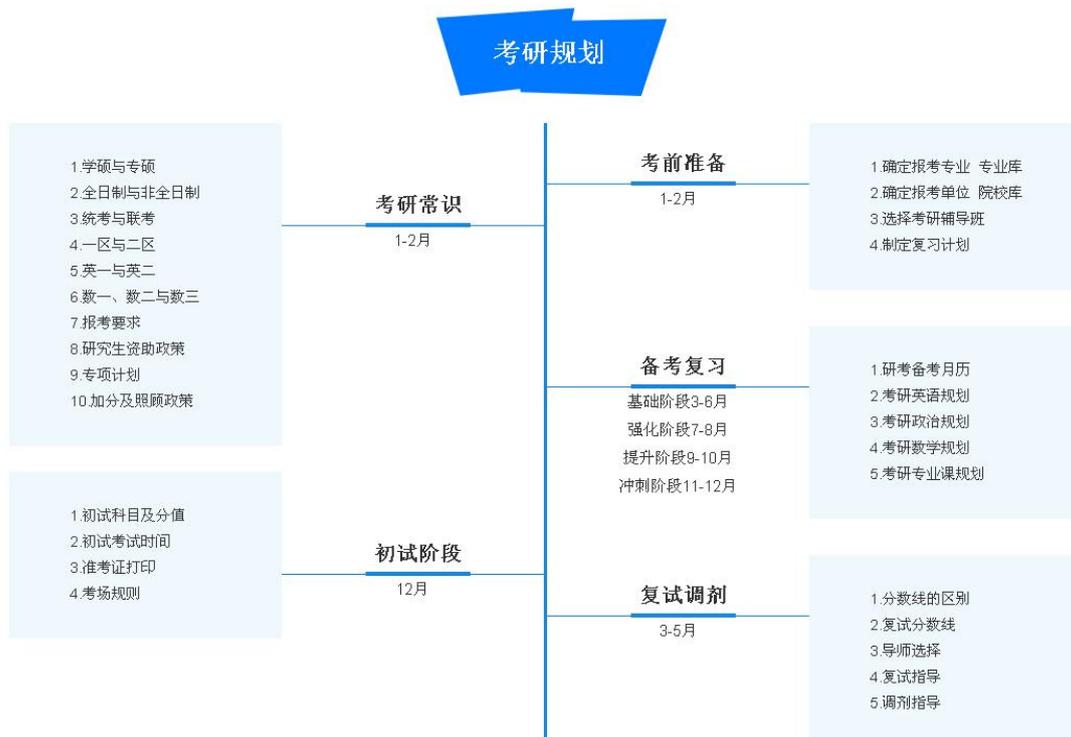


# 目 录

2019 年考研全程规划.....	2
招生简章需要注意看的 5 点.....	3
2019 年全国硕士研究生招生数据报告.....	4
理性分析 择你所爱——考研择校指南.....	7
跨专业考研有限制.....	11
考研的六大数据，你掌握了多少.....	12
英语一与英语二的区别.....	14
五类数学的区别.....	15
考研人的时间管理技巧.....	16
没有参考书如何复习专业课.....	18
考研专业课高效学习技巧分享.....	19

# 2019 年考研全程规划

2019 考研准备工作已经开始，考研党还有哪些问题，关于考研常识，还是关于择校、选专业方面的报考问题，或者是关于备考、初试、复试、调剂方面的问题..... 在考研大战中如何一举通关，本专题为您指点迷津，祝愿大家 2019 考研旗开得胜！



注：本专题涉及的考研政策、日程和专题为往年内容，仅供考生参考，教育部公布最新政策后研招网将及时更新本专题内容。

来源：中国研究生招生信息网

## 招生简章需要注意看的 5 点

2020 考研招生简章是 2020 考研儿需认真看的指南！下面，北京文都考研网小编为避免考研者，在看考研招生简章中出现遗漏，特意总结了考研招生简章需要注意看的 5 点，供考生参考。

### 一、报考条件

报考条件一定要仔细看，尤其是同等学力考生，需要看毕业证所得的时间，以及报考单位是否要求期刊发表论文。当然，往届生如果有报考 MBA 者，需要看毕业年限是否达到报考的要求。

### 二、专业信息

一般招生简章后都附有专业目录，这是需要考生去看的重点。在专业目录里面会涉及到招生人数、考试科目等信息。

### 三、时间流程

招生简章中会有报名和考试时间的相关信息，涉及网上报名、现场确认等，这些信息一般每年变化不大，但一定要了解并牢记，以免耽误考试报名。

### 四、奖学金

自研究生取消公费、改为奖学金制以来，各个学校对奖学金的要求和规定各不相同。这是直接关系考生切实利益的实际方面，考生们需要弄清楚。

### 五、联系方式

一般的招生简章最后都会附上招生办公室的电话，甚至学院相关负责老师的电话，记住这些联系方式，后期会对复试时，联系学院时有用。

来源：文都考研课代表 2019 年 08 月 22 日

# 2019年全国硕士研究生招生数据报告

## 一、近五年全国硕士研究生报考人数统计



图1、2015-2019年全国硕士研究生报考人数趋势图 (单位: 万人)

