

调整心态：提高考研暑期复习效率
考研 PDF 转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/605/2021_2022__E8_B0_83_E6_95_B4_E5_BF_83_E6_c73_605906.htm

考研是一种身心都非常紧张的劳动，很多考生在整个考研备考过程中始终处于高度紧张的状态，经常都在担忧落榜的后果，这样不但直接影响平常的复习效果，对于一些心理承受力、体质都较差的人而言，往往是事倍功半，最终导致放弃自己的目标。暑期是考研复习的黄金时期，这阶段复习效果如何，直接关系到整个考研复习计划，考研教育网辅导专家建议广大考生应及时调整心态，提高复习暑期复习效率。

一、不良心态

1. 意气用事
大家选择考研的原因有很多，有人只是为了一个名校梦，有人把考研当成一种与他人抗衡的工具或途径，有人选择考研纯粹是因为无聊，想逃避找工作的压力。这样的心态是考研失败的主要原因。

2. 三心二意
在职考研：把考研当成一个平衡的手段，总觉得考不上还可以工作，抱有侥幸心理
应届毕业生：总是找工作与考研之际那举棋不定，看到有合适的工作了就耐不住了，心不能沉是大忌讳。

3. 信心不足
很多考生的综合实力都是非常厉害的，对各科的知识都理解的非常透彻，在平时的复习中也是成绩显著，在模拟试题和真题的训练中也非常的出色，但是最后的考试成绩却不尽人意。

二、相信自己
不管做任何事情，自信都是很重要的，保持良好的心态。对外界的信息不要太过关注，对别人的言语不要过于相信，因为很多的这些言论都是烟雾弹，来迷糊其他人的视线的，都是虚假的信息。只要你自己有实力，不管外界有什么新的变动，你都可以随心应付的。考研辅导专家告诫广大

考生：选定你的目标；放弃所有与你目标无关的东西；坚持到底，永不放弃，成功一定属于你。编辑特别推荐：2010年中医综合研究生考试笔记汇总 2010年复习宝典之考研名词解释汇总 2010考研新闻理论各章重点知识汇总 2010考研马哲原理练习及解析汇总 2010年考研政治基础哲学讲义汇总 更好的互动交流，请进入百考试题论坛 轻轻一点，好资料即刻收藏！ 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