

自考心理学学习心得 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/159/2021\\_2022\\_\\_E8\\_87\\_AA\\_E8\\_80\\_83\\_E5\\_BF\\_83\\_E7\\_c67\\_159840.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/159/2021_2022__E8_87_AA_E8_80_83_E5_BF_83_E7_c67_159840.htm) 身边几乎没有自考的朋友，接触自考比较晚，也一直相信掌握一技之长大过学历，选择自考是一时无聊打发时间的冲动，反正闲着也是闲着，多学一些对自己总没有坏处。决定自考当天就上网查资料，没有把开考的所有专业看完，就选择了心理学，唯一的原因就是喜欢。后来知道我考这个专业的朋友没有一个支持的，各种原因的都有，曾经有放弃的念头，还好也一路不怎么努力的坚持了下来。不是一个对自己严格要求的人，对于自考的态度很也随性，有时间的时候就看看书，工作忙了或累了就不看，绝对不把它当成一种压力，只是爱好……一开始报考的《教育心理学》、《发展心理学》，对于一个从来没有接触这方面知识的人来说那种感觉很痛苦，觉得自己真的没有这方面的天赋，在心理一遍又一遍的暗示自己：别人能学会自己也肯定能。硬着发麻的头皮，不管心里有多发怵坚持看了两遍，发现并不是那么难理解，有些知识看过之后还是有印象的，越看对自己的信心越大。拿到一本书，先看看前言，前言一般都是编者对整本书的大概介绍，然后再看目录，比前言更进一步的对整本书所讲内容的一个整体分类。看完这些在头脑中对这本书所讲内容会有整体认识。看完这些就开始踏踏实实的看书，第一遍肯定有看不懂的地方，这时候不要反复一遍一遍的琢磨，越看会越糊涂，不如接着往下看，等你看第二遍、第三遍的时候会对原来不理解的内容豁然开朗。看完第一遍书，马上看第二遍，而且要细细的看

，争取不落下任何一点细节，手不离笔，划一划重点，准备一些纸写一写。看完第二遍书，把从网上下载下来的串讲笔记看一下，看看串讲中的重要知识点，巩固这些知识在头脑中的印象，再检查一遍看书的时候有没有漏下的知识点，但千万不要迷信串讲中的全部重点，有一次我去考试有一个同学就给我抱怨，去年的《心理卫生与心理咨询》就没有考过，去听串讲（不知道哪里的串讲）老师告诉她第二章是重点而且特别重要，所以她把大部分精力投入到了第二章，结果就考了两三分的填空。接下来找一找历年的试卷做一下，熟悉一下考试题型，多做几份，会对历年的考试有了大概了解，不会的一定要翻翻书，找到答案，再看一下哪方面的知识还没有吃透，确定后面学习的方向，在细细的翻书，把这些不会的知识补上。这些步聚计划好了在半个月之内就可完成，考试的前一星期就是复习阶段，把这一周要考的科目全部复习一遍，因为经过一段时间，有此知识模糊了，但由于前面看的比较仔细，现在只通过再现记忆就可以把以前的知识重现在脑海。考试的前一天晚上一定要看第二天要考的科目，用两三个小时的时候快速的翻书，看串讲笔记，把整本书的知识在头脑中串一遍。各种科目的学习方法网上已经有很多，就不再说了。心理学是一门越学越容易的科目，希望每个报考心理学的同学都能从中找到乐趣。每个人都有适合自己的学习方法，没有对与错，适合自己就是最好的，我写的这些只供大家借鉴，尤其是第一次报考心理学没有经验的同学，一定要坚持，坚持就是胜利，别人能学会的自己也能学会。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)