年份	报考人数
2019年	290万
2018年	238万
2017年	201万
2016年	177万
2015年	165万

近几年，由于考生个人对自身发展的要求提高、毕业生就业压力较大、非全日制研究生考试纳入统考以及研究生招生人数扩大等多重因素的推动下，全国硕士研究生报考人数呈现了逐年上升的态势。2018年的考研大战，再一次变成了“历史新高”。从教育部公布的数据来看，2019年全国考研报名人数达到了290万人，比2018年考研人数增加了52万人，增幅达到了21.8%，考研增加人数和增长率均为近年来最高。

## 二、近五年多个省市考研人数翻番

江苏省一直是考研大省，从2015年的10.4万人到2019年的21.2万人，5年间，考研人数翻了一番还多。



图2、江苏省2015-2019年考研人数趋势图 (单位: 万人)



图3、四川省2015-2019年考研人数趋势图 (单位: 万人)

同样考研人数近几年翻番的还有四川省、广东省、福建省等多个省份。

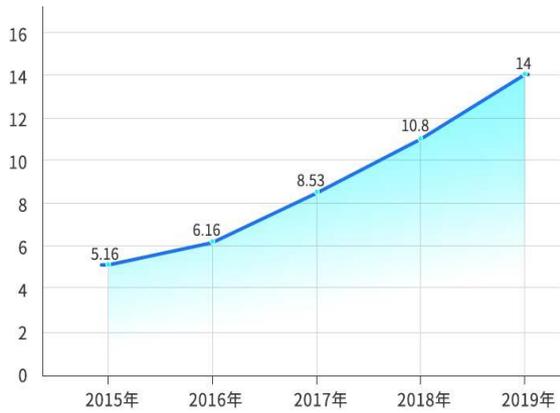


图4、广东省2015-2019年考研人数趋势图 (单位: 万人)

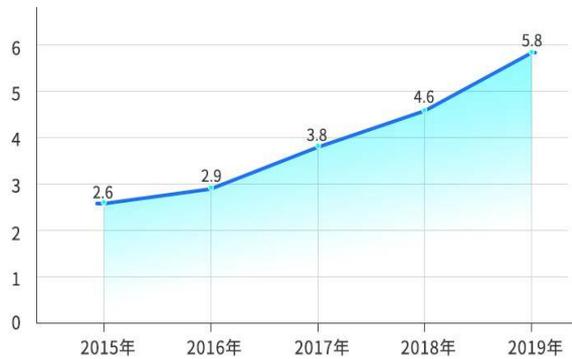


图5、福建省2015-2019年考研人数趋势图 (单位: 万人)

### 三、专业学位硕士的报考人数赶超学术型硕士

由于社会各界对专业学位硕士的认可度提高, 报考专业学位硕士考生的比例超过了学术型硕士。下面, 以湖北省和河北省为例:

● 学术型硕士 ● 专业学位硕士



图6、湖北省2015-2019年报考学术型硕士和专业学位硕士的人数对比图 (单位: 人)

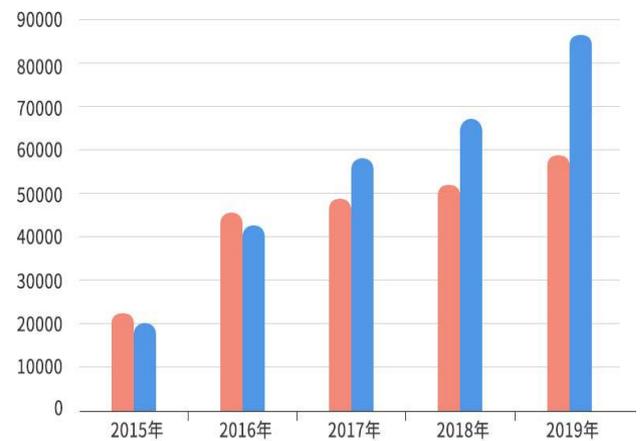


图7、河北省2015-2019年报考学术型硕士和专业学位硕士的人数对比图 (单位: 人)

2015年两省专业学位硕士报考人数与学术型硕士相比略少一些, 2016年基本持平, 从2017年到2019年, 专业学位硕士的报考人数已经超过了学术型硕士。专硕报考人数超过学硕, 这说明了什么?

