

专家王极盛指导落榜生前进之路 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/457/2021\\_2022\\_\\_E4\\_B8\\_93\\_E5\\_AE\\_B6\\_E7\\_8E\\_8B\\_E6\\_c65\\_457943.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/457/2021_2022__E4_B8_93_E5_AE_B6_E7_8E_8B_E6_c65_457943.htm) 中国科学院心理研究所王极盛说，高考落榜生难免心理上要承受极大的压力和痛苦，考生有可能表现出否定自己、对生活失去信心、自怨自艾，甚至走向极端自我封闭等心理症状，并从此一蹶不振。因此，落榜的考生首先要积极调整心态，主动走出心理误区，承认落榜已是事实。王极盛认为，落榜生应当积极走出自己生活和精神的小圈子，可以通过心理辅导来减轻压力，或咨询医生意见从事一些有益身心的活动，如外出旅游、参加体育、文娱活动等来转移注意力。走出心理误区后，考生要认真总结分析失利的原因，是自己平时不用功，还是考试时没有发挥水平，等等。王极盛说，落榜生在调整好心态后，可以根据自己和家庭的实际情况，选择适合自己的路继续深造。王极盛具体给落榜生指出了4条道路。对于分数没上线、家庭不是很殷实但本人有坚强意志力的考生，可以选择通过高等教育自学考试，获取名牌高校的毕业证书。因为自考毕业生由主考院校发毕业证书，而主考院校基本上都是国家的重点大学，如清华、北大等。有坚定成才目标和学习毅力的考生，完全可以通过自考达到目的。对于那些有良好的自学能力和自制力的落榜生，可以选读网络远程教育学院。因为网络远程教育是高等教育事业领域中一道新的亮丽的风景线，目前吸引了全国几十万“网上大学生”，给许多落榜生带来了新的希望。对于高考分数不很低，家庭有一定经济基础的学生，选择民办学校接受高等教育是一条前景比较好的

出路。目前，部分民办学校获准进入高等学历教育序列，意味着民办学校颁发的学历也将获得国家承认。对于选择复读的落榜生，王极盛认为，由于复读所要承受的心理压力比一般学生大得多，不是每个落榜或录取不理想的考生都适合走复读这条路。但他同时认为，选择复读，只要刻苦努力，同样可以创造异彩。王极盛说，仅北京大学每年招收的新生中有10%至13%的复读生，从2000年至今连续几年的高考状元中复读生都占10%的比例。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)