

克服懒惰，做考研的主导者 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__E5_85_8B_E6_9C_8D_E6_87_92_E6_c73_647398.htm 考研是一个长期的坚持的过程，不是一天两天就能成功的，需要有顽强的意志力去克服考研过程中的诸多问题。人们都知道，一个人的意志力是有周期的，不同的时间意志力强度是不同的，意志力的周期是一个上下波动的曲线，有意志力的最高点，也有意志力的最低点。在最高点的时候是学习的最佳时间，也是最能学进去东西的时间，而在最低点的时候就是人们最不愿学习的时候，这个时候就需要靠意志力去战胜它，努力让自己兴奋起来，取得更有效果的复习。每个人的意志力都是不一样的，但是总的来说，都是有一个标准的，不同的时间都是围绕着这个标准来波动的。就一般情况来说，当人们有压力或者受到鼓励的时候，意志力会大幅上升，这个时候，人们学习的能力和思想就会加强，学习效果就会很好。而随着时间的推移，一些外界因素的影响，人们的意志力会逐渐减弱，到最后人们的意志力就下降到了最低点，也是人们最不愿意学习的时候。坚强的意志力最大的敌人就是懒惰，这不是个别的，懒惰是每个人都有的，只是有的人会一直懒惰下去，什么也不做，最后一事无成，但是有的人却能够克服懒惰的弱点，通过自己的意志力取得成功。实际上只是克服了自己意志力周期中的低潮期的人，而懒惰的人则是不思进取的人。那么怎么样才能在意志力低潮的时期，克服自己的懒惰，从而取得成功呢？下面就为广大的考生介绍一些实用的方法。很多的人在面对懒惰的时候，都会选择顺从，当人们在享

受懒惰带来的“快乐”的时候，往往伴随着自责。但是人们又不想改变现状，这个时候，人们就会想出很多理由来为自己开脱，从而使自己心理上平衡起来。所以每要克服懒惰，首要解决的就是不要给自己的“放弃”找任何借口。当自己的意志力到了最低点，懒惰开始袭来的时候，人们就要放弃自责的心理，要克制自己，强迫自己做某些很不愿意做的，学习是很枯燥的，但是努力去做，也会体会到其中的乐趣的。克服懒惰的另外的一个有效法宝就是坚持，无论做什么事情，只要你坚持，你就一定能够做到最好。当你的意志力已经无法战胜懒惰的时候，你就需要坚持去做某一件事情了，无论你当时有多少的烦躁，有多么的不愿意去做，你还是要坚持去做，随着时间的过去，懒惰就会逐渐离你而去，从而达到一个好的效果。相关推荐：当你决定考研后别忘了以专业定学校 关键时期：细数考研成功五大要素 以专业定学校，考研志愿选择有门道 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