the evidence is that 不自然。

B) theory X 理论与可能错位

theory 是"理论", 但后文 your boss might view you very highly 是对实际情况的猜测, 不是理论命题, 对不上。

C) condition X 条件与真相无关

condition 是"条件、情况", 但语境讨论的是"真相是什么", 而非满足某条件下会怎样。

D) reality ✓ 真相一锤定音

reality 是"现实、真相", But the reality is that... 是英语表"但事实是....."的高频结构, 正好与第二段读者的脑补形成翻转对照。

【验证】 代回 But the __ (8) __ is that your boss might view you very highly. 即"但事实是, 你的老板可能对你评价很高", 与第二段 she thinks you're a __ (5) __ member of staff 你脑补的差评直接对冲, 转折链清晰。

9. ____

【答案】 [C] mistakes 词义辨析

【线索】 point these out 反推 mistakes

本句后半 she wanted to point these out so that you do better next time——老板要"指出来让你下次做得更好", 能被"指出来以促进改进"的, 只能是"错误"。而且前文 picks holes in your sales report 也呼应"挑出毛病"。

【选项】 A) complaints X 抱怨方向反

complaints 是"抱怨", 是员工对公司的不满, 而本句主语是"你做的报告里", 员工不会在自己报告里发牢骚。

B) choices X 中性不触发指正

choices 是"选择", 中性词, 老板不会专门"point out 你的选择"来帮你下次做得更好; 逻辑联系不紧。

C) mistakes ✓ 错误指出最常配

mistakes 是"错误", make mistakes 是固定搭配; point out 错误以便"do better next time"逻辑闭环, 与上段 picks holes 的负面挑错也保持一致。

D) suggestions X 建议来源错位

suggestions 是"建议", 但 you made suggestions in the report 表示"你在报告里给出了建议"——这不是需要老板纠正的对象, 逻辑反向。

【验证】 代回 It's just you made some __ (9) __ in the report 即"只是你在报告里犯了一些错", 与 she wanted to point these out so that you do better next time 形成"犯错—指出—下次改进"的因果链, 整段为老板辩护的逻辑通畅。

10. _____

【答案】 [A] Similarly 逻辑关系

【线索】 老板事例与朋友事例平行

前半段刚分析完老板这例的真相 (your boss might view you very highly) , 本句切到 in the case of your friends cancelling, perhaps they both felt unwell that weekend or they just __(11)__ their minds.——同样给出"真相另解"。两件事是"两个事例平行展开", 逻辑是"同理可证"。

【选项】 A) Similarly ✓ 类比并列恰当

Similarly 是"同样地", 正好把老板事例和朋友事例两种 personalisation 的真相做平行对照——结构和功能完全一致。

B) Relatively ✗ 相对偏离

Relatively 是"相对地", 多用于比较程度, 无法承接"再举一个同类事例"这一功能。

C) Accordingly ✗ 因果不成立

Accordingly 是"因此", 需要前句作为后句的因; 但老板事例并不是朋友事例的原因, 是平行另一例, 逻辑不通。

D) Contrarily ✗ 对立关系反方向

Contrarily 是"相反地", 但朋友事例和老板事例都是同性质的"被脑补成坏事, 其实另有缘由", 并非相反。

【验证】 代回 __(10)__, in the case of your friends cancelling 即"同样地, 就朋友取消聚会这件事而言.....", 正好把上半段老板事例的真相分析平移过来, 构成"两例并列、同理可证"的结构, 与 outline 中第三段"反转—给真相"的走向自洽。

11. ____

【答案】 [B] **changed** (固定搭配)

【线索】 **cancel 与 change one's mind**

本句要解释朋友为何 cancel 聚会的另一种可能原因；前面已经给出一种（perhaps they both felt unwell that weekend），or 后再给一种"无理由地变卦"。change one's mind 是英语"改变主意"的固定表达，正好对应"临时变卦"。

【选项】 A) opened X **搭配不解释取消**

opened 与 minds 搭配是 open one's mind"打开思路、接受新事物"，无法解释"为何取消聚会"。

B) **changed** ✓ **改变主意正解**

changed 与 minds 构成 change one's mind"改变主意"，正好解释朋友"临时变卦取消聚会"的另一种合理原因，固定搭配且语义贴切。

C) trained X **训练大脑跑偏**

trained 与 minds 搭配是 train one's mind"训练大脑"，多用于自我提升语境，与取消聚会无关。

D) cleared X **清空思绪偏离**

cleared 与 minds 搭配是 clear one's mind"清空思绪"，多指放空、冥想，与"取消聚会"没有解释关系。

【验证】 代回 they just __(11)__ their minds 即"他们只是改变了主意"，与前半 perhaps they both felt unwell that weekend 用 or 并列，给出朋友取消聚会的两种合理真相，逻辑顺畅。