#### 第一, 专业学位硕士越来越受到社会的认可

专业学位硕士是偏向应用型的学科, 是培养具有良好职业素养的高层次应用型专门人才。专业领域对高级专门人才的需求越来越强烈, 如法律硕士、会

计硕士等受到广大考生的青睐。很多用人单位对专业学位硕士含金量的质疑也随其发展而逐渐减少，社会认可度不断提升。

## 第二，专业学位硕士越来越受到考生的认可

专业学位硕士的学习和考察内容更加侧重考生多方面的能力，同时学制方面与学硕相比更具有优势，课程设置上以实战为主，注重培养学生研究实践问题的意识和能力。在就业压力下，考生选择考研的动机更有目的性，既照顾学历，又考虑到实用性，加上专业学位硕士研究生“扩招”的背景下，考生自然从传统的学硕转战到专硕。尤其近年来专业学位硕士的发展前景乐观，就业前景和就业竞争力都不输学术型硕士，因此，考生们对专业学位硕士的认可度也提升了。

## 四、往届生读研比例逐年增加

虽然应届生仍然是考研的主力军，但是随着在职研究生纳入统考后，以及往届生对于提高自身就业竞争力的需求增加，往届生的考研比例也逐年提高。

据教育部统计，2017年共201万人报考，其中，应届考生113万人，往届考生88万人；2018年共238万人报考，其中，应届考生131万人，往届考生107万人。从数据可知，2017年，往届生考研人数占全国报考人数的43.8%，2018年，往届生考研人数占全国报考人数的45%，同比上升了1.2%。

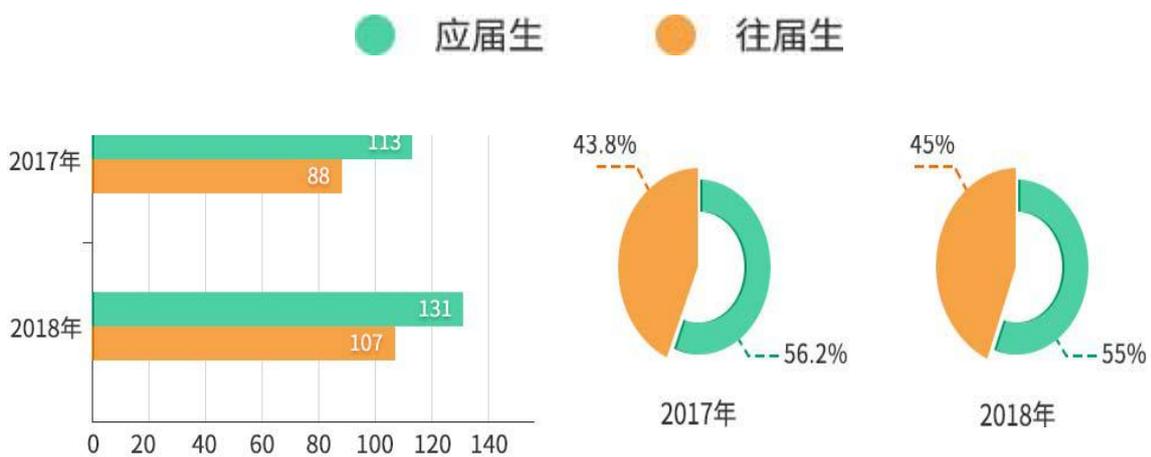


图8、2017和2018年应届生及往届生考研人数（单位：万人）

从研招网本次考研调查的结果也可看出，非应届生占了48.23%，接近半数，参加考研2次及以上的人群也占了35%。那么这些在社会上摸爬滚打几年，或

者已经二战三战的考生，是什么支撑着他们回归考研的大军呢？我们分析有以下几个原因：

1. 现有的学历已经不再满足工作上的需求，需要进一步提高自身的能力；
2. 研究生学历的就业优势高于本科；
3. 研究生的起薪略高于本科生。

虽然同应届生相比，往届生和二战三战的考生在考研方面会由于工作或生活上的干扰，复习时间不够集中，但同时也具备一定的优势：

1. 更熟悉考研的流程；
2. 回答问题尤其是复试时更有经验，态度更沉稳；复习时会抓住重点、省时高效；
3. 具有丰富的人脉和资源；
4. 目标和决心更加明确。

来源：中国研究生网

## 理性分析 择你所爱

### ——考研择校指南

考研择校向来是一个让考生头疼的大事儿。对于一些成绩突出的同学，首选自然是顶级名校的“王牌”专业，而对于剩余大部分考生来说，选择哪所考研院校着实是让人纠结的难题。如果选择恰当，即使成绩不太理想依然有机会进入梦想殿堂，而选择失误，就会与理想院校擦肩而过。考生在择校环节一定要谨慎考虑。为了帮助大家更精准地选择 2016 考研院校，避免择校误区，本期专题就让我们从多个角度来阐述如何选择适合自己的院校，大家可以根据实际情况来确定目标院校。

#### 一、择校前你需要了解什么

1. 了解报考目标的竞争态势及录取原则

为了确保报考的学校是较为保险的，考生需要对报考目标做到非常的了解，包括学术氛围、导师质量、历年分数、历年的报录比、招生人数，等等。同时要了解报考的院校是否有特殊的录取原则，包括考试科目、命题范围等。

