

抵住诱惑：培养横扫一切的自制力 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/648/2021_2022__E6_8A_B5_E4_BD_8F_E8_AF_B1_E6_c73_648787.htm 你是自己在考研吗

？在面对一些影响考研复习的诱惑时，你经得起意志力的考验吗？考研复习的这段日子有没有碰到过这样的情况：情景一：早晨闹钟响了，你睁着惺忪的睡眼从床上爬起来，心里不断地提醒自己尽量动作轻些、再轻些；而此时，室友一个重重的翻身之后，略带不满地发了一句牢骚：“又起得这么早！”情景二：你正在演算那道怎么都算不出结果的数学题，突然，手机震动原来是好朋友邀你一起出去玩；她说考研复习并不差这一两天，毕业之前应该抓紧时间，享受最后的美好时光。人的自制力是有限的，无论何种环境，也总会面临许多诱惑。例如，看到同学们可以轻松地上网打游戏或者参加聚会，你难免会心动；今天还有一套模拟题没有做完，但下午恰好有一场精彩的球赛，看还是不看？这就是考研人的意志力起作用的时刻了。对考研的同学来说，培养自制力，也是他们避免环境不良影响的必修课。20世纪60年代，美国心理学家沃尔特 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