心得体会

都说考研是一个人的旅途，但是，如果在这个过程中有可爱的老师陪伴和鼓励，那将是一件幸福的事情。2019年的考研旅途中，有幸能够加入这样的考研班级。当我还在困扰是否要报一个辅导班时，学院的考研辅导班带给了我帮助，它以公益性质，目的是为了让考研的学子不要放弃，努力实现自己的愿望而成立的一个辅导班。

这段时间带给我最多的是鼓励，老师们认真负责，我能从她们的眼睛里看到期盼和鼓励。同时，在这段时间内，我能感觉到，我一直的焦虑和不安得到了缓解。

授人以鱼不如授人以渔。老师教给的是学习方法。当我自己一个人埋头苦学却不得窍时，老师的讲授有效的提高了我的学习效率。

这段时间，让我没有了胡思乱想的时间，真正投入到了学习之中。我想，学习是治疗恐慌最好的药。