

自考前复习重要因素：策略和技巧 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/465/2021\\_2022\\_\\_E8\\_87\\_AA\\_E8\\_80\\_83\\_E5\\_89\\_8D\\_E5\\_c67\\_465388.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/465/2021_2022__E8_87_AA_E8_80_83_E5_89_8D_E5_c67_465388.htm)

三、战胜高原现象 复习中的高原现象，是指在复习到一定时期时，往往停滞不前，不仅复习不见进步，反面有退步的现象。在高原期内，并非学习毫无进步，而是某几部分进步，另外一些部分退步，两者相抵，致使复习成效未从根本上发生变化，因而使人灰心失望。高原现象常常发生较低层次的复习进入高层次的复习的过渡时期；或发生在临考复习的中、后期。当考生朋友在复习迎考过程中遭遇高原期时，切忌急躁或丧失信心，应找出自己学习方法、学习积极性等方面的原因，向成功者请教，树立起成功的信念。需要强调指出的是，几乎每一位考生朋友都要经过高原现象阶段，有些考生朋友甚至可能会遭遇数次，这就需要及时调整复习进度，在科学用脑，提高复习效率上多下功夫。

四、重视复习“错误” 错误往往是很难避免的；同时也是很有价值的，错误对我们的价值就在于“吃一堑，长一智”。如果在复习中不善于从错误中走出来，缺陷和漏洞就会越来越多，任其下去，最终就会蚁穴溃堤。在备考期间，要想降低错误率，除了及时订正、全面扎实复习之外，一个非常关键的问题就是找出原因，不断复习“错误”。即定期翻阅错题，回想错误的原因，并对各种错题及错误原因进行分类整理。对其中那些反复错误的问题还可考虑再做一遍，以绝“后患”。错误原因大致有：概念理解上的问题、粗心大意带来的问题，以及书写潦草凌乱给自己带来的错觉问题等。如果在应考复习中注意复习“错误”，就

能有效地避免在考试时再犯相同类型的错误。五、联系资质特点 实践证明，一个人在气质、性格，心理稳定程度等因素也会影响考前复习。这是由于我们的学习活动都是在一定的心理背景基础上展开的，心理发展水平在相当大的程度上会影响我们的学习与发展。因而，考生朋友在复习迎考过程中，应根据自己的心理特点来制订复习迎考计划，根据自己的心态来调整复习的进度，选择与运用最好的复习方式方法，使自己的考前复习达到与预期的最佳效果。从气质的角度来看属于粘液质的考生朋友应克服自己适应环境速度慢、能力差的缺点，绝不要因为环境的改变而影响到自己的复习效果；同时，要注意改变思考问题表现出的固执呆板、钻“牛角尖”等现象，主动地与学友们一起讨论，扬长避短，切不要把自己关在一个小天地里冥思苦想。属于多血质、胆汁质的考生朋友要克服自己过分情绪化的现象，面对即将到来的考试，已经没有什么兴趣的问题，要重视锻炼自己的毅力，避免出现“三天打鱼，两天晒网”的情况。从性格角度来看外向型的考生朋友要注意培养自己严谨治学的精神；同时还要注意复习中的盲目化倾向与情绪化倾向，制订好复习计划，按部就班、扎扎实实地进行迎考复习。内向型的考生朋友则应避免以往遭遇问题后自己苦苦深思，白白浪费时间的现象，多向他人请教，借他山之石以攻玉。从心理稳定的角度来看那些心理不稳定，有明显过度焦虑情绪的考生应看破考试的本质，把它看作平时学习的累积，把它看作是人生发展中的一次重要机会而非惟一机会，以平常心对待，把对考试的紧张恐惧意识化解在平时自学、复习当中；同时，要学会自我安慰，相信自己能考好，有把握考出好成绩，排除各种异

常心理的干扰；还可以通过自我放松的办法，最终胸有成竹地走上考场，考出自己的真实水平，早日圆自己的成才梦。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)