

(上接 A2 版)



关键词 报考·思想准备

考研改变命运 决策需要谨慎

张艳萍：您身边是否有通过考研逆袭的例子？

屈顺林：这样的例子有很多，有同学开玩笑说：“考研可以改变命运。”确实如此，通过考研可以改变本科院校不好的情况，比如普通本科考入协和等知名医学院校的研究生，见识也会随之改变。同时，也建议同学们尽早考研，避免“拉锯战”。

张艳萍：二战、三战的考生是否需要调整方向？

黄新利：这类学生一定要给自己明确定位，即你的学识、水平将来能承担什么样的工作。

如果报考院校专业竞争压力大，每年报考的人特别多，自己的排名又不是特别靠前，且屡次未上岸，则建议尽早调整方向。

关键词 报考·选择院校

选择报考院校和专业有诀窍

张艳萍：考生在报考时该如何选择院校和专业？有哪些注意事项？

刘晓飞：第一，985、211 和双一流高校的热门专业，往往报考者“扎堆”，大家有了自己心仪的院校之后，一定要查一查该校往年进入复试的分数，并结合自身学习成绩报考。

第二，建议考生尽量报考期望就业城市的医学院校，这样在就业时，导师、同学都将成为你今后职业发展的人脉。

第三，要慎重选择报考专业，有些学校名声很响亮，但个别专业却并不是特别强，要提前了解。因为报考的专业跟你今后的就业方向是一致的，且很难更换。

赖施成：报考专业时，个人的兴趣也很重要。要选择自己真正感兴趣的专业，才会让你在学习的过程中更加投入，

慢并不可怕，我们可以屡败屡战，但我们要努力争取，给自己争取一个更好的发展平台。

张艳萍：中国考研的学生特别多，出国留学读研和国内读研哪个更好？

屈顺林：需要注意的是，选择出国读研就意味着不能完成规培，将来如果回国从事医疗工作，还需在国内取得执业医师资格证，而要想在学术上有更高造诣，国外条件和资源相对较好，不失为一个好选择。同时，随着国内北医、协和、湘雅、齐鲁、华西等院校临床研究的投入，科研水平得到提升，国内外差距逐步缩小，同样能完成学生们的学术梦。因此，具体还需根据学生自身条件、职业发展规划来决定。

也会在未来的职业生涯中更容易取得成功。

选择院校时，地理位置和生活成本也是一个需要考虑的重要因素。因为不同城市的整体氛围、生活水平和就业机会都有所不同，这其中，生活成本将直接影响着考生的生活质量和学习效率。

最后，希望考生能尽早选出自己的目标院校。挑选院校是一件很麻烦的事情，不仅仅要考虑分数线、院校水平以及竞争力度，更得考虑到自己未来的工作以及发展。各位可以去搜集翻阅目标院校每年的拟录取名单，大致了解他们每年的录取平均分数以此划定自己的目标分数，更好地制定自己的整体复习规划。

关键词 备考·笔试

找到自己的节奏 过好笔试“第一关”

张艳萍：笔试是考研的第一关。该如何进行复习，各位有哪些建议？

黄新利：关于笔试复习，希望各位考生可以找到适合自己的复习节奏，一个好的复习状态可以让复习事半功倍。提前做好复习规划，规划“每日任务”的前提是要有一个相对清晰的复习框架与目标，你要知道在这个阶段

里需要达成什么目标，要让自己的复习进度达到什么样的水平，这是需要仔细思考和详细归纳才能得出的。而规划任务的范围过小、过大都会引起效率低下，浪费时间。规划好这一切还得及时根据现状对整体规划做出调整，

一旦做到这些，效率会提升很多。

做自己，不必在意他人的速度有多快，效率有多高。在没有看到最终结果之前不轻信任何一次“小成功”，不要协于任何一次“小失败”。将你走的路坚持下去，只管努力，把结果交给时间。

关键词 备考·面试

面试有技巧 考生应牢记

张艳萍：考研笔试通过后还有面试，那么，如何在面试中获得高分？有哪些注意事项？

刘晓飞：首先，在仪容仪表上，考生着装要尽可能正式，精神干练，女生不要浓妆艳抹；要礼貌谦和，主动问好，回答问题时声音一定要洪亮，语速尽可能不要太快，另外一定要自信，眼神不要离散。

