

三度披挂上阵：充分的准备、平和的心态 PDF转换可能丢失  
图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/352/2021\\_2022\\_\\_E4\\_B8\\_89\\_E5\\_BA\\_A6\\_E6\\_8A\\_AB\\_E6\\_c73\\_352330.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/352/2021_2022__E4_B8_89_E5_BA_A6_E6_8A_AB_E6_c73_352330.htm)

我从2003年开始考研，第一年没有准备，结果只有英语没上线，2004年考中科院地球环境研究所，考了328分，调剂到合肥工业大学，最终选择了放弃，今年考中科院广州地化所。历经三次考研，我认为要真正在考研中取得成功，应该必须做到以下几个方面：

一、充分的准备。document.write("").ad\_dst = ad\_dst 1. 假如你有考研的打算，应该早做准备，千万不能等到考试时间日短的时候再来，这样的话复习非常吃力。很多朋友，特别是在职的朋友，对自己目前拥有的职业难以取舍，产生犹豫不决的情形，这对考研很不利。所以你有想法的时候，我劝你还是趁早权衡利弊，做出决定，以免在考研复习中影响自己的心态，最终影响自己的考研结果。

二、平和的心态。考研是一种身心都非常紧张的劳动。如果一个人能在本身就异常紧张地劳作中保持平常心，遇事不惊、泰然处之，那么他便成功了一半。一旦你决定了要考研，不论是出于哪种动机和目的，就把它当作一件很平常的事情去做，当作一次人生经历，一种人生体验。即，应先放松自己，因为每个人的一生都要做许多事，考研并不是人生唯一的一件事。更具体点儿说，可以这样想想：考中了，将来好会好到什么程度；考不中将来又会糟糕到什么程度是不是就无法活下去？这样或许你就会有一种比较宽松平和的心境，对考研也能以平常心待之。孤注一掷、背水一战，置之死地而后生这样的心态当然也不乏成功之例。但对于一个心理承受力、体质都较差的人

而言，更多则是事倍功半。因为他始终处于高度紧张的状态，经常都在担忧落榜的后果。这样不但直接影响平常的复习效果，就是对那些本身基础不错的人也往往受此种心态的影响致使考前失眠、精力不支乃至发挥失常而名落孙山。

三、充满自信。尤其对于那些二度甚至三度披挂上阵的奋斗者来说，自信心尤为重要。其实经历一两次失败并不重要，别人如何说怎样看也不重要，就怕你自己对自己失去信心，自己怀疑自己。如果这样，不但复习勉力支撑，就是在考场上本来很有把握的题也会犹豫再三不知从何下笔，那样的结果自然不言而喻了。所以不但哲人常说、心理学家常说，就是现今流行的武侠小说中的高手也常说：不怕别人打败你，就怕你自己打败你自己。对于自信心来说，我觉得只要你复习得当，复习得充分，你就应该豪不犹豫，应该具有一种除我之外，舍我其谁的气概！对于复习不是很充分的朋友，我认为你也不要灰心。我就绪常常用一种信心自我膨胀的方法来调节自己，相信自己，相信别人并不比我们优秀！

四、正确合理地安排时间。对于在校的朋友来说，时间该非常充足，我撇开不谈，我就谈在职的朋友的时间安排。由于在职的朋友白天上班，时间甚为有限，所以不好好安排时间，复习会忙的焦头烂额。我白天几乎没有时间看书，既使有的话，我把它用来安排看专业和政治，因为专业和政治相对来说不需要百分之百的注意力。假如你的专业需要静下心来观看的话，我还是劝你不看专业，看看政治吧，当然不是去背政治，最好是看看，再做题。在上班的时间不要费力去背英语单词，我想在非常短的时间、比较吵闹的环境复习英语得不尝失！在职朋友的主要时间在晚上，因此晚上复习时间安排是决定复

习成败的关键。我在晚上是这样安排时间的，在九点以前看英语和政治，政治不要花太多的时间，主要是在英语上，可以分时间段背单词、做阅读。每天给自己定下一个时间和任务看英语，再看政治。在九点以后，当精力下降的时候，我建议你复习你最拿手的专业课程，这样不会显累，复习也会更有效果。

### 五、正确的复习方法。

每个人都有自己的复习方法，我在这就谈我自己的复习方法，为广大研友提供借鉴。当我作出考研决定后，前斯阶段（一般在每年的七月份以前）开始着手看英语，这个时期主要是背单词，做阅读理解。我建议这两项该同时进行，每天你背到的单词有可能在阅读中出现，而每天阅读中出现生单词，你又可以把它作为记忆对象。如果你的时间有限，你还是经阅读为主，主攻每篇阅读中经常出现的生单词来背！这里说到了阅读，所以选择适合的阅读资料也很重要。一般来说，选择难度适中，符合考研大纲，覆盖大纲词汇的资料为好！在看英语的间歇时间，我把看专业作为调剂，在这个空档时段，可以系统地把专业看完一遍。在七月到九月之间，为暑假时间，这时还得继续看英语，不过得开始看政治了。与此同时，应该对专业课系统地作一遍笔记。这段时间可以把政治看完一次。在九月到十一月间，对于英语，应该做专项训练，政治作一些基础题，专业呢还得过一遍。到了考前两个月，每天得看英语和政治，我建议研友们还是以做题为主！（特别是针对记不住的朋友，其实做题也是记忆的过程，你做熟了题，相关知识点自然就熟了）当然做题并不是盲目地做，应该有选择性地做，做过之后要及时归纳总结，要针对自己的薄弱点。比如你在某些题经常做错，你就针对这些题可以做个错题本，常拿

出来看看！做题的时候你还可以发掘出一些记忆技巧。这时段的专业复习，应有所侧重！你最好是分析所报考地方该专业的往年试题找出复点（比如某些知识点不好出题，你可以略看），针对重点进行重点复习。除此之外，我觉得复习时采用集中复习为好，比如你这段时间看英语阅读，就做阅读，如果是做新题型就做新题型，看某门专业就看某门专业，千万不得眉毛胡子一把抓。我每天用于复习的时间非常有限，在2004年的那一次考研中，我几乎是九点以后开始看书复习，今年时间比较充裕，所以感觉复习非常轻松。准备考研的朋友们，你不妨看看我的建议，或许对你有所帮助！最后我要说的是，每个人的具体情况不一样，你要因时制宜，因人制宜，选择自己最佳的复习方法、以最平常的心态、以百倍的信心决战考研。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)