

考研冲刺心理敏感期 好心态是王道 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__E8_80_83_E7_A0_94_E5_86_B2_E5_c73_647431.htm 距离2010考研还有两个多月的时间，对于奋战在备考战线上已近一年的考生来说，如同正承受着黎明前的黑暗的煎熬。面对今年政治大纲的重大变化、面对堆积如山的复习资料，面对每天紧张、密集的复习计划，心中的焦虑、不自信、思想的脆弱不言而喻。考研名师辅导团队表示，对于复习比较的早的考生来说，在考研过程中，大都会经历三个敏感期。第一个是6-7月份左右。因为这个时候他们累了，而其他同学的复习刚刚开始，精神上的对比比较鲜明。自甘堕落过了一段时间之后，他们会发现自己前面复习的内容忘记了很多，单词也都又忘了，顿时又会懊恼不已。第二个敏感时期是11月份左右。这个时期不管是什么时候开始复习的考生都投入时间比较多，他们都累了，而且随着时间的迫近，心理压力也会增大，茫然感增强。同学们啊，现在就是这个时候了。最后一个时期是12月底的时候，临考前的紧张。11-12月份的心态如何调整？我们一直说，好心态是王道，不但考研需要，其他事情也需要：追女孩子需要，分手需要，被人误解需要，以后步入社会挨老板的骂更需要。我们应该如何调整我们的心态呢？新东方在线网络课堂考研辅导老师与大家分享三个经验。1、积极的心理暗示。我们虽然不能控制说难过的时候让悲伤的情绪不出来，但我们可以主观地控制不去想那些消极的事情。积极的心理暗示能让自己处于一个相对来说更轻松的环境中。考研的学生特别需要的就是浪子心态，不要太在乎外面的事情

，只要复习的时候能集中精力，其他的事情都无所谓。2、认清自己。不但要认清自己的目前复习的水平，还要对目标有个清晰的认识。如何认清自己的复习水平，一是通过研读真题，把握真题的难度，二是看自己是否能熟练地应用所学知识，是否有了知识框架。考研是个系统工程，有很多需要注意的细节，每一步如何走也是有大致方向的。很多同学不清楚这个过程，细节也注意不到，容易急躁。请大家相信这样一个道理：只要你注意了全部的细节，只要你够用心，你就一定能做到。复习到了现在这个程度，我们应该对考研有个清晰的认识了。我举个例子。考研英语写作，一般都是画图作文。如果大家能有这样的认识，考研写作就肯定是可以完成的：画图作文，一般是写三段，第一段描述图画，第二段阐释图画的含义，第三段写自己的评论。总的字数在200字左右。第一段一般写三句话，第一句话一般都是有一些格式的，比如this 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