12. ____

【答案】 **[D] examples** 词义辨析

【线索】 老板与朋友是两个例子

前两段铺开的两件事 your boss picks holes in your sales report 与 two of your friends cancel your __ (6) __ get-together at the pub 是用来说明 personalisation 的具体生活事例；in both __ 自然指“在这两个例子中”。本句 others that we all experience 也补充支持“事例”这一性质。

【选项】 A) quotations **✗ 引文性质不符**

quotations 是“引文、引语”，但前文不是引用名人的话，是作者构造的生活情景，对不上。

B) experiments **✗ 实验语境错配**

experiments 是“实验”，需有可控变量与实验设计，前文是日常情景而非实验，性质不符。

C) questions **✗ 问题层级跑偏**

questions 是“问题”，但前文不是抛出问题而是描述场景；in both questions 也不符合英语习惯。

D) examples **✓ 例子最贴语境**

examples 是“例子”，in both examples 直接呼应前文老板和朋友这两个 personalisation 的生活示例，搭配自然。

【验证】 代回 In both __ (12) __ — and others that we all experience 即“在这两个例子——以及我们都经历过的其他例子——中”，与前文老板挑刺、朋友取消两个场景完美回扣，逻辑顺畅。

13. ____

【答案】 [A] process 词义辨析

【线索】 personalisation 是 process 的并列

第二段 Psychologists have a __(7)__ for this way of thinking: personalisation.——personalisation 被定义为"a way of thinking", 是一种心理过程。本段 another __(13)__ at work 中 another 暗示与之同类, psychologists call mind reading 也对应 way of thinking 这一性质。

【选项】 A) process ✓ 心理过程对应思维方式

process 是"过程", 与第二段 this way of thinking 同类——personalisation 和 mind reading 都是心理过程; another process at work 是心理学文章描述"另一种在起作用的心理过程"的高频表达。

B) objective ✗ 目标性质不符

objective 是"目标、目的", 但 mind reading 是一种思维活动而不是一个目标, 对不上。

C) outcome ✗ 结果偏离过程

outcome 是"结果", 是事后产物; mind reading 是发生中的思维活动, 需要的是"过程"而非"结果"。

D) background ✗ 背景性质错位

background 是"背景", 是静态情景而非心理活动; 不能用 at work 描述"在起作用"。

【验证】代回 there's another __(13)__ at work that psychologists call mind reading 即"还有另一种心理过程在起作用, 心理学家称之为读心", 与第二段 personalisation 这一"思维方式"形成并列同类概念, 逻辑顺畅。

14. ____

【答案】 **[D] asking** 词义辨析

【线索】 知道别人想法靠直接问

本句前半 you assume to know what other people are thinking about you, when you can't really know without __ (14) __ them directly——核心是"真正知道别人在想什么", directly"直接"提示动作要直接作用于对方; 要直接获知别人想法, 最自然的方式就是"问"。

【选项】 A) blaming X 指责非获知途径

blaming 是"责备", 无法用来获知对方想法, 且色彩负面, 与全文劝人放松心态的立场冲突。

B) warning X 警告与求知无关

warning 是"警告", 对了解对方想法没有实际作用, 逻辑跑偏。

C) teaching X 教导而非询问

teaching 是"教", 是单向输出, 不能帮助了解对方真实想法, 与目的相悖。

D) asking ✓ 直接询问最直接

asking 是"询问", 是直接获知对方想法的最直接方式, 与 directly 完美呼应; ask sb directly 也是高频表达。

【验证】 代回 you can't really know without __ (14) __ them directly 即"不直接问对方就真的没法知道", 与本段提出 mind reading 错误(假装能猜对方心思)的批评一致——破解之道是"直接问", 与全文给出对策的方向匹配。

15. _____

【答案】 [C] **engaging in** 固定搭配

【线索】 **personalisation** 是心理活动

宾语 personalisation and mind reading 都是"思维方式/心理活动"。本段后文 When you find yourself taking a situation personally 也表明这是"卷入这种思维"而不是"讨论或解释它", 动作侧重于"自己陷进去"。

