

眺望考研路，五大“护法”为你助阵 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_ti2020/647/2021_2022__E7_9C_BA_E6_9C_9B_E8_80_83_E7_c73_647389.htm 一、要有信心 首先根据自己的情况确定目标，之后就应该坚定信念，勇往直前。要相信自己能行，因为自信是迈向成功的第一步。二、要善于调整情绪 复习过程中经常会出现情绪波动的情况，这是很正常的，比如感觉没有进步、倒退、没有效率等等，这些感觉都会影响复习效果。要知道学习也是循环渐进、曲折上升的过程，不可能一帆风顺的。所以要学会控制自己的情绪，做情绪的主人，这也是取得成功的关键。能控制自己的情绪是一个人成熟的标志，希望通过考研能让你成熟起来吧。三、多交朋友 “朋友多了路好走”，考研也是这样，大家在一起可以互相帮助，互相鼓励，共同学习，共同进步。当然要找意志坚定的研友，这样不仅有利于学习，而且也可以起到调节情绪的作用。四、提高学习效率 $\text{效果} = \text{效率} \times \text{时间}$ ，这大家都知道，但很多人在一味地追求效率，一没有状态就要调整，然后就成为荒废时间的借口。建议大家：没有效率，就把时间耗上！这看似很笨，事实是，学会学习也是个学习的过程，效率会随着你投入时间而增长的。据统计，世界上80%的成功人士所从事的职业都不是自己喜欢的，但是只要在一件事情上投入足够多的时间，你会发现你会慢慢喜欢上它，让学习成为一种习惯。五、行动 这是最重要的，再多的理想，再大的抱负，不付诸行动也只是一纸空谈。建议几点：1. 坚持坚持再坚持，要想今天我一定要做完什么，做不完不睡觉；2. 专心，学习就是学习，一定要集中精力，

切勿三心二意；3．集中，不要相信什么细水长流，就像背单词，一天背50个，第二天再背50个，几天下来后边没记住，前边又忘了，一天背200个，连背五天肯定记住很多．建议其他复习也一样，不要一天之中什么时候都复习到，最好集中一段时间复习一科，然后及时总结，可以把巩固复习过的科目作为复习后一科中的调味剂，这样效果对会好些；4．不要用太厚的书，天天看着很累，只学习就是不见书变薄是很打击信心的事，非要用厚书可以拆成几本，一天一本很有成就感；5．不要怕累，没有任何人是轻轻松松考上研的，不付出努力绝对不行；6．别说郁闷，郁闷是偷懒不想干活的代词；7．不要跟别人比，人比人气死人，自己按部就班复习，不要被别人影响；8．所有与考研无关的事情反统统置后，一切以考研为主．相关推荐：夏季考研复习心态的调节秘籍大搜索 2010年中科院考研大纲最新变化及应对策略 确保考研暑期学习计划有效执行的方法 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