

2010年考研冲刺：努力决不松懈 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_2010_E5_B9_B4_E8_80_83_c73_647435.htm 演讲大师齐格勒曾经讲到，世界上牵引力最大的火车头停在铁轨上，为了防滑，只需在它的8个驱动轮前面塞一块1英寸见方的木块，这个庞然大物就无法动弹。然而，一旦这个巨型火车头开始启动，这小小的木块就再也挡不住它了；当它的时速达到100英里时，一堵5英尺厚的钢筋混凝土墙也能轻而易举被它撞穿。从一块小木块令其无法动弹，到能撞穿一堵钢筋水泥墙，火车头威力变得如此巨大，原因不是别的，就是因为火车头的潜力已经被挖掘出来了。而潜能之所以被挖掘出来，在于它受到了激励，打开了潜能释放的阀门。每个人都有巨大的潜能，然而这潜能却往往惨遭埋没，因为释放潜能的阀门没有激励，无法开启。一句话、一件事、一个灵感、一次邂逅……都可以成为释放潜能的钥匙。然而，如果我们要想主宰自己的命运，我们就不能完全寄希望于来自外界的激励，而必须学会自我激励，自己开启内在潜能的阀门。这在考研过程中尤为重要，考研往往是孤独的，往往很难获得来自朋友亲人等外界的激励，因此需要我们把自我激励化为生活的一部分，不断激发自己的信心，沉着冷静地扎实前行！以下给出两点自我激励的建议供大家借鉴：（一）“立足现实，果敢决断，迅速行动，无所畏惧，勇往直前”反反复复地在内心默念这句话，激励自己克服考研中的困难。“立足现实”就是不能空想美好的结果，必须看到现实的残酷，务必一切从现实出发制定时间规划；踏踏实实，兢兢业业，静下心来备考。“果敢决断

”是指综合权衡，迅速决策，不要患得患失，迟疑不决。在时间规划方面应该清楚哪个时间段应该做什么，哪门课的复习还需加强等。还要严于律己，果断舍弃不该做的事情。至于“迅速行动”，则是与“果敢决断”联系在一起的，“果敢决断”以后就应该迅速行动了。“无所畏惧”是指不怕困难，不怕挫折，不怕风险，勇于挑战极限，以宽广的胸襟坦然应对一切变数。无所畏惧了，就能勇往直前，耐住寂寞，沉住气，坚持不懈，专注于备考，直到考研结束为止。（二）“信心决不动摇，努力决不松懈，策略决不疏忽”这三个“决不”可谓是考研路上最强大的精神动力之一。第一个“决不”是在信念上坚如磐石，“任尔东西南北风，咬住青山不放松”；第二个“决不”是在行动上勇往直前，“努力才是硬道理”，空有信心必然心虚，只有扎实苦干，才是成功的捷径；第三个“决不”是在考虑问题时决不轻敌，正所谓“战略上藐视，战术上重视”，力求认认真真做好考研复习的每一件事情。“信心决不动摇”是指不管前途如何，不管现在复习得怎样，都决不能失去信心，决不允许有悲观情绪，决不允许叹息、恐慌。只有坚定信心、稳住情绪、强化心理素质，才能更有效地复习，才能保证各项工作按计划进行，才有可能最终达到目标。“努力决不松懈”是指光有信心还不行，没有努力做支撑的信心是欺骗自己，是盲目的信心，因此务必要坚持不懈，努力拼搏，绝不允许放松自己，更不允许放纵自己，自暴自弃。“策略决不疏忽”则是指光有努力还不够，只有方法正确，努力才是有价值的。策略方面还应特别注意饮食和睡眠及休憩。考研过程会有很多意外，会有很多的意想不到的打击，比如课程设计，专业实习，感

冒发烧等；或者在考试时填错答题卡，数学答题时遇到拦路虎，复试面试时遇到自己从没有接触过的知识点……这个时候，如果我们能够不断激励自己“信心决不动摇，努力绝不松懈，策略绝不疏忽”，决不放弃信念，决不放弃努力，决不放弃寻求出路，那么往往会看到柳暗花明的效果！总之，自我激励的东西因人而异，大家可以选择最能激励自己的一句话、一段名言、一个目标、一个理想等，以此来不断激励自己，激发潜能。还可以借鉴本章结尾处的案例部分，找到激励自己勇往直前的方法。相关推荐：考研应试技巧的十个必须 考研冲刺阶段克服两种不良心态 考研冲刺心理敏感期 好心态是王道 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