【选项】 A) **arguing about** X 争论方向跑偏

arguing about 是"争论", 意味把 personalisation 当成话题去吵; 但作者要避免的是"陷入这种思维", 不是"争论它"。

B) **accounting for** X 解释非陷入

accounting for 是"解释、说明", 但 avoid accounting for personalisation 意为"避免去解释它", 逻辑荒谬——作者全文都在解释这种现象。

C) **engaging in** ✓ 陷入思维活动正解

engaging in 是"参与、陷入", engage in personalisation and mind reading 表"陷入这两种思维", 与全文要避免的"自己往坏处想"的主题一致。

D) **interfering with** X 干扰对象不符

interfering with 是"干扰、妨碍", 意味把 personalisation 当成被妨碍的事物; 但作者不是要去干扰它、而是要避免自己卷入其中, 关系反了。

【验证】 代回 One simple way to avoid __(15)__ personalisation and mind reading 即"避免陷入 personalisation 和 mind reading 的一种简单方法", 与下句 When you find yourself taking a situation personally 描述"卷入思维"的场景对应, 承接段落"给对策"的功能。

16. ____

【答案】 **[A] happened** 词义辨析

【线索】 **negative assumptions 的对象**

challenge your negative assumptions of what's __(16)____——前文反复举的事件都是"已经发生"的事（老板挑了你的报告，朋友取消了聚会）；assumptions of what's happened"对所发生之事的揣测"是英语高频结构。

【选项】 **A) happened ✓ 对发生事件最贴**

happened 表"已发生的事"，what's happened 即"发生了什么"，正好对应前文事例——你对"发生之事"的负面揣测。

B) continued ✗ 持续性偏题

continued 是"持续"，但前文事件是一次性事件（一次挑错、一次取消聚会），不存在"持续"维度。

C) returned ✗ 回归与情境无关

returned 是"回归、返回"，与"老板批评、朋友取消"等事件无逻辑关联。

D) disappeared ✗ 消失方向不符

disappeared 是"消失"，与负面揣测的对象"刚刚发生之事"不匹配。

【验证】代回 challenge your negative assumptions of what's __(16)____ 即"挑战你对所发生之事的负面揣测"，承接前文老板挑错和朋友取消这两件具体已发生事件，并与下文 try to think of other interpretations 形成"挑战旧解—换新解"的连贯逻辑。

17. ____

【答案】 [D] **fundamental** 词义辨析

【线索】 **deep** 锁定根本性

saying anything deep or __(17)__ about you 中 deep 表"深层的、深刻的", 意指关于你这个人本质的判断; 与 deep 由 or 并列的词必然指向"根本性、本质性", 而不是表层属性。

【选项】 A) **casual** X 随意与深刻相反

casual 是"随意的、表面的", 与 deep 在语义上恰好相反, 无法并列。

B) **obvious** X 明显非深刻

obvious 是"明显的", 强调直观可见, 与 deep (隐藏在表面之下的本质) 方向冲突。

C) **familiar** X 熟悉与深刻错位

familiar 是"熟悉的", 描述认知熟悉度, 与 deep 描述的本质程度不在一个维度。

D) **fundamental** ✓ 根本性与深刻同向

fundamental 是"根本的、本质的", 与 deep 在"触及你本质"这一语义上完美对齐, 并列自然, 意为"关于你的某种深层或根本性的判断"。

【验证】 代回 saying anything deep or __(17)__ about you 即"说出关于你的任何深层或根本性的判断", 与全段"别把别人言行解读为针对你这个人本质的评价"的主旨完全一致, 逻辑闭环。

18. _____

【答案】 [B] feedback 词义辨析

【线索】 picks holes + point out 即 feedback

回看前文 your boss picks holes in your sales report 与 she wanted to point these out so that you do better next time——老板挑出问题并指给你看，让你下次改进，正是英语里 feedback"反馈"的标准定义。

【选项】 A) reward X 奖赏方向错

reward 是"奖赏"，但老板是"挑错"不是"奖赏"，方向相反。

B) feedback ✓ 反馈一锤定音

feedback 是"反馈"，give sb feedback 是工作场景的固定搭配；老板挑错并指出问题正是反馈的内容，下文 want to help you __(19)__ 也呼应反馈的目的。

