

2011年护士资格考试经验总结-护士资格考试- PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/4/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E6_8A_A4_c21_4362.htm

2011年护士资格考试经验总结：培养一颗爱医学专业的心，掌握两个做题的方法，坚持三手抓三都要硬，抓住四个关键因素，做好五步轮回复习，确保六个月时间。我是一名护理专科毕业生，2011年第一次参加护士资格考试就顺利通过。个人学习的体会和收获可以总结为六句话。

一、培养一颗爱医学专业的心 情感的投入与专注是成功的关键、胜利的法宝 就是说你在准备护士资格考试的过程中，医学教育网搜集整理内心必须要有对专业的热爱，征服护士资格考试的强烈向往。如果你还没有考虑好是否以护士作为你的终身职业，你还没有决定是否愿意为护理真诚奉献，你还没有为通过护士资格考试破釜沉舟的坚定决心，那么我建议你先休整一段时间。

二、掌握两个做题的方法 即内心确信 排除合理怀疑 内心确信和排除合理怀疑，把它们引入到护士资格考试的做题方法，意在培养自己严谨的做题风格和严密的思维。在护士资格考试中，就是对每一道题，除了知道正确的选项及其理由外，还必须知道其它选项的排除理由。这样两者相结合，就比较可靠地得出正确结论和答案。护士资格考试有它自身的特点，那就是每一道题目所考察的不仅仅只是一个知识点，“陷阱”比较多，往往是多个知识点交织在一起，处理起来比较复杂。这就要求我们保持清醒的头脑，善于进行科学分析，科学判断。切忌一看到自己满意的所谓“正确”答案，看都不看其它选项，就匆忙下笔。这样，很可能你是顾首不顾尾，只知其一，不知其二，疏

漏就难免了。因此，你一定要耐心细致地把题读懂，把选项看明白，既知道为什么选谁，又明白为什么排除其它，然后综合判断，作出正确选择。

三、坚持三手抓三都要硬 学习、锻炼、休息，这三者关系要协调好，要做到“三不误、三促进”当然，护士资格考试的复习备考是中心，锻炼和休息都要为之服务。锻炼身体是一个长期的工作，任何时候都不能放松。我的做法是，每天保持至少半小时的锻炼。其实，锻炼的目的是保持充沛的体力和精力，保持较高的学习效率和效果。因为护士资格考试备考是以月为单位来计量的过程，医学教育网搜集整理不是“短期工程”，没有较好的身体素质和良好的精神状态，是难以坚持到底和最后取得胜利的。锻炼身体实际上就是“磨刀”，是不会耽误你“砍柴”功的。而休息，实际又是备考过程中，大家普遍反映的一个比较头疼的问题。特别是到了3月和4月，很多同学都说睡不好觉，甚至整夜辗转反侧，不能入睡。自然第二天白天的学习效果无法保证。我的习惯是，每天确定12点以前上床睡觉。因为医学专家认为，凌晨零点到2点，是睡眠的最佳时段。当然，每个人都有自身的作息习惯和生物钟规律，都可以根据自身的喜好选择合适的作息方式，但是至少每天要保持七小时的睡眠。因为人不是机器，不能长期的透支体力。所以，必须要处理好锻炼和休息问题，做到时间上充裕，精力上充沛，才能保证学习优良的学习效果。

四、抓住四个关键因素即理解、运用、做题、总结，这四个因素太重要了，一个也不能忽视 首先，护士资格考试重点考察的是理解运用医学知识解决实际问题的能力。因此，我们必须做到弄懂、想通、会用。如果时间充足，可以把练习题多做几遍，如果来不及

，至少要认真地做一遍。最后，一定要善于总结。护士资格考试的内容相当庞杂，知识很多，我们只有将其总结归纳成有规律的体系，才能有效地记忆，较好的把握，成功的运用。要通过相互比较、分析归纳，并与自身已有的知识体系联系起来，形成比较稳固的知识链条、知识网络。因此，总结在护士资格考试中就相当重要。

五、做好五步轮回复习三个月 一个月 三周 两周 两周，把整个内容来五个轮回的复习备考过程，大家倍感头疼的是遗忘。其实遗忘最怕的就是复习。只要我们勤复习，我们就会变模糊为清晰，把知识点能“记死”。我的具体做法是，先花三个月时间，把医学教育网的课程认真地听一遍，全面熟悉内容，打好基础，把知识点弄懂搞透；然后花一个月再把教材复习一遍，对重点知识点强化理解和运用；之后花三个星期复习一遍，力图构建起初步的知识体系和框架，对疑难问题重点排除和化解；再花两个星期复习一遍，强化重点知识点的记忆；最后花两个星期再复习一遍，对薄弱环节进行强化训练，强化理解和记忆。每复习一遍，就做一套模拟试卷。在做题的过程中，你就会发现自己的真实的进步和收获。最后一个星期，查漏补缺，对错题来一次分析和总结。经过这五轮的来回复习巩固，相关的知识点就会慢慢沉淀在脑海里，医学，教育网收集整理有的甚至会成为抹不去的记忆。

六、确保六个月时间对一个基础不太好的人，六个月的时间是比较经济的成本预算 护士资格考试是一个执业资格考试，决定了它考察的专业性、运用性和全面性。幻想通过一两个月时间的突击来搞定它，很不现实。因此，我们必须牢固树立打持久战的准备，医学教育网搜集整理注重打基础。这样，逐渐的积累，基

基础就慢慢打起来了，基本的知识构架也慢慢建立起来了。总之，护士资格考试既考智力，更考耐心和毅力；既要勤奋，又要注重方法和技巧；既要专心致志，又要兼顾其它。只要我们胸怀必胜的信心，手握科学的复习方法，再加上必要的时间保证，应该说通过护士资格考试并不是一件难事。相关推荐：[#0000ff>2012年护士资格考试备考攻略之端正态度](#)
[#0000ff>2012年护士资格考试笔记善于总结和系统把握](#) 热点推荐：[#0000ff>2011年护士资格考试合格分数线预测](#) 特别推荐：[#0000ff>2012年护士资格考试介绍](#) [#0000ff>执业护士资格考试大纲](#) 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