

临床执业医师基础差，程建帮你备考

产品名称	临床执业医师基础差，程建帮你备考
公司名称	郑州程建教育科技有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	郑州市金水区金水路16号中青大厦1808号
联系电话	15315645280

产品详情

2021年中西医执业助理医师综合笔试，基础差怎么办？没信心怎么办？既然大家都走到综合笔试了，“万里长征”已经走过一半了，在这里放弃你真的甘心吗？希望基础差的考生做好心理建设，可以坚持到底。程建网网这篇文章就是为你量身定做的。

1.安排好休息的时间

比如说每周休息半天，睡一次懒觉，跟朋友亲人聊聊天，都可以，不打疲劳战。

2.做好计划，这点很重要。

计划一定要在自己不难完成的范围之内，这样才能保持一个自己的节奏，每天完成了计划即使再累都觉得很安心、很淡定。再强调一次，要找到自己的节奏感，规律地生活，推掉一切没必要的应酬。

3.保重身体，注意饮食，适当锻炼。

个人建议尽量早睡早起，不熬夜，因为熬夜对人体消耗是很大的，真的不是可持续发展，而且也跟考试的时间(白天)所要求的状态不合拍。(我复习期间每晚很少超过11点睡觉，每天早上基本都是5点起床复习)

4.这个考试是一个系统工程。

尽可能要把自己的身体(感冒之类)、情绪(失恋、跟家人吵架等)和精神状态(熬夜劳累等)都调整到一个相对稳定的状态，不宜大起大落，失控了及时调整，不要超过1周。

5.及时寻求正反馈。

在复习过程中感到逐步完善自己临床知识体系的这种感觉真的很好，因为人的心理有天然的求完整的倾向，越感到自己在这个领域的知识积累得多，就越有渴望学得更多把知识更完善一些。

