

山东师范大学考研心得

本文来自文都比邻高分学员, 禁止转载

基本信息

初试英语 59, 政治 64, 专业课 224, 总分 347, 复试总分 686.6。初试排名 14, 复试逆袭成功。我报考的是山东师范大学应用心理学人力资源管理与测评。本科是一个垫底的二本院校, 学的是应用心理学。

心态与选择

也许有人会说, 你这个分数太一般了, 学校也不是 211, 985 有什么好写经验贴的? 所以我并不单纯传授学习经验, 那么我想和大家简单说一下我考研的历程以及学校的变化。首先我的目标是北京师范大学专硕, 之后是暨南大学应用心理学学硕, 最后才是山东师范大学应用心理学学硕。

开始准备考研是 2018 年 4 月, 其实用一年的时间, 用心准备考个 211 应该是可以的, 我选择了比较稳妥的山师是因为在考研路上, 4 月 5 月参加了湖南省创青春创新创业大赛这两个月几乎都在准备项目计划书, 做问卷调查, 做答辩 ppt, 拍摄宣传视频, 准备海报展板等等, 6 月准备学校的 3 门期末考试, 7 月 8 月由于老师的推荐, 到了戒毒所去实习了整整 2 个月, 当考研的小伙伴们都把暑假这一段黄金时间泡在图书馆时, 我在和戒毒人员开展各种心理辅导与活动, 更加不幸的是在 8 月初, 我的两个膝盖查出韧带撕裂, 膝盖积水, 半月板二级损伤(重度)当时我的医生告诉我可以做手术, 但手术复健需要一年时, 我选择了保守治疗, 于是我戴上了支具, 当时心态简直崩溃, 9 月在家休息了一个月。

10 月国庆时回到学校的自习室, 可是当时走路对于我来说成为了一个比较困难的事情, 寝室在 5 楼, 每天爬楼梯就要花费很多时间, 于是无奈之下我又回去修养了 2 周。11 月时因为去年考了教师资格证挂了一科, 需要去补考, 又大概花了一周准备教师资格证的考试, 考完回来后学校开始了毕业论文的开题报告与党员每周开会以及补写入党材料(党员们应该能体会有多浪费时间)。

所以在暑假期间我就很认真的思考了选择学校的问题, 现实一点来说, 9 月

我给自己做了一个小测试, 看看自己是否能够达到暨南大学分数线。虽然我是有名校梦, 但是我更能想象到二战的艰辛与苦楚, 我也很佩服那些为了梦寐以求的学校去二战的同学们, 但我不确定自己行不行, 很多不确定的因素, 所以为了一战上岸, 我选择了一个没有特别大压力的院校。补充: (每个月我都要在床上躺 2 天, 因为痛经严重。)

初试备考经验

专业课

我专业课复习顺序是普通心理学、社会心理学、发展心理学、教育心理学、实验统计测量。这样安排是因为当时想在 4-6 月把前 4 本看完, 暑假可安心仔细的看统计实验测量。(如果是应届毕业生也可这样安排, 因为 4-6 月会有上课一些七七八八的事情。)

看专业课, 第一遍一定要仔细看书本, 并且整理自己的框架图, 我一般一天看一章, 看完后一定要及时回忆, 我就把课后的习题看一遍在脑海里思考应该如何回答, 可以结合比邻 1000 题, 分章节的我觉得很好, 晚上再复习一下框架图就 ok。

但每隔几天还是要复习前面一章, 前四门大概就是这样过了第一遍。暑假开始看另外三门, 这一次可以开始一边背一边写框架图了, 由于我当时在实习所以进度很慢, 大家应该可以 7 月结束第一遍, 8 月开始背书。我当时 9 月才开始背书, 直接背的《知识精讲》, 结合真题与《阿范题》, 当时我们是晚上抽背, 第二天或者睡前默写, 默写资料是我们自己分工手打(三个人每个人负责一部分)。

