



刘俊玲

政治面貌：中共党员

考研成绩：初试 399，复试第一

班级：18 级会展经济与管理 2 班

院校专业：天津师范大学—应用心理

对于考研的想法，刘俊玲是从大一就有的，到了大三下学期开始了解考研的院校以及专业，但当时还有保研的想法，所以就没有着手去准备，后来因为成绩尚且达不到保研标准，因此开始准备考研。从 2021 年 3 月份开始背单词，但是一开始效率并不高。

到了 4 月份开学后，正式准备考研，选学校、定专业，开始每天按部就班地学习，但 6 月份之前，每天的学习时间也就只有 6—7 个小时（在没课的情况下）；到了暑假 7 月份，每天的学习时间才能够达到 11—12 个小时，直到考研初试，每天也都是这样的学习时间安排。



所谓的效率，最简单的保证方法就是，学习的时候除了迫不得已要查东西，其余时间一律不看手机，必要时可卸掉所有的娱乐软件；最简单的检验方法就是，每天对当日的学习成果进行总结，对于自己学了什么东西一一列举，其实这个时候能够感受到自己是真的努力了，还是处于一种“假努力”的状态。

学习需要认真对待，只要保持良好学习态度，慢慢坚持你也可以，加油!!! 记住，最重要的是：千万不要欺骗自己!“杜绝假努力”、“全力以赴，不给自己留后路，不要有调剂的念头”，这应该是我们下定决心考研的第一步，也是全程的一个心理定势!

无论是在一轮学习，还是在中期强化以及后期的背诵冲刺中，思维导图都是必不可少的，它有助于梳理自己的思路，使自己的思维更加系统化，这样在作答的时候，条理也会更加清楚。但需要注意的是，思维导图不是照着书的目录抄写，最有效的方法是学完或者背完之后，

拿一张白纸进行回忆默写，这样的提取方式能够再一次加深记忆。



首先，要知道孤独是人生的一种常态，考研期间的确会减少很多与外界的交往，屏蔽掉很多事情，也会有种不被关心、不被理解的感觉，甚至偶尔也会很痛苦，但也正是这段时间，才是你能够踏下心来认认真真做一件事情的阶段，是用心体会自己的成长，感受自己强大的一个阶段，换句话说，我们本可以好好享受这段时光。那种为自己发现问题、想方案解决问题，再到认真执行、复盘的每个阶段，都是自己的一次升华。

如果在这个阶段有朋友一起会更好，偶尔吐槽一下会缓解很多压力，或者突然遇到志同道合的研友也是一件很幸运的事情。但是如果刻意找研友，从两个人的慢慢磨合，再到熟悉，也会花费一些时间，而且最怕的就是中间两个人闹别扭，这种情绪波动是考研期间的大忌。

最后需要强调的是，任何经验贴都只是参考，切忌照搬照抄，成功的道路是靠自己探索出来的！希望看到最后的你，一战成硕！