## 2.选择有价值的院校

在选定考研目标时，除了要确保能考上之外，还要让研究生读得有价值。有价值体现为经过两三年的学习，能够从进修过程中得到收获。这个收获一方面表现为知识上的收获，另外一方面是通过这个学历为你将来的就业增加一些附加值。

## 3.选择就业理想区域的学校

学校所处区域关系着考生就读期间接触的平台、视界还有将来的就业和发展。到自己打算就业的区域去读研是最好的选择。学生可利用读研的时间，多结交朋友，为自己踏上社会搭建关系网，同时熟悉这个城市，为未来的挑战做准备。

## 4.做个理智的“名校控”

在考研大军中，有一类考生可以称为“名校一族”。这类考生非名校不报、非名校不考。他们中有的人明明可以上一个普通院校，但却选择再次考研；有的人为了考上心目中的名校，毕业后不找工作，已经成为专职考研一族多年；有的人为了考上名校的研究生，在大学期间不惜放弃兴趣爱好以及一切社会活动而专注于攻克名校考研题……这种对名校的痴情可以用“名校情结”来形容。这些名校一族为什么对名校如此痴情呢？他们到底为了什么呢？总结起来，大概可以分为以下几种情况：提升自我型、实用主义型、虚荣型、自我妨碍型。

总之，许多考研失利者宁愿“二战”，也不愿放弃名校，在“名校趋势”越来越明显的考研大军中，我们是否要坚持做一个“名校控”？

## 二、名校优势值得追求

名校之所以受到追捧，是因为它确实存在着许多令人无法抗拒的优势条件：师资力量雄厚，名师如云；教学质量过硬，学风正，环境氛围好；学校名气大，将来就业更容易获得青睐，走上社会有优势等等。如果你真的有很深的名校情结，对名校充满了强烈渴望，并且报考专业与你的兴趣特长和人生方向相符的话，那么强烈支持你为了梦想去追！

### 1.专业实力应重于品牌效应

进入研究生阶段，学习将更加专业化、更注重专业技能的培养。因此，对于报考专业的综合考察，如师资力量和科研水平等，应该放在第一位，甚至应该重于对院校品牌的考量。比如一所普通院校，名气一般，但就你要报考的专业来说却是一流水平，不仅教学实力雄厚，而且社会认可度高，将之与一个名牌院校的一般专业相比，显然前者更应得到你的青睐。

## 2.别让单纯的虚荣害了你

有一个不可否认的现象：每年报考名校的考生中，有一部分是出于跟风心理。这部分考生对于考研没有明确规划，并不知道自己到底想要什么，单纯出于“要考就考最好”的虚荣心理而报考了名校。勇气固然可嘉，但如果缺乏了实际考量，很有可能空忙碌一场。任何目标，都应该是建立在对自身兴趣和优势理性评估的基础上，避免掉入虚荣的陷阱。

## 3.盲目追求高校排名

目前社会上到处流传着各类高校的排行榜，排名方式五花八门，排名结果也各不一样。实际上，名目众多的排名脱离了社会认可与实际水平，并没有什么实际的价值和参考作用。在择校时我们更多的是要关注该所学校的某个专业在社会上的地位。希望各位同学仔细考虑，最后能做出自己最正确的选择，考上自己理想的院校学到真正的东西。

## 4.盲目追求黄金考研地区

发达城市的名校拥有强大的师资力量、先进的硬件设施和良好的研究环境，因此考研竞争尤为激烈，报录比通常是几十比一甚至几百比一。因此，我们在择校时应学会在多种因素之间寻找平衡点，根据自身实力选报合适的专业、导师和学校，不要“唯城市论”。所报高校地理位置的好与不好是相对的，只有根据自身实力作出的选择才是最好的选择。

## 5.忽略高校师资配置

一些院校经过合并之后师资水平大不如前，这其中的原因有很大一部分就是因为学生扩招后师资没有跟上，原先的师资水平已经不能适应现在的师资要求了。所以选择导师带的人数少的学校还是好的，可以得到老师的亲传，这样才能学到一生受用的真正本领，人数太多，到毕业的时候导师连自己的学生长什么样还不知道，跟自学没有区别，浪费了时间。

# 三、多角度考虑 选择目标院校

## 1.院校的文化、资源

一个学校的文化氛围和学术氛围往往能够影响一个人的气质和发展。就像清华被誉为理工的天地，而北大是文综的圣殿一样，一定要结合自己的专业特质，个人的文化素养。同时学校的图书资源，研究资源，导师资源等也同样重要。导师的选择也很重要，找对导师求学才更省力。导师的重要性不在于学术本身，而在于他能为考生的学术之路提供大量的帮助。

## 2.院校选择符合考研目标

考生在考研中一般会存在这样的心态：一种是必须考上好专业好学校的；另外一种是一只要能考上就行的。前者完全可以依据自己的喜好和未来的发展需要，而后者则要注意权衡选择，尽量增加成功的概率。所以考生必须首先明确自己要什么，想要达到什么样的目标，然后再根据各招生单位提供的有效信息来进行综合比较，找到自己理想中的学校。

