

## 2018 年南开大学应用心理学 338 分考研经验

本文来自文都比邻高分学员, 禁止转载

2018 年 6 月 19 日, 我终于亲手拿到了南开大学的研究生录取通知书, 悬着的心终于落了地。欣喜之余赶紧给比邻的赵老师和眼泪老师分享了这个喜讯。这个情节, 我已经期待了很久了。

这一路走来, 辛酸不想多说, 就直接说说有用的经验吧! 经验都是别人的, 只可借鉴学习, 却不能十分指望。还希望学弟学妹们能够多多实践, 找到适合自己的学习方式才是最重要的。

### 2018 考研成绩

专业课 196 分 (算是低分飘过了)

政治 68 分

英语二 74 分 (去年 82 分, 哎~)

初试总成绩 338 分, 第 13 名

复试成绩第 7 名

综合成绩第 13 名

我的初试成绩算低的, 所以说, 我的所掌握的备考内容是标配, 不能再低了。所以我背的, 你都得背, 我没背到的, 你更是不能轻易放弃。

### 学校情况

南开大学是 985, 211 院校, 周恩来总理的母校, 而应用心理硕士专业正是在

周恩来政府管理学院下的社心理学系中的专业。



这是学校老校区主楼, 南开大学标志性建筑, 楼前就是周恩来总理的雕塑。复试就是在这栋楼里进行的 (照片是我复试结束后拍的)。

### 南开大学周恩来政府管理学院 2018 年全日制专业硕士 招生人数公示

专业代码	专业名称	本专业计划招生人数	接收推免生数	推免生中不占招生指标人数	除去推免后剩余计划招生人数	备注
035200	社会工作	25	5	0	20	
045400	应用心理	15+3	0	0	15+3	
125200	公共管理	10+4	0	0	10+4	

本来应用心理硕士专业是要招 15 人, 临复试前一天发通知增加 3 个名额, 虽然我排名不在最后, 但为了保险起见, 我在复试前资格审查的时候填了调剂申请表, 这就体现出南开大学的人性化了。报全日制的可以填写调剂申请表, 给自己一个调剂为非全日制的机会, 又不影响全日制的录取。全程按照全日制的复试要求进行复试, 如果没被录取就按调剂考生的综合成绩排名择优录取为非全日制,

也不影响第一志愿报考非全日制的考生的录取。

## 南开大学周恩来政府管理学院 2018 年专业硕士

### 复试分数线及应用心理调剂办法

#### 一、复试分数线

专业	单科要求				总分要求
	政治 (联考综合)	外语	业务课一	业务课二	
社会工作硕士 (035200)	60	60	90	90	370
应用心理硕士 (045400)	50	50	170		315
公共管理硕士 (125200)	110	50			180

以上复试分数线基本要求为我校统考、联考生复试最低线, 待国家线公布后, 凡是没有达到国家线的考生, 复试无效, 不予录取。

今年南开大学的复试线是 315 分, 虽比国家线低, 但其实录取还是跟着国家线走的。

到最后, 全日制进复试的有 28 人, 录取 18 人, 没被录取的 10 人中有 6 人参加了调剂并且都被非全日制录取, 第一志愿报了非全日制的, 除了初试没过国家线的, 全部被录取。这一下南开大学就火了, 很多学弟学妹跑来跟我说, 今年考南开大学的人肯定爆满, 我不知道要不要换学校, 要不要继续考南开。我想说, 赵老师每年苦口婆心的劝大家考北师大时, 同样是有很多同学跑来说, 北师大那么好, 考的人肯定很多, 我不敢考。或者说, 去年北师大分数线那么低, 今年肯定人爆满, 我考了也是当炮灰。可结果呢? 夸张点说就是撑死胆大的饿死胆小的。纵然学校好, 分数线低, 大家都觊觎却都不敢尝试, 报考的人也未必会爆满吧!

学校的情况就先说到这里, 如果你已经决定考南开就请坚持下去, 不要放弃!

## 参考书目

南开大学在 2014 年时曾经发过参考书目, 如下:

教材	作者	出版社
《普通心理学》第四版	叶奕乾等	华东师范大学出版社
《发展心理学》第二版	林崇德	人民教育出版社
《社会心理学》第四版	13 院校合编	南开大学出版社
《心理测量学》第 2 版	戴海崎	高等教育出版社
《咨询心理学》	乐国安	南开大学出版社
《管理心理学》第二版	车丽萍	武汉大学出版社

除了这六本曾指定的参考书以外, 我用的最多的就是比邻的《心理学考研知识精讲高而基》。我把《高而基》上下两册拆了, 把六个考试科目的部分重新装定成了三本薄一点的书。复习的时候课本和高而基要对照着看, 把内容补充齐全。还要适当的整理自己的笔记, 以便冲刺背书时候用。其中普通心理学的占分比重较高, 其次是社会心理学和发展心理学。

分析 2011 年-2018 年的历年真题发现, 最开始是没有考察《管理心理学》内容的, 是从 2014 年考研才新加的。而 2018 年考研却也考了变态心理学的两个名词解释。而且南开大学近些年的考题也倾向于利用社会时事考察对专业知识的应用能力。