C) trust X 信任范畴跑偏

trust 是"信任"，给信任与"花时间挑出问题指出来"的动作不构成等价关系。

D) proof X 证据维度错位

proof 是"证据"，老板不会"给你证据"，搭配 give you proof 在此语境不通顺。

【验证】 代回 your boss took the time to give you __(18)__ at all 即"老板愿意花时间给你反馈"，与前文老板"挑错并指出来"的动作正好对应；与下句 they care enough to want to help you __(19)__ 中"想帮你改进"形成"反馈—助改进"的因果链。

19. ____

【答案】 [C] improve 词义辨析

【线索】 feedback + do better 锁 improve

上文 so that you do better next time 已经明示反馈目的是"下次做得更好"; 本句 help you __(19)__ 与之同义换说, 自然填 improve"改进、进步"。

【选项】 A) innovate X 创新过窄

innovate 是"创新", 超出反馈范畴——挑错不一定意味要创新, 多是改正错误而已。

B) concentrate X 专注偏题

concentrate 是"专注", 与"挑错并希望你下次做得更好"的反馈目的不匹配。

C) improve ✓ 改进与 do better 等价

improve 是"改进、进步", 正好与上文 do better next time 同义; help you improve 是英语反馈语境的固定表达。

D) relax X 放松方向反

relax 是"放松", 反馈/挑错的目的不是让你放松, 方向相反。

【验证】 代回 they care enough to want to help you __(19)__ 即"他们足够在乎你、想帮你进步", 与前文 so that you do better next time 同义换说, 全段把老板挑错重新解读为"善意的帮助", 逻辑顺畅。

20. _____

【答案】 [B] strong 词义辨析

【线索】敢临时取消因关系牢固

that they felt able to cancel at late notice 提示前面填空词要解释"为何朋友才敢临时放鸽子"——只有关系足够牢固、双方都不担心一次取消就翻脸，朋友才会安心地这样做。

【选项】A) strange X 古怪不合逻辑

strange 是"奇怪的"，奇怪的关系并不必然让朋友安心取消，无法支撑 so...that 的因果。

B) strong ✓ 牢固关系敢取消

strong 是"牢固的"，a strong friendship 表"关系够牢固"——这种关系下临时取消不会被视为绝交信号，正好让朋友 felt able to cancel at late notice，因果链顺畅，且与全文给读者宽慰的正向立意一致。

C) vulnerable X 脆弱与取消因果反

vulnerable 是"脆弱的"，脆弱关系下任何取消都可能压垮关系，朋友反而不敢取消，与结果矛盾；也违背全文宽慰读者的正向立意。

D) valuable X 宝贵不直接导致敢取消

valuable 是"宝贵的"，强调关系的重要性而非稳固性；宝贵的关系反而更需谨慎对待，不一定能解释"敢临时取消"，且全文要的是"关系经得起"这种稳固性，不是"值钱"这一价值层面。

【验证】代回 your friendship is so __(20)__ that they felt able to cancel at late notice 即"你们的友谊太牢固了，所以他们才敢临时取消"，与全段"给朋友取消行为一个正向解读"的功能完全一致，全文以宽慰读者收尾，逻辑闭环。

OVERVIEW • 通读建境

全文主旨与行文脉络

完形是语篇题——单看空所在的半句往往四个选项都「像」。下面是全文主旨与行文脉络，是每个空锁定线索、代入验证时核对的全局工作台。

全文主旨

别把事情往心里去

全文围绕一个心理学现象展开：人们容易把别人的言行往自己身上揽（personalisation）、并揣测别人对自己的看法（mind reading），作者指出这两种思维往往是主观的，并给出避免的方法。开篇 Most of us strive for self-respect — to see ourselves in a positive light 定调话题是自我价值感与对外界评价的反应，Much of it comes down to your __(4)__ of what someone said or did. 则点明核心立场——感受被冒犯往往源于自己的解读。

行文脉络

现象—举例—真相—对策

文章按四步推进：第一段 to a large degree, subjective 提出自我价值受损在很大程度上是主观解读；第二段用两个生活例子（your boss picks holes in your sales report 与 two of your friends cancel your __ (6) __ get-together at the pub）说明什么叫 personalisation；第三段以 But the __ (8) __ is 反转，给出 your boss might view you very highly 等真实可能；第四段 there's another __ (13) __ at work that psychologists call mind reading 引出第二个概念；第五、六段给出对策——挑战负面假设、换位思考。

SENTENCE INSIGHTS • 句子精讲

11 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。

Most of us strive for self-respect — to see ourselves in a positive light, to be proud of who we are.