## 3.切合个人实际情况

考研不容易，读研的机会成本很高，一定要选一个能够实现个人抱负的大学，这样备考有动力，读研也有激情。理想的目标院校应该是建立在个人能力与个人抱负的交叉点上。所以建议大家对于考研目标院校的选择一定要量力而行，要确保有机会考上，可以根据自身条件结合预报学校、城市的客观现实冷静剖析，全方位考虑，争取做出最理想、最理性的选择。

## 4.调剂机会

考研是可以调剂的。它可以在同一专业的不同学校之间进行调剂，也可以在同一学校的不同专业之间调剂，还可以跨院校跨专业调剂。因此，对考研来说，调剂是一个潜在的读研机会。报考热门院校冷门专业，在同一专业之内，可以获得更多的调剂到非热门院校的机会，甚至也会有调剂到冷门院校热门专业的机会。此外，冷门院校热门专业的调剂机会相对较少。

## 四、科研院所：你不知道的优势

第一，与一般高校相比，科研院所的录取率高，录取程序也更公正。

第二，科研院所的培养侧重实践，实践经验更易提高。与一般高校的培养模式相比，科研院所更加侧重实践操作。

第三，研究生待遇高。由于科研院所培养学生的经费大多是来自于所承接的项目，所以学生在读研期间相当于“半工半读”，除了获得一些生活补贴之外，导师额外还会有许多补贴。

## 五、就业前景

北上广等大城市人才就业竞争激烈，越来越多的公司更加看重工作经验，刚毕业的硕士生直接就业的难度较大。而正在发展中的广大中西部地区却少有人问津，这种反差也是造成研究生就业形势严峻的主要原因。所以考生应该摆正心态，在就业上理性选择，可以把目光放在一些中小城市，硕士学历在那里会受重视，同样机会就多，成功的几率也大。

在选择目标院校的时候，我们主张根据所学专业特点以及自身的兴趣爱好、学习情况来选择，而不是为了某些外在的、非理性的因素。考研不易，考名校更不易，在如此重要的人生抉择面前，建议大家理性选择，既不盲目自大，制定不切实际的目标，亦不妄自菲薄，与理想失之交臂。青春年华之所以绚烂，正是建立在奋斗的基础之上，祝大家目标明确、马到功成！

来源：中国研究生网

## 跨专业考研有限制

每年跨专业考研的同学不少，对于本科专业不满期望读研转变的同学不在少数，选择跨专业考研的挑战不小，新东方网考研频道提醒考生必须要先了解跨专业考研的要求再决定目标，下面这些限制条件不得不看：

### 一、专业是否限制

有的专业不接受跨专业考研的考生，不是因为专业歧视，而是由于该专业专业性很强，跨专业考生难以胜任以后的学习实验等。比如中国医科大学就不允许非临床专业报考临床专业，即使本校也不可以。

### 二、是否需要基础

有一部分专业是可以接收跨专业考生的，但是必须要有一定的基础，否则难以考上研，即使侥幸考上，在以后的学习生涯中也会是一场噩梦，这样跨专业考研就失去了实际的意义。

### 三、是否需要加试

跨专业考研加试只是针对同等学力的考生。本科考研是不需要加试的，只要有本科证就可以正常参加初试、复试。初试科目以各学校公布的招生简章为

准，一般只要是国家承认学历的本科毕业生，均不用加试。但是考上后有的学校要求跨专业考生必须补选一定学分的专业基础课程。

#### 四、地域是否有限制

是否跨专业考研就只能考本地的学校，而不能考外地的学校呢？答案是否定的，考生可以跨地区考研，并且也可以换一所学校，不一定要与本科是一所学校，跨地区跨专业跨学校的考生就是俗称的三跨专业考生，只不过是相对于一般性的难度稍微大一些，政策上是允许的。

#### 五、分数线是否不同

有考生会疑问，是不是因为我是跨专业的考生，分数线就会和别人不一样呢。分数线都是一样的，不会说由于你原来没有学过，就对你放低要求，也不会歧视你的没有基础就对你提高分数吗，跨专业考生与本专业考生遵从的分数线都是一样的。

#### 六、有关跨学科考研的几点说明(仅供参考)

- 1.80%的大学不允许同等学力考生跨专业或者跨学科报考。
- 2.理科跨学科相对容易(所学属于基础门类)，尤其是跨工学和经济学。
- 3.不同学科即文，理两科，文科跨理科难度系数最高，反之，则易。如果没有相关领域的工作经验，跨距离较远的学科报考一般都不允许。
- 4.学科内部学科类之间难度也较高，但基本不受限制。
- 5.重点说明：一般不允许考医科。考生必须具有相关领域工作经验才可能具备一定的资格；一般不允许非语言类考生(比如理科学生)跨语言类专业。

