

## 2018 年华东师范大学基础心理学学硕 371 分考研经验

本文来自文都比邻高分学员, 禁止转载

开始, 然后执行, 就会有成功

考研就像编程, 一旦开始, 只要不断的执行下去, 就会有结果。

### 个人介绍

首先来介绍一下我自己, 我是毕业之后直接选择去工作的, 工作一年后觉得上研究生还是很有必要, 所以辞职考研。我于 6 月份开始准备, 由于不需要像应届毕业生搞毕设, 所以每天的时间都是大把大把的。大四的时候考过一回华东师大, 但不是心理学。一战的时候时间短, 任务重, 还是跨考, 三跨的那种, 加上毕设的压力, 不出意外的失败了。二战虽然还是三跨党, 但是有了充足的时间, 科学的方法, 加上毅力和恒心, 终于蟾宫折桂。

初试前很重要的是选院校和注意要报考院校的招生信息。我一直心仪华东师范心理系, 所以就一直在关注官网信息。心理系的学硕分为 4 个方向: 基础, 发展与教育, 应用, 认知神经, 前三个方向初试是 312 统考。专硕的话只有应用心理, 是统考 347。当时一看 312 只考 7 门, 而 347 要看很多书, 有 11 门。加上我本科是计算机专业, 在复试的时候有优势的只有基础心理学了。而且看华东历年的录取分数线, 基础心理学的录取分数相对来说低一点, 竞争没有应用、发展与教育那么激烈, 所以选了学硕基础心理学。但是后来证明我太天真了, 复习内容远不是参考书少内容就不多了。

### 初试部分

#### 一、参考书目

312 给的参考书目:

1. 普通心理学 彭聃龄 北京师范大学出版社
2. 实验心理学 郭秀艳、杨治良 人民教育出版社
3. 现代心理与教育统计学 张厚粲 北京师范大学出版社
4. 心理与教育测量 戴海琦 暨南大学
5. 发展心理学 林崇德主编 人民教育出版社
6. 当代教育心理学 陈琦、刘儒德 北京师范大学出版社
7. 社会心理学 侯玉波 北京大学出版社

我也是先买了这么多, 然后再自己慢慢补充的。后来准备复试的时候看一些书, 发现里边有很多 312 的原题 (包括今年的 312), 所以虽然我初试没有使用, 但还是一并列入参考书中。

我的建议:

1. 普通心理学
  - o 《普通心理学 (修订版)》 彭聃龄 主编
  - o 《心理学导论》 梁宁建 主编

这一本一定要看, 普心有很多小考点都在里边, 是上一本里没有的。

2. 发展心理学
  - o 《发展心理学》 林崇德 主编
  - o 《发展心理学——儿童与青少年》 (第九版) David R. Shaffer

这本书就是后来发现的每年发展的超纲题目在这本书里都出现过, 比如真题里的婴儿习惯化与去习惯化范式, 父母的教养风格, 还有今年 30 分的道奇的对攻击的社会信息加工理论的解释, 都在书里边讲过。

### 3. 统计心理学

- o 《现代心理与教育统计学》张厚粲, 徐建平 著
- o 《行为科学统计精要》(第 8 版)
- o 《多因素实验设计的方差分析》舒华 著

这本书专门对方差分析, 什么混合设计, 多因素重复, 都不在话下, 讲解非常有耐心, 体系清楚。

### 4. 测量心理学

- o 《心理测量学》郑日昌等 著

这本书测量给的具体量表多一点, 比如能力测试, 人格量表具体是怎样的。

- o 《心理与教育测量》戴海崎, 张锋, 陈雪枫 主编

内容上更全面, 而且深度要大于上一本, 理论讲的很扎实。

### 5. 实验心理学

- o 《实验心理学》朱滢 主编

这本书是我后来看的, 就是复试等待的时候无聊起来看 FMRI, 眼动的设计, 没想到复试的问答题目中真的就遇到了。如果你是基础方向的话, 初试可能不会考, 但是复试这一块一定要看。

