

专家备考点拨六：考前调整心态最重要-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\\_\\_E4\\_B8\\_93\\_E5\\_AE\\_B6\\_E5\\_A4\\_87\\_E8\\_c26\\_22920.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/22/2021_2022__E4_B8_93_E5_AE_B6_E5_A4_87_E8_c26_22920.htm)

行政职业能力测验要准备三个方面：题型、快速解法、心态。第一个方面是题型。135道题每一道题都是有题型的，如果考生看到这个题不会，基本上也就做不出来了。举一个例子，1乘2一直乘到2000，最后得出的结果前面有几个0？这个很难知道。从备考的角度来看题型，那题型的量是更大的。考试前考生所要准备的，就是想方设法的扩大自己的题型库，最简单的方法就是做真题。现在从中央到地方，公布的真题大概有90套，考生能做40多套真题就已经足够了，每一套真题和真题之间的题型差距也是比较大的，做了40多套对应付这次考试问题肯定是不大的。第二个方面是题型后面的快速解法。行政职业能力测验的考试是一个时间的赛跑。每个题型所采用的方法的解答速度是不一样的，所以考生在掌握题型的同时还要想方设法的找到这个题型最快捷的解答方法。第三个方面是心态的调整。大部分考生都是处在一个紧张的状态。一方面是总体的心态，考生不要太看重结果，太看重结果的话，会使你的备考没有效率。另外一方面就是答题的时候要有一个放弃的原则，135道题你肯定会有20-30道题没有见过，这是你要放弃的。所以10秒钟看这个题没有思路就要放弃。对行政职业能力测验考试前应该分三个阶段复习：第一个阶段是扩大题型和扩大方法；第二个阶段重点做真题强调扫描，还是再扩大题型和方法；第三个就是完全实战的模拟。最后几天比如说距离考试还有两三天，我们要全面的调整，这种调整不仅

仅是在考试的计划和安排上，在自己的心态和身体上要进行调整，要保证这三天是一个非常良好状态下。比如说睡眠，至少要保证10-12个小时的睡眠，这时候不要说我还有题没有看完，一个好的状态对于你最后分数的提升5分、10分都有可能。第一阶段是用十天左右的时间做题，这个时候做题，强调一个原则就是慢慢的做，不要太快，这时候做题很明确，目的在于分析和总结题型。这是一个新题型，它的特点是什么，又出现一个新题型，它的特点又是什么，一定要这样的总结，十天的时间通过做真题的形式把你的题型库扩大。第二阶段是用七天的时间，这七天就要快速的做题，这时候当然也要做真题。还是以真题为主，要快速的做题，不能慢慢的做。我们强调两个字“扫描”。第三阶段很明确完全按考试的要求进行模拟，大家可以做一些模拟试卷，一定要做难度相当的试卷和真题，按照真考的要求做。考试怎么要求就怎么要求，不能停，两个小时就是两个小时，考生要看在这两个小时你里自己可以做多少题。对于做错的题一定要重视起来，要把这些做错的题总结起来，错题错在什么地方，为什么错，思路错了，还是马虎错了，怎么改，这很关键。

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)