

访谈：把问题向中央精神靠拢公务员冲刺及临场技巧-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_ti2020/23/2021_2022__E8_AE_BF_E8_B0_88_EF_BC_9A_E6_c26_23020.htm

主持人：各位网友，大家好！欢迎收看腾讯网视频直播。后天就要公务员考试了，现在不管你是胸有成竹，还是忐忑不安，你现在都有必要把握一下我们在最后这个关键时刻。今天我们有幸请到了中公网的邓湘树老师和张永生老师，希望能对考生有所帮助。从总体上应该怎么把握最后阶段呢？张永生：离考试已经所剩无几了，在最后的时间内，想在水平上提升，可能性很小，复习什么并不重要，重要的是要调整好自己的心态，要掌握好答题的技巧和考试过程当中应该注意的事项。这是我个人的一些观点，如果大家还不放心，想要看一些内容，实际上我们跟考生的特点，比如说最后的时间可以看一些记忆性比较强的东西，或者是通过记忆可以有比较好的效果，一些尝试或者是申论，可以稍微关注一下。其他的我认为不需要花太多时间关注，关键要调整自己的心态和状态。邓湘树：我完全同意张老师的立场，现在离考试只有一天多一点的时间了，关键时候我们要调整心态，相应做一些准备工作，不要等考试的时候手忙脚乱。公务员考前的注意事项有哪些？张永生：我给大家谈一下，在考试过程当中以及题型的准备过程当中，应该注意哪些事项，事实上大家应该把每一个细节都考虑到，这样我们考试的时候比较从容，免得哪一个环节上出现了问题，影响我们考试的情绪和心态，最后影响我们考试的效果。比如说，大家应该熟悉考场，北京这个城市比较大，其他地方也存在这个问题。也就是说，考场可能离

你的住所比较远，大家应该在提前一天看一下考场。对于像北京这个大城市，大家要考虑到乘车路线的问题，还要考虑到城市堵车的问题。一定不能时间非常仓促，甚至是造成迟到，大家应该对考场比较熟悉。还有一些应该准备的东西，都应该在头一天准备齐全，准考证副本是不是打印出来了，2B铅笔是不是已经削好了，削笔刀有没有准备好，考试过程中不能开手机，大家应该准备一个手表，以便能够把握时间。再比如说，大家应该注意休息，我们刚才实际到提到这样一个思想。在最后的时间，复习什么已经不重要了。大家应该有这个信心，你的水平完全可以通过这次考试，关键是在你考试过程当中，发挥好。怎么样才能发挥好？要有一个良好的精神状态才能发挥好。最后这几天应该注意休息。最好能保证10小时的睡眠。如果说你拥有这样一个好的状态的话，比你看书，熬夜一直熬到凌晨两三点才考试，多背诵两三道题效果要好得多，关键要休息好，保持良好的状态。还有早晨到考场，一般考试规定提前15分钟进场，大家不要迟到，也不要过早到考场。现在的天气普遍比较冷，大家如果在考场外面呆的时间过长的话，可能会在生理状态上造成一定影响，进而影响考试。还有，大家要坚持。不能够放弃。你可能最近的精神压力比较大，压力大到一定程度，可能考生会想到逃避的心理，你不要放弃。另外最重要的是，你考了一科之后，可能觉得比较难，可能想下午不想考了，不管有多难，我们也要充满信心，把下午的申论考下去。我先谈这些。邓湘树：的确像张老师说的那样，关键是要做好准备工作，比如说准考证还有铅笔，到考场的时候，这些东西在头一天清理好，不要第二天早上再收拾东西。还要提醒大

家一下，不要随便改变习惯。为什么呢？刚才讲到，平时大家都有比较晚睡眠的习惯，可能是12点睡觉，甚至是1点睡觉。大家不要为了第二天的公务员考试太提前睡觉。最好你稍微提前一点点，11点左右开始准备睡觉，就可以。第二天早上我们可能有很多大学生，从来没有吃早饭的习惯，突然想今天会不会饿，会不会怎么样，就去吃很多东西，其实这个也没有必要。为什么呢？因为大家知道，平时不吃东西，上午人的血液主要是供大脑使用，吃了东西之后，血液可能要供消化食物用，平时不吃，可能就会使得你今天上午会出现供血不足的状态，大家基本上保持平时的作息时间和生活习惯不变，保持这样一个心态，这是比较重要的。主持人：在心态上肯定要调整。在做题，做题过程中，有一些技巧问题，有一些人实际上这些题都会，但是当时我就是没做，因为这些题在后边，我连看都没看，导致我这个分数不理想。答题顺序问题。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