第1段，第1句

覆盖了主谓宾、状语(不定式短语)、宾语从句等多种成分,且插入部分和从句嵌套提供了典型的成分归属判断练习点——学生需区分插入状语与主句核心成分,以及识别引导词在从句内充当表语,具有较好的训练价值

Any comments or experiences that undermine those feelings of self-worth can be uncomfortable and it's only natural to want to avoid them.

第1段，第2句

本句包含多种成分类型：主系表结构、主谓宾结构、定语从句、形式主语与真正主语的对应、并列主句。第一个主句的主语被定语从句分隔，适合练习识别分隔结构。第二个主句的形式主语结构是常见易错点。定语从句中关系代词 "that" 既做引导词又做主语，适合强化定语从句成分分析。整体成分丰富且有针对性练习价值。

But the thing is, whether your self-worth really is being undermined is, to a large degree, subjective.

第1段，第3句

本句成分丰富，包含主系表结构、表语从句、主语从句、插入状语、被动语态谓语等，覆盖多个易错点：whether 从句作主语、表语从句的识别、插入成分的干扰、被动语态的进行时形式。这些都是考试常考且学生易混淆的点，练习价值很高。

Much of it comes down to your perception of what someone said or did.

第1段，第4句

主句 + 宾语从句嵌套是四六级和考研阅读中的高频句式，"come down to" 短语动词和 "what" 引导的宾语从句都是常考结构，具有较强的代表性和可迁移性

Or, two of your friends cancel your planned get-together at the pub and you interpret this as meaning they're bored of you.

第2段，第3句

句子覆盖了主语、谓语、宾语、宾语补足语、表语等多种成分，并列主句和宾语从句的组合提供了成分划分的练习机会，特别是宾语补足语 "as meaning they're bored of you" 和宾语从句的识别具有一定训练价值。

It's just you made some mistakes in the report and she wanted to point these out so that you do better next time.

第3段，第2句

本句涵盖了主系表结构、表语从句、并列结构、目的状语从句、形式主语等多种成分和结构类型，成分种类较为丰富。并列结构和嵌套从句的组合能够提供较好的划分练习机会。但句中没有特别容易混淆的易错点（如定语从句与同位语从句的区分、复杂的双宾语等），训练价值属于中等偏上。

Similarly, in the case of your friends cancelling, perhaps they both felt unwell that weekend or they just changed their minds.

第3段，第3句

本句涵盖并列谓语、主语、表语、宾语、时间状语、方式状语等多种成分，动名词复合结构 your friends cancelling 可作为介词宾语的练习点，插入语 perhaps 的识别也有练习价值，成分种类较丰富，适合作为划分练习句。

One simple way to avoid engaging in personalisation and mind reading is to challenge your negative assumptions of what's happened.

第5段，第1句

本句的主系表结构(主语 + is + 不定式表语)以及嵌套的 what 引导的名词性从句,都是四六级和考研英语阅读中的高频句式。特别是 way to do sth is to do sth 这类表达方式的句型,以及 what 引导的从句作介词宾语的用法,在真题中反复出现。掌握本句的结构后,学生可将其迁移到大量类似句子的分析中,具有较高的典型性和复用价值。

When you find yourself taking a situation personally, try to think of other interpretations that are less focused on you — especially in the sense of saying anything deep or fundamental about you.

第5段，第2句

成分种类丰富且含多个值得练习的点:(1)状语从句中的 "find + 宾语 + 宾补(现在分词)" 结构;(2)主句的祈使句省略主语和不定式作宾语;(3)定语从句的关系代词 "that" 在从句中作主语;(4)系表结构与形容词短语作表语。覆盖主谓宾、宾补、表语、定语从句主语等多种成分,且 "find yourself doing" 和 "try to do" 是常考搭配,练习价值较高。

When you do this, it might help to try to put yourself in other people's shoes.

第6段，第1句

本句的 "it + 情态动词 + 动词 + to do" 结构以及时间状语从句置于句首的安排,都是四六级和考研英语阅读中的高频句式。形式主语用法和情态动词表建议的表达方式具有很强的迁移性,掌握后可应用于大量类似句子。

When it comes to your friends — maybe it's because your friendship is so strong that they felt able to cancel at late notice.