大概在 10 月背完了第一遍, 因为 9 月我在家, 所以在家买了一块白板每天晚上默写框架(高而基上也有框架), 以后也是按照这个方法背高而基, 背完第二遍默完第二遍后, 做真题会把所有错过的真题在高而基上标出来, 之后就是冲刺阶段, 几乎每天都在背书默写, 加做《阿范题》。到了 11 月份背的是比邻的《背多分》。还有老赵睡前半小时真的很有用哦, 睡前默写的感觉真的很爽哈哈。

英语

英语算我的一个弱项, 六级 428 飘过(一次性飘过, 真的很险), 单词书+墨墨 app, 书中也有每天计划表, 挺方便的, 4 月就可以背完, 因为我怕 hold 不住 10 天计划, 就用了 20 天的计划表。

关于阅读的话推荐文都 kk 的阅读与长难句课程与书籍, 真的很好, 搞得我有点后悔当时不知道 1575 的单词书。何老师长难句说得非常详细, 我是暑假期间看的课, 万全刷新了我以前对英语句子的认知! 大家跟着课程做笔记做题目就行了! 还有一个我学英语的方法(可能有点花费时间, 但是提升效果还是有的), 从 2007 年英语真题开始, 卷子中所有生词挑出来写在本子上, 阅读中看不懂的长难句写出来, 文中与答案中 AB 句, 替换词全部写出来, 长难句自己试着翻译, 单词不写中文, 晚上自己默写中文再对答案, 每一张卷子都要这一步。阅读会有明显手感! 后期我还报了何老师五夜十篇的课, 也不错~

12 月留了 3 套最近年份的做模拟卷, 可以在网上买一些答题卡, 自己一定要掐时间做模拟考! 很重要! by the way 可以一开始英语就下午做, 因为英语是下午考试, 所以要有生物钟。

政治

政治不建议大家很早开始, 我是暑假开始的, 但是进度很慢, 因为实习.... 大家暑假开始就好了, 我买的书是肖大大的全套, 后期就背肖 4 就好啦!

复试备考经验

吸取了初试没有报班的教训(当时觉得自己是本专业的不需要)其实报个班还是很需要的, 我们班统考的同学都是报的比邻哦, 所以复试的时候我和研友就报了比邻的密训~复试才逆袭的! 密训还有老赵讲课哦~讲得超级好!!! 嘻嘻, 高尔基上还有老赵的签名呢~~所以我的高尔基肯定不卖! 根本不容你走神, 还有爱媛老师的复试课程也很有用~还遇到了一群心理学的小伙伴! 在北京每天都很充实, 课程安排很紧密~不但有北京集训, 还有网课, 还涵盖了 spss 的课程~在真的复试的时候真的能感觉到集训过的表现都要好很多, 不会很紧张, 自我介绍张口就来完全不卡壳。

复试流程

我们是专业课笔试、专业课面试、英语面试、体检 4 个环节。专业课笔试考的人格心理学, 题目是 3 道论述题 150 分。1. 论述人格评鉴方法 2. 论述人格心理学的研究范型 3. 谈一谈生活中对人格心理学的应用。面试是 1 比 1.5 比例。招 12 人进 18 人, 没有调剂生。面试是抽签决定顺序, 我抽到 2 号, 进去后大概有 8 个导师 2 个学生, 我先把简历交给了一个学姐, 她第一个问题是, 请问有发表过文章吗? 我说没有(导师们本来都看着我, 后来又把头底下去了) 面试先简单自我介绍, 然后桌上有 1 道题目是实验设计, 给你 5 分钟设计实验再说出来, 最后问你报的什么方向, 再由你方向的导师问你问题, 面试就结束了。英语面试是两个人对话形式, 先自我介绍, 再两个人就一个话题讨论, 最后结束。

总结

总而言之, 其实我也总结了为什么初试可以过线, 可能就是因为考研路上完成了很多其他的事情, 导致我压力没有那么大, 考试的时候很轻松, 所以心情放松。事情多起来了, 反而效率会更高。一旦你只有一个单一目标, 其实生活很乏味说实话, 也会让你很有压力, 这段时间就忙一件事。如果还不成功, 会觉得自己很失败! 如果有很多事情, 会都成功的!