- o 《实验心理学》郭秀艳 著

根据很多同学的经验, 这本书比较基础, 可以作为入门。

- o 《心理学研究方法》约翰肖西内 著

今年的画图题就出自这本书, 原原本本的课后习题。所以课后习题一定不要偷懒不做, 要知道这是锻炼你思维的好方法。

- o 《实验心理学的理论、方法与技术》舒华 张学民 韩在柱著

这一本的推荐理由是方法学太重要了, 可以弥补郭本第二章不全的实验设计。

## 6. 教育心理学

- o 《当代教育心理学 (第二版)》 陈琦, 刘儒德 主编

## 7. 其它

- o 《心理学考研高而基 知识精讲》 迷死他赵 主编

- o 《心理学考研大表哥 核心表格》 迷死他赵 主编

- o 《心理学考研背多分 背诵手册》 迷死他赵 主编

- o 《心理学考研阿范题 刷题宝典》 迷死他赵 主编

## 二、专业课复习方法和时间规划

我在复习方法上一贯主张: 是文科的就老老实实背, 是理科的就老老实实刷题目。

因为我是三跨党, 之前什么都不知道, 所以只把 312 给的官方参考书买了就开始看。

**6 月-7 月:** 首先粗粗的过了一遍, 知道是讲什么内容的, 可能就是 3 天-5 天一本书, 这一次只求有个印象, 知道每个子领域主要是讲什么内容的, 大概一个月或者不到一个月就能完成这项工作。此时看完了脑子里什么都没有很正常, 就只求留个印象: 原来心理学是学这个的呀, 就可以了。因为自己不能连轴转, 所以一般一周学习 6 天, 总要留下一天来玩。

**7 月-8 月中旬:** 第一轮, 这一次就要下功夫老老实实看了, 先是看了考研大纲解析, 绿皮本的, 和书对照着一起看。每周规定一本书 (其实就是一科), 分章节任务到每天。先看一遍大纲解析, 然后看一遍对应章节的书, 然后回过头来做笔记, 那个时候基本上就是把大纲解析肢解到点, 自己认为重要的就抄一遍。然后晚上是固定不变的蓝皮书对应章节的习题。不能看书做, 这个在第一轮打基础的时候还是很重要的。

bilin.wendu.com

**8 月中旬-9 月底:** 第二轮, 这个时候基本上有印象了, 但是还不够深入, 就还得再做一遍笔记。这一次我做笔记的方式是转移到电脑软件 Anki 里, 就是自己提出问题自己给出回答, 高亮关键词。练习题是大纲解析 1000 题, 还是每周一本, 每天有对应的章节计划。这个过程非常重要, 因为你自己出了题很可能就是未来的真题, 而且转移到手机上, 每次吃饭排队还能刷手机的时候背, 碎片记忆比整块时间记忆效果更好。

**10月-11月中旬:** 第三轮, 做真题, 一天一套卷。做之前先把 Anki 里的内容过一遍。做完一套卷, 自己拿出 2 天来分析, 超纲的找到课本出处, 录入 Anki 中。此时接触到了比邻, 所以配套参考还有高而基和阿范题。高而基写的很好, 录的时候可以参考。阿范题就找对应你背的哪几章来做, 作为巩固练习。

**11月中旬-12月23号:** 这一阶段就是冲刺, 找了一些模拟题来做, 然后每天固定背 Anki。然后默写每科每章的框架, 我记得完整的版本我默写了至少 2 遍。而且这个时候背书跟着老赵的背书群真的太有用了, 不仅有口诀, 还有大家的陪伴。最后考试之前我是在老赵加完油之后背了全部的 Anki, 因为之前的熟练, 所以 3 个小时就完成了。

在整个期间, 我都加了老赵的群, 大家一般会在群里问问题。我每一天晚上做完题会看一看大家的问题, 我能解决的就回复, 不能解决的就自己去寻找答案, 或者看看其他人怎么解答的。不可否认, 今年的画图题的变式就是之前群里有人问到的一道题, 我自己当时看了做了, 然后考场上才一点不慌的。

bilin.wendu.com

### 三、英语复习方法和时间规划

英语说起来太惭愧了, 只考了 63 分, 一战还考了 73 分……

我觉得英语初试还是要以传统刷题为主, 自己就是因为比较注重把英语用起来, 所以阅读滑铁卢。每天也不背单词, 也很少做题, 到邻近一个月了才开始每天 2 篇阅读, 作文依旧是背范文, 到了考场上看主题随机组合。我当时练习英语主要花在了口语上, 用的是一款叫英语流利说的 APP, 办了半年的会员, 每天至少 30 分钟, 虽然做到的不是很多, 但是只要坚持, 就能改善了发音、节奏和流

