

2008年心理学专业基础综合统考复习建议 PDF转换可能丢失
图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/214/2021_2022_2008_E5_B9_B4_E5_BF_83_c67_214676.htm 由于心理学专业课程内容多而杂，量很大，因此第一轮复习宜早不宜迟。况且考研就是要跟时间赛跑，复习进度尽量往前赶，早点准备后面就会轻松点。因此，从3月初开始，备考心理学专业的研友们就要正式进入复习状态了。在此，大师教育提出几点注意事项，希望对大家的复习有所启发。

一、全力以赴 在复习期间，必须排除杂念、全力以赴，把考研作为我们生活的全部。经常会看到这样的例子：有人准备了3年，但没有考上；有人只准备了3个月，却一样考上。在这里，时间、智商都不是关键因素。重要的是，在有限的复习时间里，你能不能全身心地投入。

二、提高效率 这是一个讲求效率的时代，考研更是如此，在大家时间相同的前提下，我们就要靠效率制胜！对于备考心理学的朋友们，提高学习效率要注意以下几点：

- 1、学习内容避免单一。在复习过程中，要安排多项不同的科目交替学习，使大脑活动始终保持在一个较高的水平上。这就是说，为了看懂一篇英文的阅读理解而耗费一个晚上或者一口气读一百页的心理学专业书都不是明智的。而应该穿插地复习各门课，以转移大脑的兴奋点，提高学习效率。
- 2、各门专业课同步进行。借用一下计算机操作系统的有关概念：我们可以把自己看作是一个CPU，政治、英语、四门专业课分别是六个等待处理的任务，对这些任务只有采取“时间片轮转”的调度算法，才能保证每个进程都有较短的响应时间，减少数据的丢失。另外，CPU也会因长时间处理同一个任务而

效率下降。3、统筹安排时间，减少不必要的时间支出。比如，食堂吃饭、打开水高峰期光排队就浪费一大笔时间，所以，宁可早去或晚去一会儿，省去排队的时间。此外，学会在同一时间里做两件事，如，一些等待的时间也可以充分利用起来，背几个单词或回忆一下复习过的心理学内容。4、寻找最佳的学习时间。在一天里，学习时间和学习效果有很大关系，并不是学习时间越长，效果越好。实验心理学研究表明，每个人都有自己的生理节律，呈周期性变化，即“生物钟”。我们的体力和脑力也因此出现高峰和低谷交替出现的起伏现象。所以，要找出对自己来说价值最高、效率最高，也就是脑力活动最佳的时间段，把重点的、难度大的学习任务尽量安排在这一时间去做，才能取得最好的学习效果。

三、讲究方法基本上任何科目考研，都是三轮或四轮复习：第一轮搞基础，第二轮破难点，全理解，第三轮综合记忆做模拟卷，如果有第四轮的话，那么可以查漏补缺。前三轮的各个时间大致2到3个月时间，最后一轮1或2个月时间。心里有了这个基本复习进度以后，3月份，应该把大量时间投入专业学习中，要把专业课教材粗看一遍。

1.复习顺序 第一遍粗看，建议顺序为普通心理学发展与教育心理学 - 实验心理学心理统计与测量，由浅入深，循序渐进。当然，也可以几本书同步复习，视自身情况而定。每本书建议花15 - 20小时看完（指的是净时间），加上公共课的复习，这样算下来3月份的复习应该是蛮紧张的。专业课通读一遍后，对心理学统考整个的考试范围和心理学的概况应该有个大致的了解。

2. 复习方法 刚开始复习，大家一定劲头十足，但要注意复习方法，才能达到事半功倍的效果。专业课复习注重宏观的复习

感受而不是某本具体参考书而定。虽然心理学统考总共考四门专业课，但具体分下来就是六门：普通心理学、实验心理学、发展心理学、教育心理学、教育与心理统计学、教育与心理测量学，复习量很大。但是鉴于统考侧重于考查基础知识，从一开始就要把基础打牢。在看书时，最好随手把一些重要的概念（如正强化、负强化，测量的信度等）、基本理论、基本方法用笔划出来。

四、协调好考研与大四课程的关系 事情总是有轻重缓急的，在二者不能都兼顾的情况下，要权衡一下考研和大四课程哪个更重要。我建议大家，没课的时候抓紧时间集中精力复习；有课的时候尽量去上，权把上课当作专业课复习之余的缓解，这也是与同学交流的好机会。

五、养成良好的生活和学习习惯 好的习惯要从头开始养成，对以后的复习会大有裨益。生活要有规律性，早睡早起。切忌熬通宵，熬夜不仅伤神，还会使第二天无精打采，一天都没有效率，得不偿失。此外，保证足够的锻炼和休息。学习过程是脑力和体力的双重消耗，所以每天留出一定的时间用于体育锻炼和休息，不仅可以保持旺盛的精力和健康的体魄，还可大大提高大脑的工作效率。每天一定要保证半个小时左右的午休，因为午休1个小时相当于晚上休息4个小时，午休半个小时相当于晚上休息2个小时。因此，无论有多紧张中午都要抓紧时间休息一会儿，下午和晚上才能精力充沛地投入学习中，你想用一个小时换一下午和晚上的好精神多么合算！

六、继续关注最新信息 考研中信息的重要性不言而喻。所以，要不定期地到网上看看心理学统考的最新信息和考研资料。（大师教育关注这方面的信息比较的及时）有机会听听考研形势讲座，全面了解所报专业信息。2007年心理学专

业统考成绩已经出来，大家要多打听考得好的同学在考研复习中的成败得失、经验教训，以明确自己的方向。如果说2月是研友搜集信息，确定志愿的时间，那么3月，则应该是研友确定考研目标，并付诸实施的过程。考研成功与否，关键在于是否真正投入地努力过。在师大执教过程中，我也曾遇见不少考研的学生，根底是比较扎实的，然而却对自己的未来没有一个明确的目标，既想考研，又想就业，最后是两头都拖累了。这种思想是要不得的，所以在这个时候，同学们必须要找准目标，一心一意，抱着孤注一掷的态度去学习，那么相信成功也会离你不远了。以上仅为我们的一点愚见，供研友参考。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