

考前的学习问题越来越多，为什么？PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/235/2021\\_2022\\_\\_E8\\_80\\_83\\_E5\\_89\\_8D\\_E7\\_9A\\_84\\_E5\\_c65\\_235249.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/235/2021_2022__E8_80_83_E5_89_8D_E7_9A_84_E5_c65_235249.htm) 最近，有一位考生问我，“宋老师，高考马上就到了，感觉我的学习问题却越来越多，好多以前没有认识到的问题都冒了出来，为什么会这样？我该怎么办啊？”在高考即将来临的时候，这个问题带有很强的普遍性。而且，会给相当多的考生朋友带来较大的心理压力。因此，今天我就和大家一起来分析一下，并给出我的建议。首先，这个问题的产生和考前压力增大有直接的关系。当我们面对巨大压力的时候，我们往往会不自觉地放大情绪感受。一些原来并不大的问题，甚至是被我们认为可以忽略的问题，会突然“变得”非常重要，而这会直接影响我们的感受。针对这个方面，建议大家运用我前面结合“学道训练思想”讲过的学道减压法、深呼吸法、微笑法等，提前疏导压力，消除紧张情绪。其次，有些同学经过一段时间的努力，终于突破了考前的平台期，（这个时期的表现为考生非常努力但成绩上升很少，甚至下降，需要转换学习思路，从认知的角度分析学习问题。）对各科学习问题的理解上了一个境界，这样一来就会发现一些原来看不到问题，那么，从某种意义上讲，这是绝对的好事。建议大家抓紧时间，把重新发现的问题按照学科和知识大点，进行归类，迅速形成一套解决线路，就会对原来的学习起到很大的提升作用。此外，建议大家对问题分出轻重缓急，优先处理基础性、原理性问题。最后，要告诫大家的是，在任何时候、出现任何问题，大家都要冷静分析，不要急躁盲动。其实，从你

的所学知识出发，从基本原理、基本题型出发，建立自己的解题线路，你就可以轻松面对各种问题。这也就是“以不变应万变”的精神所在！祝愿每位考生轻松迎战，笑傲六月江湖！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)