利程度。ps: 这对初试没什么用, 但是复试听力和对话的时候很有用。复试我基本就没怎么准备英语口语了。

#### 四、政治复习方法和时间规划

我是 10 月份才开始复习的, 但是建议也分几轮来, 最重要的是刷肖秀荣 1000 题的选择题, 认真刷过去, 把错的记录在 Anki 上。最后一周肖 4 绝对妥妥的大题背起来。不要嫌 4 套太多了, 要知道考场上看到原题你就后悔了。

#### 复试部分

##### 一、参考书

1. 《普通心理学》彭聃龄
2. 《心理学导论》梁宁建
3. 《认知心理学》斯滕伯格著 邵志芳译

4. 初试所有的书再看一遍, 特别是你初试前没有好好看过的书, 特别是实验方法论的书

##### 二、复试经验

###### 1. 笔试:

笔试题目 (基础方向):

1.1 第一题: 有男 90 人, 女 120 人, 要根据“100 米短跑成绩”分为 3 个匹配组, 每个被试要在实验处理后完成 6 个任务, 分别是 A,B,C,D,E,F

(1) 问被试如何分配, 请写出具体过程

(2) 被试完成任务的顺序如何确定

1.2 roc 曲线,  $\beta$ ,  $d'$  分别是什么? 他们之间的关系是什么?

1.3 如何用数据统计方法检验“A 通过 B 影响 C”?

1.4 实验设计

1.5 实验挑错

基础的就是实验设计, 基本上完全围绕实验设计和数据统计来出的, 所以一定要多看几本心理学实验方法论以及几篇论文里的实验设计例子。这里推荐一本书: 《心理与行为科学研究方法》 保罗 C. 科兹比 等著。之前不知道去哪里找论文来看的时候, 这本书上都给了相关论文的 DOI, 而且给了相应的实验题来做。同样, 心仪导师的论文也可以看几篇, 一定要包含 FMRI, 眼动的论文。

bilin.wendu.com

2. 面试:

只有中文自我介绍

英文对话, 听老师的问题然后回答。最喜欢的食物, 电影, 最难忘的事, 因为我比较特殊, 所以老师问了给一位先生写邮件询问他的有关信息。

专业文献: 先读几句, 然后老师让翻译。对我来说没有生词。

专业问题: 设计实验狗狗是否能听懂主人的对话。



面试的时候一定不要紧张, 否则太紧张了会卡住, 自然点放松就好。只要你前期准备过了, 一般不会有大问题。老师问什么尽量还是多往心理学方向答, 不要扯远了。

## 考研心得

一路走来, 有很多艰难, 但是也得到了很多帮助。要感谢比邻这个平台, 不然一个人走会很孤单的, 也不容易坚持下去。关于自己的复习进度和规划, 一定要心里有数, 而且规定什么时候完成就什么时候完成。做题的时候不要直接把答案写在卷子上, 而是用写在白纸上。对答案的时候标注错题即可。定期给自己测验, 比如每天学完了做题来检验今天的效果, 周测验可以把之前的错题再做一遍, 空闲的时候就拿手机刷 Anki。反正就是让自己无时无刻不在复习就行了。但是也要注意劳逸结合, 才能达到最大效率。我是一周休息一天什么也不做的, 有的时候学累了也会刷刷和研友聊天, 如果学的困了就直接趴在桌子上睡一会。一定要告诉自己效率产出为上, 不要一天坐在那里很久但是没效果瞎感动自己。

最后, 每个人的学习方法可能都不一样, 如果我的考研经历对你自己的考研规划有启发, 那我就很开心了。愿每一个人的努力不被辜负!