来源：新东方 2019 年 5 月 20 日

## 考研的六大数据，你掌握了多少

在这个信息时代，信息的获取已成为了决定成败最大的因素之一，考研作为选拔性的考试，有六大数据是致胜的关键，下面就为大家一一解读这些数据的作用，并提供一些获取的方法供大家参考。在考研的过程中，掌握必要的考研数据，并作出正确的分析可以为自己的考研路提供更多有效的指导，下面就大家说说考研的六大数据：

## 1、招生人数

这项数据的重要性不言而喻，如果把研究生的招生比作抢大饼，那么这个数据就是大饼的尺寸，此项数据一般是在专业目录中显示。一般来说招生人数与录取几率成正比，特别是对于热门专业来说，更需要关注这个问题。建议大家在看此项数据时不要单单看今年，至少分析一下近三年的数据情况。

## 2、报考人数

还是把考研比作抢大饼的话，这项数据能清晰反应有多少竞争对手会跟你抢。虽然说这一数据每年都有变化，而我们也只能看到前几年的，但一般情况下每年招考波动都不会有太大的变化，足够我们大致判断出当年的报考情况了。

## 3、录取人数

这项数据在专业目录中一般可以从招生人数大概知道，但却不能等同于招生人数。依旧是那个大饼.....并不是说饼有多大，最后就能有多少人分到自己的一份。事实上会有老师比较严格复试多刷了几个的情况(这种情况是极少的);也有受该专业当年生源质量的影响，于是进行了扩招，导致实际录取人数多于招生人数的情况;此外，还有受调剂的影响，某些专业也会出现录取人数大于报考人数，因为该专业报考人数不足的情况等等。

## 4、报录比

这项数据就是录取人数与报考人数的比例，直观反映了该专业的热门程度，越热门竞争力就越大这个就不用多说了。

## 5、推免人数

对于这项数据很多同学会认为其与考研没有太大关系，因为大家抢的都是非推免名额。事实上，如果某专业推免名额在当年的招生人数中占据绝大部分，那么对于目标是这个专业的考生来说是很不利的，大家在报考之前，必须通过院系官网搞清楚自己报考专业的推免人数。

## 6、复试分数线

复试分数线是大家在报考前对自己水平的重要评估数据，也就是说只有你的水平能让你站在那个线里，才有资格进行进一步的角逐。大部分专业的分数线是国家线，但也有的专业也会高出分数线很多，这就需要大家去收集相关资源，清楚真正的分数线了。

来源：新东方 2019 年 8 月 09 日

## 英语一与英语二的区别

考研英语分为英语一和英语二，那么二者在报考专业方面究竟有什么区别呢?准备考研的你是考英语一还是英语二呢?本文为您揭晓。

### 一、完全适用英语一的专业

学硕：所有学术硕士全部适用(十三门类)。其中，外国语言文学专业第二外语、单独考试外语可由招生单位设置自命题科目，也可选用全国统考科目。

专硕：9类专业硕士适用(法律硕士含法学专业与非法学专业)

临床医学(1051)、口腔医学(1052)、公共卫生(1053)、护理(1054)、中医(1057)、法律(非法学)(035101)、法律(法学)(035102)、汉语国际教育(0453)、建筑学(0851)、城市规划(0853)

### 二、完全适用英语二的专业

学硕：无

专硕：7类专业硕士适用

工商管理(1251)、公共管理(1252)、会计(1253)、旅游管理(1254)、图书情报(1255)、工程管理(1256)、审计(0257)

### 三、选用英语一或英语二的专业

学硕：无

专硕：23类专业硕士适用

金融(0251)、应用统计(0252)、税务(0253)、国际商务(0254)、保险(0255)、资产评估(0256)、社会工作(0352)、警务(0353)、教育(0451)、体育(0452)、应用心理(0454)、新闻与传播(0552)、出版(0553)、文物与博物馆(0651)、工程(0852)、农业(0951)、兽医(0952)、风景园林(0953)、林业(0954)、药学(1055)、中药学(1056)、军事(1151)、艺术(1351)

### 四、不适用英语一或英语二的专业

学硕：无

专硕：翻译(0551)

注：以上仅限应试语种为英语的考生。

来源：中国研究生招生信息网 2018年2月9日

## 五类数学的区别

考研数学分为数学一、数学二、数学三、数学(农)和招生单位自命题理学数学。那么准备考研的你，究竟考哪一类呢?其实这与报考专业紧密相关，本文就为您揭晓其中的关联。

### 一、完全适用数学一的专业

学硕：工学门类下 21 个一级学科(计算机科学与技术、力学、机械工程、光学工程、仪器科学与技术、冶金工程、动力工程及工程热物理、电气工程、电子科学与技术、信息与通信工程、控制科学与工程、土木工程、水利工程、测绘科学与技术、交通运输工程、船舶与海洋工程、航空宇航科学与技术、兵器科学与技术、核科学与技术、生物医学工程、管理科学与工程)

