

备战07国家公务员考试：行政专项练习(三)-公务员考试 PDF
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/22/2021_2022__E5_A4_87_E6_88_9807_E5_9B_c26_22005.htm 第三节 如何应试行政职业能力测验 一、应考的复习准备 很多人认为《行政职业能力测验》和《申论》两门科目不需要做复习和准备工作，完全靠的是自身的能力和素质，其实提前准备一下还是大有益处的。相当一部分考生在走出公务员考试的考场后，都发出同样的感慨：只要认真准备，国家公务员考试其实并不难。在考试举办机构不办培训班、不指定考试用书的情况下，考生应着重从以下几个方面进行复习：第一，考生要与时俱进，按照年度考试大纲的要求进行准备。每年的考试大纲都对考生有不同的要求，这需要考生仔细地阅读。第二，考前无须反复做题，只要适当地在考前做几次练习就行了。这样的练习做得太多不会有太大作用，只要知道考试题目是什么类型、用什么样的思路去解决就行了。准备行政职业能力测试的办法是提前做几套试题，一是可以熟悉题型特点，明确答题思路，考试时就可以节省一些时间。测验的考题是逐年翻新的，不可能今年出与去年完全相同的题目。但是，把以前出过的题目稍加变化，作为新考题重新出来，却是屡见不鲜的。因此，仔细研究前几年出现过的题型及特点，无疑会对以后的考试很有帮助。二是可以熟悉规则、了解测验的实施方法和程序。比如答卷纸的使用方法，分段计时的要求，在每个部分、每道题上时间的分配方法等。第三，平时积累比临时突击重要，掌握方法比多做题重要。《行政职业能力测试》的考题覆盖面颇广，例如常识判断包括法律、政治、经济、人

文、社会、科技和管理方面的内容，临时突击做练习是无济于事的。不管是报考哪一类职位的考生，关键要熟悉《行政职业能力测验》的考试方法。不同的题型要用不同的方法和思路去解答，比如《行政职业能力测验》中的判断推理等题目，主要靠平时的积累，不管是知识的积累，还是实践的积累，都很重要。而数量关系和资料分析的题目更需要技巧，这些技巧是和一个人的思维方式、价值观相连的，所以要通过这个考试，更需要的是方法和技巧。高分低能的考生肯定无法通过这样的考试的。在考场上，考生应着重注意以下两点：第一，考试的时候一定要审清题目。公务员考试时间很紧张，尤其是《行政职业能力测验》，很多考生都答不完全部试题。因此，做题之前，就一定要认真把题目看清楚，准确答题，减少盲目性，避免因改正错误而浪费宝贵的时间。第二，回答问题要联系实际，忠于试题。公务员考试说到底是要看考生究竟是不是做公务员的“材料”，改革后的考试对考生实际能力的要求更严格了，所以，考生考试时一定要多联系自己工作和生活的实际，不可以凭空想象。答题时一定要忠于原文，在所给材料中寻找正确答案。

二、应考的心理准备

大多数考生在考试前都会出现比较高的焦虑情绪，这是很自然的事。那么，在这种时候应该怎么办呢？首先，应该树立一个信念，就是要把焦虑变为动力，从思想上让自己得到放松。其次，要检查一下自己的学习习惯，保证有足够的复习时间，使自己不会在考前最后一刻感到懊悔和紧张，消除自己的焦虑情绪。第三，不要把考试看得太重，只是把考试当做显露自己才能的一次机会，就会减轻许多心理负担。此外，考试前准备好必需物品，提前到达考试地点熟

悉考试环境等，都有助于稳定我们的情绪，坦然地面对考试。考试，不仅是对应试者知识、能力进行检验，同时也是心理素质经受检验的过程。良好的心理状态，恰当的动机水平，充分的思想准备，往往比考前其他方面的准备更为重要。当人们面临考试时，一般都有很强烈的取胜动机，希望自己获得成功，这种心情是可以理解的。但是过高的求胜动机，过高的期望水平，又会造成心理上的紧张和焦虑，从而影响到水平的正常发挥。心理学的研究表明，动机强度与效果之间并不是线性关系，而是成倒“U”曲线关系。也就是说，过低和过高的动机水平均不利于活动的效果，而只有当动机保持在中等水平时，才会刺激个体发挥出自己的最佳水平，取得满意的考试成绩。因此，在考试过程中，不要过多地思考胜败得失问题，只是把它作为一种对自己真实水平的检验，就可以减轻心理压力，轻松上阵，坦然应对，正常甚至是超常发挥出自己的水平。

三、应考的技能准备

有些人平时表现十分出色，但在考试时总是发挥不出应有的水平。这种情况与缺乏正确的应考技能不无关系。在考试时注意以下几个方面会有助于自己真实水平的发挥：

1. 把握好考试时间 考卷打开后，不要忙于作答，先把卷子浏览一遍；了解总的题量以及各题的难度情况，粗略分配一下每道题所用的时间，做到心中有数，以便在答题过程中灵活掌握。
2. 先做会做的题 千万不要在难题上花太多的时间，先保证把会做的题目做完，否则得不偿失。遇到难题时，在上面划一个记号，而后跳过它们，若答完所有题时尚有时间可以再思考这些题目。
3. 克服考试中的“舌尖效应” 生活中总有这样的情形，一些很熟悉的事情，就是一时想不起来，有一种话到口边却说不出

来的感觉，心理学中称为“舌尖效应”。“舌尖效应”在情绪紧张时尤为明显。在考试中遇到这种情况时，不要紧张，可以暂时把空上题目放在一边，先做其他的题，过一会再回过头来思考这个问题，也许就会想出答案。

4.避免犹豫不决，重视直觉思维 在考试过程中，往往还会遇到这种情况，针对一个问题，想到了好几种答案，且觉得几种答案都对又只能选一种时，应试者往往会陷入沉思，犹豫不决，最后瞎猜一个答案。在这种情形下，建议你采纳最先想到的方案，也就是说，要重视直觉思维的结果。直觉思维是以过去的体验和知识水平为基础产生的，故有一定的正确性，它比随意瞎猜更有效一些。

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