

考研经验分享：全局规划 提升效率 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__E8_80_83_E7_A0_94_E7_BB_8F_E9_c73_648894.htm

考研如同独自穿过人生的一段隧道，这里没有喝彩与掌声，没有鲜花与美景，有的只是枯燥的书本，繁重的学习任务，为理想而殚精竭虑的思考。这时最难忍受的是情感和生活状态上的孤独与寂寞。因为你要选择与众不同的理想目标，所以你也有一种“特立独行、与众不同”的勇气，要耐得住孤独和寂寞，要懂得曲高和寡的道理。以下是我在整个考研过程中的一些心得体会，希望对大家能有所帮助。

1. 鼓励自己，树立信心 一个人的积极的成功心态对他的成功至关重要。在现实生活中，一些人心怀美好的理想却又裹足不前，整日活在乌托邦式的幻想中，不知道自己真正想要的是什么，满足现状，不能够把梦想化成强烈的动力。我在考研备战中每天基本上都比别人早起一个小时，当许多人还沉浸在甜美的梦境中时，我已经跑到外面背书去了。事后证明，每天这一个小时的早起，远远超过了其本身的价值。它不但为我赢得了许多宝贵的时间，而且使我对实现理想更有了信心。无论如何，应该有一种为理想而献身的奋发向上的拼搏精神，我坚信这一点。在考研的过程中，舍弃了许多东西。同学相约外出游玩都被我婉言谢绝了，节假日我也全花在学习上。特别是临考前一个月，更是分秒必争。记得考前最大的愿望就是考完后睡上三天三夜，好好补一补接近枯竭的精力。有趣的是，人的体力与目标的驱动力成正比，当你决心很大时，你好像有使不完的劲。我在考研的压力下，对未来充满了信心。
2. 调整状

态和心态 心态最重要。在最紧要的关头，我们不能自己吓自己，更不能低估自己。首先应该明白这一点，考研并不是你想象的那么难，而且你已经为之奋斗、努力了大半年，你的准备应该是够充分的了。还用得着紧张和害怕吗？所以，我们应该有足够的信心，应该给自己一个口号：“为英语、政治高分而冲刺！”始终保持动力十足！

3.反复汲取真题的营养 英语、政治看什么书呢？除了真题，还是真题，真题就是一张崭新的试卷，用这张试卷来检验自己。但也不能考完了就丢开了，考的效果有两个：自我检查和继续努力！要通过自测找到和发现自己的缺陷和不足，然后，搞定它！把它狠狠的踩在脚下！专业课，最好也要围绕历年真题进行！至于真题的获取可以参考相关的考研网站和论坛。

4.做好时间规划 每天要保证6个小时的睡眠,不用担心生物钟和考试对不上，事实上，大家到时都会紧张的和平时不太一样。所以，平时只要自己觉得效率高就可以了。此外，还要注意饮食结构和营养搭配！每天学习多少小时，复习哪些内容，都应该有个计划。计划从哪里来？从你的自测成绩里来！可以有月计划，也可以有周计划，更应该有日计划！这样按部就班的去完成既有条理，又能提高效率。成功并非偶然，因为你的每一份努力都构成了你成功链条上的关联环节；失败非运命运，可能某些错误心态或消极懈怠注定了必然失败的结局。总之一句话：天道酬勤。

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