

如何调适心态来备战2008年注册安全工程师考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/456/2021_2022__E5_A6_82_E4_BD_95_E8_B0_83_E9_c62_456983.htm

2007年注册安全工程师资格考试基本进入到收尾阶段了，考试成绩各个省陆续开始进行查询了。2008年注册安全工程师执业资格考试考试时间确定为2008年9月6、7日举行。现准备参加2008年安全工程师考试的人们逐渐进入到复习备考阶段了。在备考阶段，如何调整合适的心理状态来准备复习成为广大考生亟待了解的内容之一。以下本网收集了一些调适心态的建议和意见，方便广大考生参考。几点说明：1、请注意考试与学习的区别，就是说你参加考试的最终目的是为了通过还是以此来提高水平。如果是为了通过的，那也就是说这次考试是具有功利性的。但请注意了，凡是具有功利性的东西都是有迹可寻的。这无疑给了那些还在迷茫中的朋友们一盏明灯。2、请注意别人的方法与自己的理念的区别。凡是已经被称之为方法的，都应该具有可利用性。所以我希望那些不赞同甚至憎恶别人的方法的朋友们，请注意那些毕竟不是你自己的理念，当然有所差异了。3、不要急于想知道别人是具体用什么方法来通过考试的，而是要知道为什么别人用这样方法却通过了考试。在参考别人的方法时，你是抱着什么样的方法论看之。

一、对注安考试的思考 注安是什么？注安考试是什么？对于这些问题，相信还有很多朋友一直在困惑。如今的注安考试对于一个执着于安全工作，一定要从事安全行业的人来说，是必不可少。但是生命假如少了或者暂时少了这么一个考试和证书，也不是太遗憾的事。所以，放平心态，坦然面

对所有可能会产生的可能性，这也就叫考试心理吧。失败也许会有很多次，不过成功一次就够了。我始终觉得有一点是很重要的，就是“悟”与“悟性”。人面对欲望总是太执着，行为处事时要不太相信自己，自以为是；要不紧张错乱，对自己毫无信心。要改变一个人的性格暂时是不太可能，但一个人为了考试暂时学会变通还是可以的。那么，面对应付注安考试的众多方法，光全盘接收肯定是不行的，而作为读者本身最关心的应该是别人所讲的方法自己能不能领会，而不是自己觉得他讲的内容对不对。任何方法，只有在一个人身上发生作用就是有用的，就有其可利用性，别人可以不认同，但无法否定。这里首先就要讲到你如何去“悟”的问题了。无欲则无求，不执着则不烦心。可人总喜欢带着自己一些固有的观点与经验来看待别人的思想，结果总是有所偏差。对于别人的方法，我们先不管其有用或没用，对或错，我们不妨先想想为什么基于他的方法他会成功，而我们却会不认同或者认同了还是没用。那么，我们首先要明确的是之所以称之为“别人的方法”，是因为施法者应用了适合于自己的理念与信心外加一些必要的努力，但却并非适合于任何人。对于一个功利性质的东西来说，我们永远都不要去寻求他对或错，有没有用，而是通过寻求别人为什么会有这样的方法并且也成功了来探索属于自己的方法。这个方法就是最后的成功。也许在学术上说，我们更多注重的是过程，但相信一点，对于通过注安考试来说，更多注重的永远是结果。相信在注安考试这个过程中永远没有第一，也没有水平之分，只有成功与失败。面对注安考试的复习，只要你能想出办法如何把不是你的东西变成你自己的东西就可以，或者说你不具

备能力可还是把其做对了就可以了，至于过程嘛，你自己看着办吧。我可告诉大家的是，如果你们在经历过努力看书，认真复习还是不停地失败的话。我想你们应该从现在开始要忘记自己以前所有的“以为”、“觉得”。不是说你们的那些想法是错的，而是如果再把那些以为呀，觉得呀的东西带在脑子里的话，失败还会继续，他们一定会影响你们的考试成功。因为失败过一次已经证明有些“以为”是应该要有所保留的，为什么还要继续呢？虽然我不排除那些“以为”有大部分是对的，但导致失败的就是那些错的以为在作怪，但你却无法剔除，对吗？当然这是一个很痛苦的过程，但要想成功就应该有所取舍。说句不恰当的话，对于资格考试来说，“没通过”对你来说就是“难”，就是“失败”，不需要任何理由，因为你的确已经失去了取得这次资格的机会。成功就是成功，不管他有多厉害或多糟糕。

