

调整心态避免干扰 考研贵在坚持 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/173/2021_2022__E8_B0_83_E6_95_B4_E5_BF_83_E6_c73_173641.htm

眼下，众多考研备考学子已进入复习的最后阶段。这个时期是对所学知识进行查漏补缺的关键时期，面对即将到来的考试，考生注意心理调适十分重要。来源：考试大 经历过考研的学子都有这样的感受，考研的过程，不仅像一般的跑步，更像“马拉松”。进入冲刺阶段，经常有一些考生担心自己考不上，或者比别人复习的进度慢等，这时候不要给自己太大压力，只要考研的过程中自己努力过，就没有“失败”可言。这个时期要充分相信自己制定的复习计划，并按计划有步骤地进行，不要心浮气躁。来源：考试大 其实，许多人在考研过程中，由于毅力和耐力不够而败下阵来。考研贵在坚持，笑到最后，才是最好。在复习中遇到烦恼和困惑时，要学会给自己“打气”，向亲人、学长和老师寻求心理支持和精神帮助，相信自己，坚持到底才是考研胜利的不竭动力。在复习空闲时，不妨读一些心理调适的书，对调整心态很有帮助；读励志类的书则能鼓励自己克服困难、树立信心。来源：考试大 有些学生除了考研之外，在报考公务员、找工作等方面都不想落在别人之后，但“鱼与熊掌不可兼得”，如果不加选择地一起抓，精力分散会影响复习。笔者想提醒考研学子，下定决心考研后，就应尽量避免其他因素的干扰，把注意力集中放在考研复习上。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