## 时间

我是边工作边复习的, 并且复习的时候总是被打断, 很难有大块的时间复习, 刚开始很不适应, 所以我就专门拿个小本本, 每天从开始复习时记下时间, 中止时再记下时间, 这个时间里复习了什么科目什么内容, 这样一天下来我就能知道复习了多长的时间。其实跟番茄土豆的原理差不多, 但我选择用笔记录是因为这样可以减少接触手机的机会。

每个阶段我都提前给每个科目划分好日期和天数, 然后按照计划完成。比如在八月底完成强化复习, 那么普通心理学就要用掉半个月的时间, 再细细一算, 每一章也就只有一天多一点的时间了。之前用考研的倒计时来自欺欺人, 总是觉得时间还早啊, 那些细节的知识点后面再背吧! 后来给每个科目规划好复习的天数, 再分配到每一章节才发现时间太紧了, 再加上英语和政治, 留给专业课的时间就更少了。

## 专业课

专业课的复习我主要是跟着比邻的视频课, 看书和高而基做知识框架、画画表格, 整理知识点。知识框架不止画在笔记本上, 还用 Xmind 做了电子版的思维导图。无论是手写还是电子版, 无论以课本为主要复习资料还是高而基为主要复习资料, 最重要的是形成自己的知识框架, 先建立起大框架, 然后再去细化, 背诵, 最后看着大框架就能顺出具体的知识点。然后从强化阶段, 也就是暑假时间开始背书了。一定要早一点开始背, 但不是从一开始就背。虽然背了会忘, 但是再背的时候总是要比第一遍轻松的。强化和冲刺时候就要开始研究真题了除了南开大学的历年真题, 还应该多看看其他学校的真题。

尽管总是会出一两道超纲题, 大家也不必太担心。与其把精力放在无法把握的考点上面, 还不如多背一些已知的考点, 把基础的知识掌握扎实。遇到超纲题也不用慌, 冷静的分析, 用尽自己所知所学, 条理清晰的答清楚就够了。

## 政治

我是从暑假开始刷政治的。我没报班, 用的是系列书。如果报了辅导班的就好好跟着课去复习。我先是把知识点梳理清楚, 做好了笔记然后才做的题。做一遍是不够的, 为了不影响我二次做题, 我专门拿个本子, 第一遍做题的时候把答案记在本子上, 做完之后对答案, 把错了的圈出来, 知识点再研究一遍。这样就能多刷几遍啦! 到了冲刺阶段就开始背大题, 考前再把肖四扎实的背了就好了。



## 英语

英语是早早开始复习的, 每天背单词没断过, 还看得朱伟的恋恋有词, 单词书加上背单词的好几个 APP 里的好几种单词本, 算下来背了六七八遍的样子。虽然 2017 年考研英语二意外的考了 82 分, 但仍然不敢松懈, 报了英语班, 课程实在太多了, 我就只听了阅读理解、完形填空、新题型和作文, 语法和单词课根本就没听几节。最后只考了 74 分。

英语是要早早开始复习的, 每天单词的背诵不能断, 暑假期间仔细研读真题阅读理解和完形填空, 做一遍后查生词, 分析句子和段落关系, 还要仔细分析题目和选项, 对于自己做对的题目也不要忽略。完形填空也要当成阅读理解那样去分析。作文也尽量早点模仿着写, 不要怕套路, 重要的是写成自己的套路, 写熟了考场上就有的写了。

好啦~复习经验就罗里吧嗦的就写到这里吧! 以后有缘咱们再叙, 还望大家勤勉, 多背多学, 明年今日好来分享自己的成功经验吧!

除了学习之外, 我还想提醒大家, 平时复习的时候吃好, 睡好, 锻炼身体, 尤其是到了后期, 更要保重身体。还要保持心理平和, 积极乐观, 用背书来缓解自己的焦虑, 一旦有了小情绪就要及时化解, 找老师、朋友、家人、学长学姐都可以。都说考试考到最后就是考心态, 无论你有多糟糕的情绪都请你再勇敢地坚持一下, 不要放弃!

### 拉个家常吧!

我和比邻算是老相识了, 早在 2014 年就听说了比邻学堂, 听说有个叫迷死他赵的老师讲课很有趣。2017 年 2 月 14 日那天我还去了比邻本部, 面基了几个研友, 见到了赵老师和燕老师, 和赵老师的那张合影还被贴在了比邻办公室的照片墙上。

和比邻在一起的日子里, 我结交了一群朋友, 还收获了一枚多才多艺的小鲜肉, 认识了南开大学同专业的师兄师姐, 加入了比邻的广播台, 议政厅, 参与了

学习共同体的编撰, 还出版了纸质书!

比邻对于我的意义和对其他的学员是不一样的, 我不仅关注比邻给我的服务, 也关注了比邻的成长。每每看到比邻的新技能、新进展, 我甚至有种欣慰的感 jio (哈哈……) 一个新事物在发展的过程中出点错误, 走点弯路是难免的, 难能可贵的是比邻的态度, 赵老师和燕老师的态度, 相信比邻在两位老师的引领下能茁壮成长, 成为心理学考研人的精神和心理的强大支撑!

期待与比邻和研友们的再次相聚。

