

如何面对公务员考试中的竞争压力及心态调整-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_A6_82_E4_BD_95_E9_9D_A2_E5_c26_22591.htm

说起国家公务员考试，考生们最关心的莫过于07年国家公务员考试，因为离报考时间日益临近了。在真正的考试之前，考生们考虑的问题有哪些呢？中国公务员考试学习网的专家就考生在竞争和心态的问题上给考生提供一些参考看法。对于考生而言，从准备报考一直到考试真正结束，在整个过程中考生们的竞争和心态因数起着决定性作用。我大致从报考阶段、考前复习准备阶段和考试阶段这三个阶段介绍一下考生自己的竞争和心态因数的变化情况，关键是如何调整。

第一：报考阶段的竞争压力和心态问题。在这个阶段，考生们往往会忽视一个问题，就是在没有充分考虑清楚的情况下报考，最终可能会由于某些因数而导致失败。考生们该如何面对这个问题，应该从自身的实际出发，因为如今的国家公务员考试竞争是越来越激烈，所以考生应把存在的竞争因数充分考虑好，比如报考职位区域的竞争、报考职位人数的竞争、报考职位专业的竞争等，期间对自己不能抱有任何侥幸的心态，否则到头来吃亏的还是自己。因此，考生考虑好自己的切实状况后，就可以根据招考职位的区域、人数、专业等要求对自己有个很好的定位，这样心态也是比较镇定的，因为自己做好了准备。在这种有准备的条件下做出的选择往往是明智的。所以当你报完考后，你会怀着愉悦的心情去准备复习考试。

第二：考前复习准备阶段的竞争压力和心态问题。这是一个最重要的阶段，考生们都在忙着购买参考书、参加好的培训班、抓紧

更多的时间复习等，因此这个环节中，每个考生的面对的竞争压力和心态肯定是非常复杂的。中国公务员考试学习网的专家建议考生应该脚踏实地的准备复习迎考。首先，考生要购买自己适合的参考书，目前市场上的教材比较多，建议考生根据实际情况选择一套高质量的教材尤为重要，因为自己复习起来心态比较放松，竞争相对也少。反之，就等于加大了自己的竞争压力。接下来，考生应根据自己的时间和实力情况以及复习的效果等，选择是否有必要在考前参加辅导班。考生如果觉得自己复习效果好，而且原先基础也比较扎实，那么就不用浪费时间和精力去参加辅导班，因为自己已经有竞争优势，何况公务员考试是考察学生的知识积累情况、运用知识分析和解决相关问题的能力、包括个人处理实务能力和应变能力等的综合素质要求。如果学员觉得自己复习效果不佳，而且压力过大，在这种情况下，可以选择比较适合自己的辅导班学习，这样在老师的讲解下去复习能节省大量宝贵时间，同样在竞争力和心态上也起到一个较好的调节作用。然后，复习进入冲刺过程时，考生的竞争和心态可想而知。这时，考生应抱着信心十足的状态，把平时学习的知识点进行必要的总结和归纳，使自己对所掌握的东西有一个整体的把握，对抓紧时间再巩固知识会起到很好的作用。否则，一味的钻在题海中不能自拔，结果也会前功尽弃，而且也会给自己造成不必要的竞争压力和痛苦。所以要适当的调整压力和心态，这样复习起来状态佳而且效果好。第三：考试阶段的竞争压力和心态问题。进入考试阶段了，考生们应保持强劲的竞争优势和良好的心态积极迎考，期间要抛开一切杂念，考完一门后就不用去想其结果，而是调整心情考虑如

何应对下一门，直到考试科目全部结束。另外，还要保证健康的身体，如果能做到如此，坚持到最后，相信你的结果会让你满意。因为你自己已经做到了绝对优势的竞争状态和保持了最佳的心态。总之，胜利是属于有充分准备的人。

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