第6段，第3句

本句成分丰富且包含多个易错点:形式主语 "it" 与真正主语(表语从句)的识别、表语从句的定位、"so...that..." 结构中结果状语从句的划分、系动词 "felt" 后接形容词作表语的判断、介词短语作状语的区分。这些都是学生常见的混淆点,练习价值高。

HIGH-FREQUENCY • 真题高频词

本篇出现的 28 个考研英语二真题高频词

下列单词既在本篇完形原文中出现，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。

reading A1

n. 阅读

本篇2次 · 真题 42 句

negative B1

adj. 否定的

本篇2次 · 真题 32 句

psychologist B2

n. 心理学家

本篇2次 · 真题 19 句

interpret B2

v. 解释

本篇2次 · 真题 11 句

undermine C1

v. 逐渐削弱

本篇2次 · 真题 11 句

personally B1

adv. 就个人而言

本篇2次 · 真题 8 句

less A1

det. 较少的

本篇1次 · 真题 150 句

view A2

n. 观点，看法

本篇1次 · 真题 91 句

process B1

n. 过程

本篇1次 · 真题 80 句

case A2

n. 情况

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

challenge B1

n. 挑战

本篇1次 · 真题 57 句

significant B2

adj. 重要的

本篇1次 · 真题 47 句

thinking A2

n. 思考

本篇1次 · 真题 33 句

reality B1

n. 现实

本篇1次 · 真题 31 句

highly B1

adv. 非常

本篇1次 · 真题 28 句

positive B1

adj. 积极的

本篇1次 · 真题 27 句

assume B2

v. 假定

本篇1次 · 真题 23 句

directly B1

adv. 直接地

本篇1次 · 真题 23 句

staff B1

n. 全体员工

本篇1次 · 真题 21 句

engage B2

v. 参与;从事

本篇1次 · 真题 19 句

comment B1

n. 评论

本篇1次 · 真题 18 句

fundamental B2

adj. 基本的

本篇1次 · 真题 15 句

assumption B2

n. 假定;假设(未经证实就认为是真的事)

本篇1次 · 真题 11 句

interpretation B2

n. 解释

本篇1次 · 真题 11 句

feedback B1

n. 反馈

本篇1次 · 真题 10 句

perception C1

n. 看法

本篇1次 · 真题 8 句

strive B2

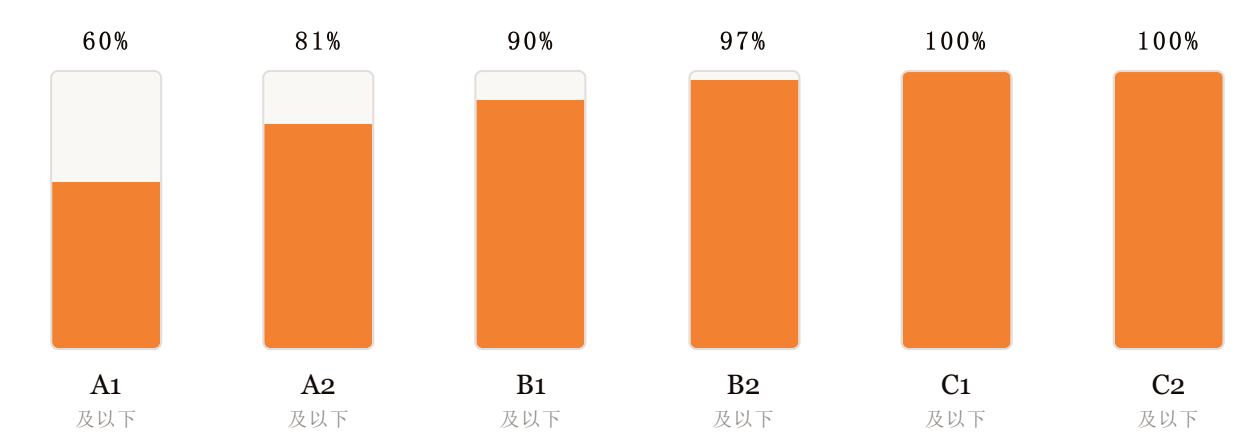
v. 努力, 奋斗, 力求

本篇1次 · 真题 8 句

VOCABULARY · 词汇难度分布

全文 137 词按 CEFR 难度累积覆盖

带空短文去重后共 137 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 4 个 · 约 3%。



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 137 个 · 末柱为 100%

去重总词数

137

B2 以上难词

3%

B1 及以下覆盖

90%

考研英语二 2026年 · 全卷构成

Section I	完形填空（四选一）	本题
Section II Part A	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	多项对应（信息匹配）	题目解析 →
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 →