专硕：无

### 二、完全适用数学二的专业

学硕：工学门类下 5 个一级学科(纺织科学与工程、轻工技术与工程、农业工程、林业工程、食品科学与工程)

专硕：无

### 三、完全适用数学三的专业

学硕：经济学门类下所有一级学科，管理学门类下 3 个一级学科(管理科学与工程、工商管理、农林经济管理)

专硕：无

### 四、选用数学一或数学二的专业

学硕：工学门类下 11 个一级学科(材料科学与工程、化学工程与技术、地质资源与地质工程、矿业工程、石油与天然气工程、环境科学与工程、科学技术史、软件工程、生物工程、安全科学与工程、公安技术)

专硕：无

### 五、选用数学一、数学二、数学三或招生单位自命题理学数学的专业

学硕：理学门类下 4 个一级学科(力学、电子科学与技术、环境科学与工程、生物医学工程)

专硕：无

六、选用数学一、数学二、数学三、“工业设计工程”自命题科目或生物化学的专业

学硕：无

专硕：工程硕士。其中数学三仅供项目管理、物流工程领域选用，生物化学仅供“生物工程”领域选用。

七、选用数学三或经济类联考综合能力的专业

学硕：无

专硕：金融、应用统计、税务、国际商务、保险、资产评估

八、选用数学(农)、化学(农)或招生单位自命题科目的专业

学硕：农学门类下所有一级学科

专硕：无

九、招生单位自命题理学数学或其它自命题科目，也可选用统考试题

学硕：理学门类(力学、电子科学与技术、环境科学与工程、生物医学工程4个一级学科除外)

专硕：无

来源：中国研究生招生信息网 2018 年 2 月 9 日

## 考研人的时间管理技巧

良好的时间管理是成功的关键，但不意味着忙于一个又一个的活动，度过一生。我们要讨论的是如何最大限度地利用你的时间，使你的目标可能性最大化，而不会建议你放弃自行车漫游、散步或遥望星空。文都教育提醒大家，时间是一种快速移动的资产，是你最宝贵的商品，浪费它的风险必须自己承担。于时间管理来说，考研人有如下几点要注意：

### 1、自我意识是先决条件

只有当你真正意识到你是如何支配时间的，你才能管理你的时间。建议大家记一个星期左右的时间日志，观察一下在哪些方面你可以重新分配你的时间支出。

### 2、目标设定是第一步

除非你确定了你想要达到的目的和想要达成的目标，否则不必为时间的流逝而担心。

### 3、选择是艰难的

时间管理最终就是关于做出选择的，你每天都有 24 小时的时间可用，每星期 168 小时。你该如何利用这些时间，选择权在你手里。

### 4、你可以“创造”时间

通过运动和健康饮食增加你的能量，在你的每一个时间里，你的精力越充沛，这一个小时对你实现目标所发挥的作用就越大。

### 5、拖延是大敌

拖延是一种令人讨厌的诱惑。然而，你必须同这种冲动做斗争。试着将自己设想成：你要么在前进，要么在后退。要么，你是在向着你的目标前进，这当然很好。要么，你是在远离你的目标。当你站着不动时，你的目标很有可能是离你远去。

### 6、要有一颗“似水之心”

如果你能够清理你的工作区域，你的生活，并最终清理你思想中的杂波，你将会显著增加你的工作成效。

### 7、计划和准备是值得花精力去做的

通过提前考虑你想要在某一特定事件中或在某一个特定时期内达成什么样的目标，你可以增加成功实现自己所要做的事情的预期。

### 8、通过确定优先次序，你可以做到去芜存精

通过确定哪些是最重要的项目，对你的每一天和生活就行组织，你可以增加你想要达成自己目标的可能性。确定优先次序的方法之一是要记住二八定律，也就是说，导致达成你目标的 80%的进展来自你 20%的活动。

### 9、专心致志是问题的关键所在

通过减少干扰并将注意力集中于手头的工作，你可以使自己努力的效果成倍增长。

### 10、选择对你来说行之有效的时间管理技巧

我们已经确认了能够提高效率的时间管理技巧。有一些可能让你感到有意义，有一些则不然。你可以对不同的方法进行试验和尝试，关键是要努力把你的每一个分钟使用得尽可能合理有效。

来源：文都教育 2019 年 7 月 25 日

## 没有参考书如何复习专业课

伴随着 20 考研的复习深入，大家已经开始了考研专业课的复习。但是，很多小伙伴发现一个现象，自己报考的院校不提供参考书目。其实，这并不奇怪，很多比较好的院校，尤其是“985”高校，都不提供专业课参考书目。

那我们该怎么办呢？我们能不能考高分，很大程度上是取决于专业课是否考了高分。不论是否提供参考书目，我们最后都要走进考场，取得优异的成绩。这个时候，大家遇到不提供参考书目的情况，不要慌乱，下面就给大家说说没有参考书应该如何复习？

