

06年考研高分考生谈政治：考研是场心理战 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/173/2021\\_2022\\_06\\_E5\\_B9\\_B4\\_E8\\_80\\_83\\_E7\\_A0\\_c73\\_173539.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/173/2021_2022_06_E5_B9_B4_E8_80_83_E7_A0_c73_173539.htm)

我是一名应届毕业生，考研对于我来说，最大的问题就是心理。孙子兵法中讲，“攻心为上”，“欲攻其身，先攻其心”。考研从一定程度上说也是一个心理战，心理素质好的同学往往更容易应付。应该怎样具备一个过硬的心理状态，打好这场心理战呢？具体来说，有以下几点供大家参考：首先，要保持乐观积极的态度。无论你选择目标的难易程度怎样，你考上的可能性大小怎样，你在备考时所处环境的优劣程度怎样，你都要尽量的做到乐观的看待这件事。如果感觉自己的压力过大，不妨给自己设计好考研失败后的退路，这样学习压力会明显减小的。我当时就是给自己做了一个打算，就是考不上就去找工作，这样想就能让内心轻松许多。如果你感到自己学得不大好，就想别人可能和自己差不多，因为大家复习的时间都是差不多的，智力水平也是差不多的，即使有差距也是有会赶上的。另外还要相信自己！其次，尽可能的排除外界事务干扰，保持心如止水，老子曰：“上善若水而不争。”这就要求尽可能不给自己添麻烦，“涤除玄览”，一心一意准备考研，把其他事先抛开，尤其是找工作！第三，遇到挫折时，要善于自我调节。要知道，“小不忍则乱大谋”！比如说作一套模拟题，答得分很不理想，那又有什么呢？只是一套练习题而已，又不是真的考试题，更不是考场实战，这套题考中了自己的很多复习漏洞罢了。这种情况谁都会碰到的。所以，一定要做到心胸宽广！第四，要有自己的一套心理调节措

施，或者说是情绪发泄渠道。因为人不是圣人，再好的心理素质也有受不了的时候。这时你就要用你自己的方法，适合自己的方法去宣泄内心的不满与压抑，从而能够尽快的恢复到好的状态。比如说，到操场上跑步、踢球，逛街购物，看电影……第五，一定要树立必上的精神。“天生我才必有用”，记住！（李滨考研政治89分）100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)