二、如何对待应考学习方法及怎样调整

大家都知道考试复习是要注意方法，但就是不知道如何来把握这个方法的度的问题，什么叫方法，怎么样才会适合个人。我认为，注安考试不是完整意义上的水平考试，而是考大家一个“考试意识”的问题。由于试卷是由很多人来出的，这就决定了考试没有一个集中的难度与中心思想。于是注安考试在考试形式上是很功利的，由此也决定了通过这种考试其实在水平上是没有什么高的要求的，但却让一些有心人学会了如何应付考试，而这些有心人如果再有点心就会把心得写下来，让愿意认同的另外一些有心人来参考。

第一：在注安考试过程中，无论你是怎样失败的，请都要相信成功者都是有道理的，哪怕那样令你实在能以信服。如果我把复习方法看成伴随通过考试的一种必要条件，

不知朋友们愿意认同否？的确有些人毫无方法也通过了考试，可我认为，那也是一种方法，只是在我们看来不很华丽而已，至少他使用了一种非常适合他自己的方法。我很难想象大家专业水平、学习能力一样，他使用了自己都完全无法接受的方法却通过了考试。所以，幸福的家庭都很想像，不幸的家庭各有各的不幸。第二，无论你水平如何，既然参加的是资格试，就先树立一种绝对端正的学习态度，严谨的学习作风，哪怕你所谓的学术真的很厉害。任何一种有用方法都是由一种特定的理念来支撑，等这种特定的理念被广泛接受了之后，该有用方法就成了在一定范围内的真理。无论怎么说，注安考试都是狭隘的，而一度被称之的方法也不太可能上升为真理。因此，想从别人的方法中找出真理性共性是比较难的。这在一定程度上就使得在使用别人方法时产生无法与自己原有的理念接轨，并或多或少存在排异，最终使得该方法不能在某个人身上发生其原有的作用。那么，如何解决这个问题，就是成败的关键了。我听不少人在这样讲，唉！第一年，我运气太坏了，只差5分；第二年，我运气真坏透了，只差了1分。这种讲法如果只是与人开个玩笑，或者刹那的自慰的话还不是太糟，如果在其脑子里就存在这种投机的心理的话，我想其失败的根源也就明朗了。他的失败不是运气不好，是他那种在复习时已经存在的喜欢怨天尤人的投机心理。我前面提出个“考试意识”的问题，朋友们看是看了，但我想真正能够体会我所讲的考试意识到底是什么恐怕还是不多吧。这种意识就是一种态度，什么样的态度呢？如果没有从根本上意识到这个问题，失败还会继续！第三：在没有得出结果之前，千百万不要因为别人而令自己没有了信心，乱

了方寸，哪怕表面上看起来他是那么优秀。相信有一点大家是认同的，无论是什么东西，交流永远是很重要的。闭门造车，造出来的也就是些破铜烂铁。在无法给自己一个很好的方法时，最有用的方法是用实践创造方法，而实践本身又是最好方法。敢于，善于把自己的想法讲给别人听，然后认真地去听取别人的意见之后得出的结论就是你梦寐以求的方法，当然，这种方法要不停地改善。别人的方法永远都只能参考，绝对不可拿来主义！那么，我所说的方法就不是一开始就给自己制定的什么条条框框，好的方法是在脑子里的，不用写在纸上。也只有能够把方法印在脑子里，那也就是你能够通过考试的一个巨大功能了。这本身就是一种使用方法的方法。你也许看了很多别人的学习方法，可每看一种都会让自己胆战心惊，因为你发现自己的方法与别人所讲的有差距，尤其是觉得其说得很有道理的时候。在此，我想告诉大家的是，从今而后一定要摒除这种念头，因为这样是很可怕的。我还是要强调一点，拿到任何一种方法，哪怕是考试状元的方法，你们可以浏览他们的内容，精彩的地方还可欣赏一下，可千万不要执着于其方法的具体内容本身。什么复习计划时间作息表呀、什么复习步骤呀等这些东西我个人理解是可以参考一下的，但根本没有必要马上对此做出巨大反映，并修改自己的原有计划。因为每个人的作息时间与精力的时间点都不一样，并且有些计划也只是别人理想化的东西，真正实行起来他自己都未必能做到，你又何苦受他所累呢？复习最、最、最重要的是你看进去了多少，不是你看了多少。一定范围里，时间与结果是不成正比的。我不是说别人的东西没有用，我想我们更应该多去思考的是为什么他会用这样的

方法，为什么他想到了这点而我却一直在盲目地复习。我想这就是差距吧。我建议你停下来，先不要去想这个问题。一个人如果懂得在面对极大挫折时还能告诉自己我一定会成功的话，那个人已经成功了一半；而如果在此之后还能够冷静地去开导别人的话，他已经成功差不多了。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