

激发动力享受考研 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__E6_BF_80_E5_8F_91_E5_8A_A8_E5_c73_173984.htm 对很多人来说，考研是件苦差，长则3年，短则至少1年的马拉松拉锯战，是对一个人身心的双重考验。激发动力，享受考研 鲍露茜，于2004年考入浙江大学新闻系攻读硕士研究生。她自信、乐观的性格给笔者留下了很深的印象。2004年9月，鲍露茜结束实习的前期，发生了一件有转折性的事。有一家媒体来招聘，岗位和待遇都很不错。她说：“那时我的心确实是受到了诱惑，一方面可能觉得考研复习进入了瓶颈期，感觉有些枯燥，另一方面考研也是为了提升自己，以后能有好的机遇。现在有一份好的工作机会摆在面前，何不把握住呢？”花了几天时间去考虑，同时开过家庭大会后，大家一致决定她去应聘。于是鲍又暂时把考研复习放在一边，准备工作的面试和应聘，虽然那时她报的领航政治秋季班也已经开班。“面试挺顺利的，我自己觉得希望挺大的，甚至觉得考研的事可以告一段落了，”但是现实总是残酷的，招聘单位最终选择了一个研究生。“那时心里五味杂陈，失落，痛苦，不服气。这件事激起了我的好强因子，我虽然还不是研究生，但我并不差。同时我也明白，考研和工作，我只能选择一个，正所谓鱼与熊掌，不可兼得。是失败坚定了我全心全意考研的信念，虽然从表面上看我浪费了半个月的时间，但是这件事却使我在9月底提前结束了实习，一个人在家准备复习。自我调节，苦中作乐 对于考研族来说，最难的是在漫长的复习过程中反复调节情绪，给自己建立自信。“适时给自己减压，让情

绪保鲜。”这是同样刚刚考上研究生的张田田对自己的鼓励。“我很喜欢听歌和唱歌，每复习一两个小时，或者感觉状态不佳时，我就停下来，打开CD，静静听歌或者跟着音乐哼唱，让自己完全沉浸在音乐中，使紧张的情绪得到放松。”

“我是一个人住在家里复习的，我每天还有一个减压方法就是做饭，最后的三四个月，几乎每天的中饭和晚饭都是我自己做的，复习的那段时间也是我厨艺最好的一段时间。苦尽甘来，收获多多“苦尽甘来，付出总算得到了回报。我高考没有发挥好，心里总有个阴影。顺利考上浙大研究生后，心中的阴霾也一扫而光了。”这是鲍露茜，也是所有考研人的最终快乐。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