其次，在回答问题时，考生要尽可能扬长避短，如果遇到自己不会的问题，可以诚实地表示在此方面理解不够深入，并尝试用自己掌握的知识点进行分析，千万不要不懂装懂。同时，专家可能会问到一些开放性的问题，如让考生结合临床实习经历，对某些病例进行用药指征或者用药规范的分析。大家考完笔试后还要认真复习，把之前掌握不牢固的知识点进行有针对性的学习。

再次，英语面试非常注重听力和口语表达能力，建议大家提

前准备好一篇简要的英文自我介绍，同时提前对本专业相关的英语文献进行熟练的阅读。

最后，对于临床专硕，大家一定要通过招生简章，提前了解所报考院校是否进行技能测试，对一些常规的操作要熟练掌握。

赖施成：面试中，面试官通常会问及考生对首报专业的了解程度以及选择该专业的原因，建议考生在面试前要对首报专业进行深入了解，同时思考自己报考的兴趣和动机。

第二，良好的语言表达是重要的评价因素，过于简单或者使用不准确的词汇，甚至语法错误等都可能影响最终成绩。建议考生在面试前多进行练习，注意语言表达的准确性、逻辑和流畅度。

第三，面试是考生展现自己

全面素质的一次机会，如果缺乏自信或沟通能力不足，可能会让面试官对考生的应变能力产生质疑。建议考生在面试前进行多次模拟面试，提高自信心和应对各种问题的能力。

第四，面试中，考官的问题可能会涉及一些社会热点或所报专业相关问题，建议考生进行有针对性的准备。

黄新利：进入复试后，考生最好能把所报专业导师发表文章的摘要看一下，大致了解其研究方向。如果能在复试时把导师的研究说出一二，我相信他听后会非常高兴的。

此外，考官通常也会在面试结束前给考生一个提问的机会，考生可以提前准备一些有深度的问题，来展示你对医学的理解和对专业的思考。

关键词 备考·在职考研

在职考研要平衡好工作、生活、学习的关系

张艳萍：针对在职考研的考生，各位有哪些建议？

赖施成：首先，在职考研考生往往复习时间有限，因此要制定合理的学习计划，精确规划每天的学习时间，制定详细的学习计划，合理安排每一阶段的复习、模拟考试，确保复习得比较全面。

第二，要优先攻克一些薄弱环节，进行有针对性的复习。

第三，合理安排工作和学习时间，与工作单位及时沟通，尽量争取到适当的学习时间。

第四，高效利用碎片化时间进行学习。

第五，要灵活运用周末和假期进行集中复习，也可以参加一

些考研培训班进行系统学习，提高复习效果。

第六，科学备考，不要贪多求快，而应合理掌握每个阶段的复习内容，遇到难题时及时寻求帮助。

最后，也是最重要的一点，就是在职考研考生要平衡好工作、学习和生活，保持良好的作息周期和饮食习惯，适当锻炼，合理安排一些社交活动，确保身心健康。虽然在职考研具有一定挑战性，但通过合理、规范、高效的学习，也同样能取得优异的成绩。

黄新利：在职研究生是我国

培养高素质人才的方法之一，但需要注意的是，在现阶段，我国医学类的在职研究生是没有毕业证的，只有结业证，完成学位要求的学生可以获得学位证。这虽然也是国家认可的学历，但是同学们一定要考虑清楚：在职研究生的结业证是否符合你的需求。除此之外，在职研究生都是学术型的，因为专业型硕士要完成临床规培。33 个月，少一个月都不行，在职是非脱产情况下的，所以考生肯定没法进行脱产规培，至于招生考试，在职研究生以院校出题为主。

关于考研的复习流程和步骤，各位专家能否给一些专业的建议？

黄新利：研究生备考的时间周期约为一年，考生首先要从师兄、师姐中那些考研成功者那里获取考研信息，他们不仅能传授你一些报考、备考的信息，也能给你留下很多复习资料。

其次，在考研公共课方面，

英语更多靠平时功夫，政治则靠考前突击效果更好；在专业课方面，首先要学好内外妇儿，在在大四、大五的时候再着手进行比较系统的西医综合学习。

在这一整体规划下，西医综合复习也可以分为三轮，第一轮大

概是从二月份到六、七月份，这个阶段的主题是“打基础”，考生要将专业理论课从头到尾通读。

第二轮大概是从六、七月份到九、十月份，这一阶段的主题是“强化与提高”，考生要在复习的基础上结合真题，检验之前所学知

识的牢固程度，并进行查漏补缺。

第三轮大概是从九、十月份到十一、十二月份，这一阶段的主题是“冲刺与升华”，考生要将各专业课的知识融会贯通，再做一些冲刺模拟题，检验自己之前的学习效果。