

公务员考试：良好的心态至关重要 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/505/2021_2022__E5_85_AC_E5_8A_A1_E5_91_98_E8_c26_505857.htm 北京在职公务员属资格考试，如没有特殊情况，今年将延续这一考试形式。这种考试形式也有很多优势，比如：通过考试合格的考生可以在一定的时间内参加用人单位的录用面试，使考生有很大的选择空间。正因为如此，对有些考生来说压力比较大，原因在于担心自己本次考试通不过拿不到资格证书，就会错过很多机会。尤其，考生绝大多数是参加工作多年的在职人员，也有待岗的。平时没有足够的时间复习准备，更何况公务员考试的特殊性决定了其考试内容所涉及的面也比较广泛，需要平时多积累。虽然说有了一定的社会经验和工作经验在作答申论时，相对有一定的优势，但根据近几年考试的情况来看，即使有工作经验，但也未必在作答申论时就能答好。因申论成绩不合格的考生也很多。主要是：一方面对于作答要求、解答技巧和方法掌握不够。另一方面就是心理压力比较大或从心理上不够重视。很多考生抱有“我都工作这么久了，积累了很多的经验，解决和应对这些问题绰绰有余等侥幸心理”。因此，新天地公务员考试研究院、中国公务员网校冯纪铭老师建议：考生保持良好的心态。这里所谓的良好心态，一是要有面对压力的良好心理素质；有了好的心理准备和好的心态也容易集中精力进入状态。状态是我们做许多事都必须的，如果状态不好，容易走神，考试时无法发挥自己应有的水平，自然无法考出理想的成绩。另一方面就是要正确对待考试，竞争机会是公平的，你有工作经验他也有，你有

的优势未必就比别人一定强。要全面权衡自己的观点发挥自己的优势尽最大努力完成答卷。对于考生而言，从备考一直到考试结束，考生能否保持良好的心态对考试至关重要。有了好的心态，既是没通过考试也不会埋怨，而是虚心总结，等待机会，反而会更好一些。为此，介绍一下考生如何调整 and 保持好的心态。

第一：报考阶段的心态问题。在这个阶段，考生们往往会忽视一个问题，就是在没准备的情况下报考，最终可能会由于某些原因而导致失败。考生们该如何面对这个问题，应该从自身的实际出发，因为如今的考试竞争是越来越激烈，所以考生要有竞争比较激烈的心理准备，不能抱有侥幸的心态，否则到头来吃亏的还是自己。

第二：考前准备阶段的心态问题。这是最重要的环节，因此这个环节中，考生的心态往往非常矛盾。新天地公务员考试研究院、中国公务员网校冯纪铭老师建议考生应该做必要的复习和准备，如：可以选择质量较高的辅导用书、参加辅导班、作历年真题，熟悉题型提高答题速度，练习答题时间的合理分配等。

在选择图书和参加辅导班时，考生要购买自己适合的参考书，目前市场上的教材比较多，建议考生根据实际情况选择一套高质量的教材尤为重要。是否有必要在考前参加辅导班。考生如果觉得自己复习效果好，而且原先基础也比较扎实，那么就不用浪费时间和精力去参加辅导班，因为自己已经有竞争优势，何况公务员考试是考察学生的知识积累、运用知识分析和解决相关问题的能力、包括个人处理实务能力和应变能力等的综合素质。如果学员觉得自己复习效果不佳，而且压力过大，在这种情况下，可以选择比较适合自己的辅导班学习，这样在老师的讲解下去复习既能节省宝贵时间，

也提高复习效果，同样在心态上也起到一个较好的调节作用。当复习进入冲刺阶段时考生就有必要将平时学习的知识点进行总结和归纳，使自己对所掌握的知识有一个整体的把握，对巩固知识要点会起到较好的作用。否则，一味的钻在题海中未必就是好办法，而且也会给自己造成不必要的心理压力。所以要适当的调整心态，这样复习起来状态佳而且效果好。

第三：考试阶段的心态问题。进入考试阶段了，考生们应保持强劲的信心和良好的心态积极迎考，考试期间要抛开一切杂念，考完一门后就不要去想考的如何？，而是调整心态考虑如何考好下一场，直到考试科目全部结束。相信也希望该建议能有助于广大考生保持良好的心态，积极备考，取得好的成绩。总之，胜利是属于有充分准备的人。转贴于：[100Test](http://www.100test.com) 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问www.100test.com