### 1. 找到历年考上的学姐学长，请求他们推荐书目

建议找到往年考上的学姐学长，咨询他们。问问他们都看了哪些书目，用了哪些参考资料。建议不仅仅只是咨询一位同学，可以找几位同学问问，把他们的意见综合起来，要读什么书，看什么资料，相信你就会很清楚了。他们都共同提到的书目，就一定是重点要看的书目了，也就是你复习的重心。

### 2. 掌握要考学科的特点，翻看不同版本的书目

在参考学姐学长们的建议的时候，还需要我们自己做一些工作。你一定要自己做一些工作，搞清楚自己所学的学科的特点，围绕着学科特色和目前学术界比较热点的话题来备考，才能击中要害。如果我们不了解一个学科的特点，很难把握好复习的方向，很难达到复习的效果。当然，学科的学术界热点话题，也是我们需要关注的。我们可以多翻阅几本该学科的书目，开拓视野也很重要。

### 3. 以一个版本书目为主，其他版本为辅

建议选择一个版本的书目为主，主要把这个版本的书目看透，这是基本功。在此基础上，需要翻阅其他版本的书目。尤其是文科的同学，不同的人对同一个问题所持的观点可能会有很大差异，在回答论述题的时候，如果能够用不同学者的观点来回答问题，势必是会加分的。一个人的学术视野，学科见解，往往会体现在论述题的回答上。要论述充分，除了必要的举例论证之外，该学科内一些知名学者的观点也是非常重要的。

没有参考书目，千万不要乱了阵脚。要知道，你的竞争对手也是如此，也和你一样的境遇，不是吗？需要做的是，尽快联系到已经考上的学姐学长，去找他们咨询。

来源：新东方 2019 年 7 月 25 日

## 考研专业课高效学习技巧分享

2020 考研备考的考生要注意专业课的学习方式，拉开差距的多数是专业课成绩，所以，不能忽视它，谁忽视，谁后悔。争取达到基础的不丢分，分析题尽全力。

考研大多数专业课试卷都是由两大部分构成：基础知识与分析题。前者主要以名词解释、概念辨析、填空、简答等基本概念，分数占试卷的一半，难度通常不超过本科课程考试的水平，对绝大多数考生来说，还是比较容易的，也是最容易忽视的；后者则要复杂一些，往往以材料、论述等形式考查专业综合素质，题目通常跨章节，并且常与现实生活或当前学术界的理论研究有关。比如说要求对某个重大经济问题或经济现象进行理论分析，或者要求对当前法学界某个热点问题进行评述。分数也就是在这部分拉开了档次。

考研多数专业试卷其实不难。不过，复习起来却很是浪费精力，一是复习内容太庞杂，没有人帮你划考试重点，只能自己去摸索；二是由于分析题太自由，无法判断正确性。因此，专业课的学习重点，主要就是解决这两个问题。

### 一、搜集最新专业课书籍和历年真题

下一步工作就是详细整理专业课程的逻辑结构，然后对照专业试题，看看曾经的考试重点落在哪里，并揣摩其命题思路和动机。通常反复出现的考点和尚未出现的考点成为今后命题对象的概率很大，因为前者可能是专业“兴奋点”，后者则填补空白。

### 二、了解考试出题范围

上面通过研究分析历年考题摸规律的方法很不精确，而且一旦命题教师更换，可能吃大亏。广泛地咨询该专业本科生和研究生，有助于了解最新情况。最好的方法还是打听出命题教师，然后争取旁听其授课，或者报个辅导班，辅导班老师会给你凭着多年经验给你一些指导意见，这个效率最高，最节省学习时间。

### 三、获得试题真实答案

专业课真题一般都不附标准答案，全靠自己琢磨可能会有偏颇。比较好的方法是直接请教辅导班老师；退而求其次可以去请教已经通过考试且成绩较高

的研究生，并且应该多请教几个，争取全面一些，实在不行可以加一些考研讨论群去获得帮助。

#### 四、专题整理

专题整理是一种很有效的方法，尤其是对付试卷中比较棘手的简答题和论述题。不仅可以提高分析问题的能力，还有助于专业知识的系统化和融会贯通。根据一些重要的原理性知识，结合当前热点问题，为自己列举出一系列问题，然后从教材及专业杂志中整理答案，有可能请教学长或导师，力求答案尽量完整、标准。整理完后，每隔一段时间就要拿出来温习一下，看是否又产生了新的答题思路。

#### 五、对出题老师保持关注

能够得到当面请教的机会更好，不行的话也要打听到该师的主要的学术观点、重要的专业论著(如博士论文等)，仔细研读，争取把握其研究热点，也就往往摸到了考查的重点。如果不幸确实不知道谁出题，那就只好将几个重要的专业老师都列入了解范围。

最后应该指出，上面这些建议虽然很重要，但前提是必须全面、系统地把握专业课内容，这样才能以不变应万变。

来源：文都考研 2019年4月9日