

原来学霸
属性也是可以
“传染”的!

有颜值还有实力
海大这个“学霸宿舍”

本报讯 一个宿舍6个人,其中4个同专业的都考上了研究生。这个宿舍,就是海南大学3栋主南104宿舍,被同学们称为“最牛考研宿舍”。近期,是研究生考试陆续“放榜”的时候,104宿舍四个食品学院食品科学与工程专业的“小姐姐”,先后迎来了各自心仪大学的研究生录取通知书。其中,杨坤通过保研被中国农业大学录取,陈思羽、王雨晴、魏佩宇分别考上了西南交通大学、华南理工大学、海南大学的研究生。昨日,记者来到海南大学,听她们讲述了自己的考研故事。快来看,看学霸是怎样“扎堆”炼成的吧!

记者 金浩田 文/图

4个小姐姐都被pick啦 考研之路集体“晋级”



同专业同宿舍四个颜值与实力并存的小姐姐

2 备考期间压力大,有人找舍友排解,有人靠跑步降压

考研不单单是知识的储备,更是心态的较量。背单词、看课本、做真题,十多个小时的高强度学习堪比高三阶段,如此枯燥的生活,很容易让人产生厌倦的情绪。“我们学习久了也会感觉疲惫、压抑,尤其是看到身边的同学有的拿到offer(录用通知),有的保研,感觉压力更大了。”魏佩宇说,在她压力最大的时候,舍友和老师是最温暖的港湾,“我等待初试结果时很焦灼,挨个给她们打电话求开导。”在和3位室友分别通电话后,她收到了一条陈思羽发来的短信,“‘不斤斤计较于一时一地之得失成败,而能逐渐为自己后续的人生寻得一个较为切实、惬意的立足点’,这句话让我豁然开朗。”

除了魏佩宇,其他三人也同样有过焦虑时期。陈思羽说,她甚至有时在看书做题时,大脑会突然一片空白,“我之前有夜跑的习惯,但备考期间为了节省时间,就没坚持。”为了缓解压力,陈思羽每晚便提前一小时回宿舍,重新拾起夜跑的习惯,“跑完之后,感觉整个人神清气爽。”



小姐姐们常常一起复习功课

1 备考期间过着“连体婴”似的生活,一起吃饭一起学习

去年9月份顺利通过考核,保研上了中国农业大学杨坤,是104宿舍中最早开始复习的一个。“因为当时并不知道自己可以顺利保研,所以过完2017年的春节我就开始复习了。”杨坤介绍,她从去年3月份开始备考,初期以英语单词为主,“我当时考虑到,考研英语是一个慢工出细活的科目,就提前复习了英语。”

考上海大研究生的魏佩宇介绍,宿舍四个小姐妹在大一大二时就已经有考研的想法了,在大三下学期看到杨坤开始复习后,其他3人也不约而同地保持“步调”一致。

“在备考作息方面,我们四个各有各的习惯。我平时都是6点半起床,她们三个‘小懒虫’却习惯晚睡晚起。所以,我总在扮演‘闹钟’的角色。”习惯早起的王雨晴介绍,在每天复习科目的安排上,每个人也不尽相同,“我一般是上午复习数学,下午复习英语和政治,晚上复习专业课。虽然我们的学习方法和习惯各有不同,但为了一致的目标,大家谈起学习来总是亲密无间。”

陈思羽介绍,她和舍友们经常一起吃饭,一起讨论专业知识,一起到自习室学习,很少分开,“平时我们会相互尊重并相互勉励,让日常复习事半功倍。为了减少排队的时间,我们一般会在11点去吃饭,这样可以和正常下课的学生错开。”

爱美妆,但更爱书香。采访时,四个小姐妹均表示,去年备考阶段,为了节省时间,大家都暂时放弃了“精心装扮”。“太浪费时间了,尤其进入暑假,备考时间只剩几个月,相比考试,外表就显得无足轻重了。每天都是宿舍、餐厅、自习室,三点一线的生活。”陈思羽说,“当真正投入到复习当中,也就将生活琐事的时间最大程度压缩。”

3 睡前“卧谈会”是四姐妹最好的放松方式,乐观很重要

很多寝室会在熄灯后举行“卧谈会”,104宿舍也不例外。考研路上单一枯燥的生活,难免会让人产生负面情绪,“卧谈会”也许是有有效的“解药”。“我们经常相互倾诉考研路上的种种烦心事,睡前卧谈就是一剂‘良药’,种种负面情绪经过大家一调侃,感觉压力缓解了许多。”谈到调节压力,四个小姐妹首推“夜话时间”,累的时候她们就在宿舍说说笑笑,喊出自己的目标,相互鼓励、相互打气。

虽然紧张的备考时光已经过去,但睡前卧谈这一习惯却保留了下来。“魏佩宇背书时喜欢踱步,有时旁边有人经过都不曾注意;王雨晴瘦了6斤多,考研是减肥利器呀!”如今即将本科毕业的她们,在每天的“夜话时间”还会说起这些苦中作乐的故事,如今故事成了“段子”,给大家增添了不少欢乐。

4 辅导员:宿舍“抱团”考研,关键在于良好的学习氛围

“近几年,海南大学生一个宿舍抱团考研且都考上的例子,几乎每年都有。今年除了104宿舍,其他学院也有这样的例子。”海南大学食品学院辅导员姚广龙介绍,这与学校的浓厚学习氛围有紧密关系。

“一个宿舍多人考研成功,关键在于有良好的学习氛围。”姚广龙说,104宿舍的四个小姐妹,很早便立下了考研志向,持之以恒并坚持到底,同学间互相帮助、互相鼓励,“在一个枯燥艰苦的过程中,这样的氛围非常重要,如果有一人半途而废,就不可能全员成功。”

姚广龙说,为了鼓励和支持学生考研,海大食品学院专门设立了考研自习室,并通过多种方式对考研学生缓解压力,“为了鼓励同学们坚持下去,自习室还专门放了个签到本,在签到本上,104宿舍四个小姐妹的名字,几乎每天都在上面。”